

一眨眼暑假已经过去了一半时间,你的孩子参加夏令营了吗?记者了解到,受疫情影响,不少家长在今年选择夏令营时都慎之又慎。选择夏令营时,除了要注意防疫措施是否到位之外,其实还有很多学问,比如何时送孩子去参加夏令营比较合适?参加夏令营会给孩子们带来哪些好处?本文将请专家一一为大家介绍。

本版撰文 信息时报记者 温倩茵

# 暑期夏令营 你选对了吗?

专家建议,夏令营师生比例应控制在1:8左右,7至12岁可以参加封闭式

□受访专家 李德明 7年亲子团带队经验,广州博途天下文化策划有限公司研学导师

目前,市面上的夏令营五花八门,主要可以分成六大类,包括励志营:如军训、特警训练等系列;学术营:围绕绘画、声乐、乐器等主题;探险营:徒步、拓展等,可能会到市外或省外进行;科技营:以3D打印、航空航天等高端主题;体育营:网球、篮球、游泳等;还有一类为刚需型的托管营。

## 第一步

### 夏令营选择要结合兴趣

“夏令营不光只学知识,也不是纯玩,而是一种提高自我素质的方式,”李德明强调,在选择夏令营时,家长要考虑该活动对孩子的教育意义。结合孩子兴趣为出发点,寓学习于娱乐,效果会更好,“如果孩子对画画没兴趣,而非要他参加绘画学生营,他将很难融入其中,甚至产生抵触心理,毫无乐趣可言,等同于剥夺了孩子有意义的童年。”

## 第二步

### 关注主办单位师资规模

明确了孩子兴趣方向、培养目标后,其实还有很多选择的空间,因为不同主办单位都可以组织类似主题的夏令营,这时家长要关注主办单位的规模。李德明建议家长选择参加由专业教育机构和一些自己信得过的单位组织的夏令营,了解主办单位的实力、专业程度和口碑,“有类似‘参加后孩子确实有收获、有改变’这样正面评价的夏令营都值得信赖。”

辅导员的构成也是重要的选择因素,报名前家长要了解带队辅导员老师是不是有组织夏令营的经验和责任感。夏令营大多是由孩子独立参加,辅导员取代父母,成为孩子在营期过程中的主要陪伴者,师资优劣多寡,直接决定了孩子参加夏令营收获多少,成长多少。一般师生比例会控制在1:8左右,这个比例符合教育学规律,也可以基本满足孩子在营期中的学习生活需求。如师资力量单薄,随营老师人数过少,那么每个孩子得到的关注也会相应缺失,也难达到相应的研学效果。

其次,要对比夏令营的性价比。李德明表示,体育营相对科技营成本普遍偏低,因为科技营需要的仪器设备以及耗材都比较高,因此价格存在差异。同类型的夏令营,可以从时间规划、课程设置上着手比较,“如果时间大量耗费在路途上,相当于减少了孩子的研学、训练时间,这样夏令营的性价比就会大打折扣。”

## 第三步

### 安全有保障是重中之重

最后,要选择安全有保障的夏令营。安全问题是家长最关心、最担心的问题,自然也是夏令营机构普遍重视的问题。目前,国内正规的夏令营机构都会为营员购买保险,营期活动风险由保险公司负责。但是于家长而言,更想要的不是风险发生后的补偿,而是规避风险的防范措施。针对这一点,李德明认为,资质、实力过硬的主办单位在设计课程时已经把安全因素考虑其中,家长无需过分担心,需要注意的是安全意识的培养,“无论日常还是开营前,都应该给孩子进行安全教育,提高安全意识,形成自救自护能力。”

## 不同年龄的孩子参加夏令营有侧重

李德明建议,四岁以上孩子可以参加托管营夏令营,这些夏令营一般在室内进行,对于年纪小的孩子有安全保障。

4到6岁是接受信息的阶段,对于这个年龄段的孩子来说,参加夏令营可以让他们掌握早期的社会经验,学会参加更有组织的活动,如做手工劳动或实地考察,从中学会轮流做事、分享、考虑别人的感受。孩子们还可以接触到父母以外的成年领导者,增加孩子离开父母的自信和舒适度,为探索下一阶段成长铺垫。

7至12岁是儿童培养兴趣的阶段,在这个阶段,李德明建议家长可以放手让孩子参加5天至10天的封闭式夏令营。夏令营可以帮助孩子发掘自己的兴趣,还提供给认识家庭和学校以外新朋友的机会,学会团队合作,接纳不同的同伴和多样化的环境,迎接身体上、情感上和智力上挑战。

13至15岁是开始展翅翱翔的阶段。这也是很多人认为人生中最艰难或最有挑战性的一个阶段。这个阶段,应该选择能帮助孩子培养领导能力的夏令营,培养独立工作和与人合作的能力,在挑战体能、掌握新技能的过程中获得自信。

## 暑假里关系紧张 家长如何“让步”?

虽然说今年的暑假是“最短暑假”,但是很多家长仍然会出现“孩子一放假就发愁”的状态。一般情况下,假期时间里,父母与孩子相处的时间会增多,也因此发现孩子更多的“毛病”,例如假期就不学习、作息不规律、爱打游戏等等,因而出言责备的次数比平日多了,让亲子关系变得紧张。

对此,记者联系了二孩母亲李女士,分享她自己在应对这个问题时的看法和经验。李女士认为,爱玩是每个孩子的天性,经历了一个学期紧张的学习,孩子想利用假期放松是一件很正常的事情。但假期并非仅仅让孩子放松的玩乐,而是通过劳逸结合来提升个人综合素质的机会。因此,对于孩子假期的安排,家长要适当给予孩子自由决定的机会,特别是处在叛逆期的孩子,家长对其管束过多,可能会引起孩子的逆反心理,会让亲子关系变得紧张。

她认为,产生假期亲子矛盾的问题主要在于家长,因为与孩子自己设想或期盼的暑期生活不一而导致。因此,家长应做好自己的心态调节,从小给孩子培养一个假期生活规划,避免孩子在假期养成的一些不好的习惯,学会自己合理规划假期的时间。

比如,家长应在假期开始前就与孩子共同订个适当的暑期计划,例如每天要完成的任务、具体大概每个时间段应该做些什么,当然每天也预留一些时间让孩子自己掌握,由孩子自己安排要做的事情。假如孩子要出门时,也要提前跟家长说好,计划好路线、多久就打电话报平安、约定几点回家等等。这样的计划,既可以对孩子的日常作息进行合理安排,也给孩子保留自由决定的机会,会让假期的亲子关系融洽一些。

此外,对于一些时间比较充裕的家长,不妨带着孩子周末郊游感受大自然、前往博物馆展览增长见闻、一起参加志愿者活动等等,甚至可以利用一些年假补休等假期陪孩子进行一趟远游,以此增进与孩子的沟通,增进彼此的关系。

信息时报记者 卫静雯

