



孩子爱顶嘴、抬杠,把家长气得够呛,要赶快调整教育方式—— 约定合理规则 扩大自主空间

“为什么都要按照你们说的做?”“我按自己的想法来,就是任性吗?”……当家长面对孩子这样的质疑,往往会觉得孩子又跟自己顶嘴了,甚至会因为孩子的各种抬杠而气得不行。出现这种情况是孩子长大的表现,提醒家长要赶快调整教育方式了。

讲述:孩子睁开眼就气人,真想好好管管她

孟女士最近一段时间被女儿小美气得头疼。原因是小美每天从一睁眼就开始气她,无论事情大小,都爱用反

问句来质疑或者抬杠。本来一两句话就能解决的问题,都要反复扯皮,弄得母女二人都很生气。

孟女士说,小美这孩子以前很乖巧,我说什么,她都开开心心地回应。可是最近大半年的时间,她就跟变了一个人似的,总跟我顶嘴、抬杠,把我气得够呛。比如早上我叫她起床,告诉她“还差五分钟就七点了,赶快起床,上学别迟到了”,她立马反问我“如果别人告诉你现在几点几分,催你干什么事,你高兴吗”,让我觉得不可理喻。我提醒她“上学是你自己的事”,她即使觉得理亏,也气哼哼地嘟囔“那你也不能催我”。像这样的情况,一天里会出现很多次,她总是想要对抗我的要求,一次次的唇枪舌战让我头疼又憋气,想好好管管她,却不知从何处入手。

建议:不要事事较真,适当给予孩子掌控权

家庭教育指导师、天津市第一百中学心理中心教师李雪云老师说,听到孩子跟自己顶嘴、抬杠,甚至不依不饶地步步追问,此时家长如果“认真地跟孩子讲道理,或者气不过地反驳,是最没有效果的沟通方式。家长可以先采取沉默的态度,想一想刚刚是否在用成人世界的规则或者母亲视角的规范来要求孩子。随着孩子年龄的增长,他们有了越来越多自己的想法,不愿意接受家长定下的规则。孩子觉得自己的行为受限,所以会急切地想要自己作主。

李雪云老师建议,首先,孩子逐渐长大,不希望自己被过多的规则束

缚。因此家长要改变自己对孩子的态度,不要像对小宝宝那样事事关照、处处较真儿。家长要提醒自己避免对孩子进行“单向命令”。当孩子说父母的观点“老土”的时候,就意味着家长给孩子定下的规则跟他的年龄不匹配了,曾经的规则已经变得不合理了。对此,家长要询问孩子“对哪些规则感到不舒服”,跟孩子探讨沟通,及时调整改变。其次,对于规则的调整,家长可以跟孩子一起协商进行细分,家长要给孩子话语权,多问问孩子“哪些规则需要改变”“规则需要改变成什么样子”“为什么要变成你想要的样子”等。除了原则和底线问题,逐步给予孩子掌控权,尤其是在个人喜好、生活方式上,让孩子有自己的空间,感受到被尊重。

文 贾林娜

建框架 联热点 重实战 关于中考道法备考的几点建议



天津市第二南开学校
张运河

道法学科扎根时代,复习绝不能脱离现实。每天抽出碎片时间,通过《新闻联播》《人民日报》客户端等关注全国两会精神、天津高质量发展“十项行动”、科技文化成就等热点,无需死记硬背,掌握核心背景与表述即可。更重要的是做好“知识反刍”,看到热点主动关联教材考点,比如天津深入推进滨城、津城双城联动发展,优化城市空间布局、补齐民生配套短板,可对接“区域协调发展”“高质量发展”“以人民为中心的发展思想”等知识点,让静态知识点成为分析社会现象的“活工具”,培养材料分析题的解题素养。

二、二模前后:专题整合,提升实战能力

一模是阶段性检测的“试金石”,此后复习需转入专题整合与解题能力攻坚的关键阶段,实现从基础巩固到能力突破的跨越。练习重点要聚焦跨单元、跨册的综合性、探究性试题,尤其是材料分析题和情境探究题。训练素材优选两类:一是2025年全国各地中考精选真题,见识不同考查角度与情境设计,打破固定思维;二是天津市近三年各区一模、二模卷,贴合本地命题风格、难度与热点导向,含金量极高。

做题时要努力做到“慢审题—快联系—精作答”的规范流程:仔细阅读材料,圈划关键词句明确设问要求;快速检索知识框架,定位相关原理;组织答案时分点清晰、

规范使用学术术语,做到理论联系实际,避免材料与观点“两张皮”。同时,要精准突破知识“模糊地带”,通过综合练习找到薄弱环节,比如公民参与民主生活的形式、新发展理念的具体内涵区分等,及时回归教材深化理解,再通过变式训练巩固,实现从“知道”到“吃透”的转变。

三、中考前冲刺:模拟调适,实现知识融合

最后的冲刺阶段,核心是精准适配考场要求、调适备考状态、巩固知识信心。首先聚焦天津近三年中考真题,开展全真模拟演练,不仅要会对题目,更要分析命题思路、设问方式、答案逻辑与评分标准。每周进行1至2次限时模拟,严格遵循考试时间与流程,训练答题节奏、书写规范与考场心态,让每一次模拟都成为应试能力的强化训练。

其次要坚持温故知新,反复翻阅梳理好的知识框架,始终保持对学科知识体系的敏锐感知;把错题本作为核心复习抓手,逐题深究错误根源,厘清是知识漏洞、审题偏差,还是思路局限、表达不规范,针对性补齐学习短板,确保同类问题不在考场重蹈覆辙。

最后做好心态与状态的精准调适,以积极的自我暗示筑牢备考信心。将理论学习、时代脉动与个人思考深度结合,在考场上发挥出最佳水平。

(张运河,天津市第二南开学校初三道德与法治教师,曾获和平区首届青年学科带头人、学科骨干教师、优秀班主任等荣誉称号,在教学和论文评比中多次荣获市、区级奖项。)

如何用好四步笔记法

张博雄

做好笔记是中学生开启高效学习大门的“金钥匙”,科学的笔记方法能让学习成效如虎添翼。在课前预习、课上听讲、课后复习、定期总结这四个阶段,笔记的侧重点与记录节奏大不相同。

一、课前做预习笔记

学生在课堂记笔记时,常忽略纸面版式的规划,整页纸常被密密麻麻的文字占据,缺乏层次与留白。这主要是因为课前预习笔记缺失,预习不足不仅让笔记显得杂乱,还易导致课上听、学、记难以兼顾。

若在预习时运用结构化笔记格式,如两栏笔记法、康奈尔笔记法,便能合理规划版面,更高效地组织信息、促进思考。两栏笔记法将页面一分为二,方便自己对照记录核心内容与补充思考,实现信息初步整合。康奈尔笔记法拓展为三区,除主笔记区外,还有侧边提示栏和底部总结栏,便于课后提取关键词、归纳要点,推动知识内化。

建议在预习时为笔记纸划分功能区,明确记录内容类型,养成“先规划、后书写”的习惯,让随堂笔记成为深度思考的工具,提升学习成效。

二、课上做随堂笔记

首先,要系统记录课堂大纲。老师所列大纲通常体现课程重难点,条理清晰,是把握知识结构的依据,需完整记录。其次,听课中产生的疑问要及时标注,方便课后向老师请教,深化理解。同时,要重视老师讲解的典型例题与解题思路,记录范例不仅有助于掌握分析方法和答题技巧,还

能启发思维,提升实际应用能力。此外,课堂结尾或关键环节的总结不可忽视,其内容高度凝练,涵盖课程重难点及内在联系。

三、课后做复盘笔记

做随堂笔记时,常因时间紧凑、书写仓促,出现字迹潦草、专有名词用符号或简称替代,甚至直接在教材或其他资料上标注等情况。因此,课后整理复盘笔记至关重要。可在笔记中预留空白,用于补充疑问、提炼关键词,并重新梳理知识层次的结构关系,用不同颜色标注。这一过程不仅是复盘,更是自我检测、强化记忆的高效方法。

四、定期做总结笔记

定期做总结笔记,其核心要义在于突破教科书或教师授课既定的框架束缚,依据自身对知识的独特理解,重新构建知识点间的内在联系。不妨从纵向时间轴上梳理知识的发展脉络,在横向空间维度上探寻不同知识间的关联与影响。而制作表格,无疑是定期总结笔记的绝佳方式,它能清晰呈现知识结构,让繁杂的内容变得一目了然。

做好笔记是一个系统过程,涵盖课前预习、课堂听讲、课后复习以及阶段性归纳整合四个环节。预习时做好框架准备,听讲时捕捉重点内容,复习时整理补全笔记,最后进行阶段性归纳整合,既能系统梳理知识,巩固记忆,又能促进对知识脉络与逻辑的深入理解,是提升学科素养的有效工具。

(作者系南开大学历史学院学生)

道德与法治学科兼具知识性、时代性与实践性,在备考冲刺阶段,同学们复习的关键在于锚定“建知识框架、联时政热点、重实战演练”三大核心,科学规划阶段目标,稳步推进复习节奏。

一、一模前后:构建体系,厚植知识根基

一模考试前后的这段时间,是道法复习构建体系、筑牢根基的关键窗口。核心任务绝非盲目刷题,而是高效、系统地庞杂的知识建立清晰框架。首先要系统梳理六册教材,绘制专属“知识地图”。初中道法内容脉络交织,孤立记忆易顾此失彼,建议以思维导图为工具,按“法治”“国情教育”“品德修养”等大主题整合知识点。比如梳理“法治”专题,可串联七年级下册法律特征与作用、八年级上册社会规则中的法律、八年级下册宪法核心内容,以及九年级上册建设法治中国的目标,清晰把握知识从基础认知到纵深理解的演进逻辑,做到合上书本,学科主干框架了然于胸。

同时,要同步启动时政热点的日常积累与思维训