微型家长会会议记录

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **班级** | | 扬扬2班 | | **时间** | 2024.4.15 | **参会人员** | 钟子童妈妈 王子聪妈妈 邱瞳瞳爸爸 朱晋阳妈妈 王若琳妈妈 任馨蕊妈妈 |
| **会议主题** | | | 如何培养孩子的行为习惯？ | | | | |
| **主**  **要**  **内**  **容** | 黄老师：在我们的生活中，你觉得需要培养孩子的哪些行为习惯？  钟子童妈妈：培养孩子的生活习惯。  王子聪妈妈：孩子的学习行为。  邱瞳瞳爸爸:孩子的饮食习惯。  一、讨论  黄老师：看来家长还是很注重孩子生活中的行为习惯的。那我们如何帮助孩子从小就养成良好的习惯?  钟子童妈妈：学习中培养孩子的专注力。  王若琳妈妈：阅读中的兴趣。  任馨蕊妈妈：美工活动中的审美能力。   1. 措施   黄老师：我们在学习和生活中都要培养孩子良好的行为习惯。在这里我们也可以采取一些措施。  1.父母要言传身教  孩子良好习惯的养成，最关键的一点就是父母要言传身教,帮助孩子形成内在的动力。言传身教就是给孩子形成一种氛围，因为孩子是通过模仿和吸收来学习的。爸爸妈妈经常在家里玩游戏,孩子就会自然而然地模仿着打游戏，久而久之他就习惯了用打游戏来消磨时间。相反，如果爸爸妈妈经常在家里读书，经常讨论书里面的内容和有意思的观点，孩子就会自然而然地在一个阅读的氛围里长大，他就会自然地喜欢上阅读。  父母日复一日地在家里读书，就潜移默化地使孩子习惯了读书，读书的习惯就内化成为了孩子的一-部分，形成他的内在动力。  孩子习惯了每天读书，他就会觉得读书是自然的轻松的快乐的事情,如果你不让他读书，他反而不知道要干什么，他会觉得很难受。相反,对于没有养成读书习惯的孩子来说，天天读书是一件枯燥乏味无法坚持的事情。  2.制定培养孩子好习惯的目标  在培养孩子好习惯的时候,父母要制定明确的、具体的、比较小的目标。比如说，我们要让孩子养成讲卫生的习惯，不仅要求他好好洗手，洗脸,还要.好好刷牙，甚至还要好好洗澡，那么对孩子来说习惯的要求就太多了,孩子，就会觉得习惯很难，不愿意去做。  我们不妨分解一下，我们定一个小目标，就是饭前洗手。这样孩子更容易接受,也更容易实现习惯的养成。若是目标定得太大，孩子会觉得有压力，没有办法完成，他就缺乏动力，就不愿意去做。需要注意的是，父母确定习惯目标的时候，-定要和孩子商量讨论,获得孩子的认同和支持，不能单方面地设定目标并强制孩子去完成。  3.强化孩子坚持习惯的动力确定好习惯目标以后，父母还要给予孩子一些鼓励或奖励，强化孩子坚持习惯的动力。  在培养孩子习惯的过程中，我们不要过多地批评、指责,而是应该给予孩子一些语言的鼓励，或设定一-些奖励制度,强化孩子正向的行为。  比如说，我们要让孩子饭前洗手。那么,每当孩子主动在饭前洗手的时候,我们就要给予及时的肯定,用我们的表扬、鼓励、赞赏,去强化孩子洗手的行为，让孩子找到成就感。  我们要让孩子养成跳绳的习惯，刚开始两三天孩子可能有点热情，但是跳着跳着就会觉得枯燥和累，不想坚持了。这个时候我们要用各种手段，比如变换跳绳方式、学习新的跳绳方法等,鼓励孩子继续坚持，用各种策略促使孩子坚持一个月左右。  在这个过程中，孩子可能会哭闹、耍赖、抗议和放弃,这个时候父母一定要 坚持住，可以与孩子表达共情，“这件事情确实很累， 确实不容易,但我们一定不要轻易放弃” ，就这样陪着孩子、带着孩子经历有挑战的过程。  当一个月的时间过去以后,孩子跳绳的习惯就会慢慢地固定下来，他就会特别有成就感，这样的成就感会有利于孩子再去培养下一个好的习惯。   1. 家庭助力心理   培养孩子良好习惯的时候，家庭成员一定要合力，若是家庭成员之间的态度和意见不一致，会让孩子觉得有空子可钻，孩子就不会产生坚持下去的动力了。  比如说，父母正在努力地培养孩子一个习惯,然而爷爷奶奶却说“孩子太累了，算了,今天就先玩一天吧”。这样，孩子自然就不会坚持下去，好习惯的培养也就半途而废了。所以，家庭成员一定要合力，同时家庭和幼儿园也能够形成合力。比如，父母可以跟老师说，"孩子最近养成一个好习惯,有很大的进步，可以让他在 班级里展示一下”,老师在孩子展示后,要给孩子一些鼓励和表扬，这样能让孩子找到成就感，他会更有动力去坚持。  黄老师：今天我们的微型家长会就到这里结束了，感谢各位家长的倾听和分享，大家平常要是有什么问题也可以私聊老师，我们随时欢迎。 | | | | | | |
| **照**  **片** | IMG_9980 | | | | | | |