

这场教育指导课紧扣热点

孩子用AI “学会”还是“学废”？

如何给孩子更好的支持
专家：可学做《哪吒2》中的敖光



认真听讲的读者。

新学期学习更上一层楼，这是开学后很多学生、家长的憧憬与希冀。那么该怎么做呢？宁波大学园区图书馆2025“甬上家长会·共读”系列新春第一场活动，就聚焦了这个话题，两位嘉宾老师结合近期大火的DeepSeek与《哪吒2》，手把手为大家作指导。

1 拆解费曼学习法 以输出倒逼输入是关键

这次分享会，由海曙区德育教研员徐波和宁波市孙文英小学师生成长中心副主任宋怡两位老师担任分享嘉宾。活动前，257人在“寒假亲子共读系列”活动中，利用21天线上共读打卡两个版本的《费曼学习法》，累计打卡1406次，全勤54人。

费曼学习法是一种高效的学习和记忆知识的方法，由诺贝尔物理学奖得主理查德·费曼提出。费曼学习法可以简化为四个核心步骤：选择学习主题、尝试解释、回顾与修正、简化表达。

其核心在于通过用自己的语言解释和表达来检验和加深自己对知识的理解，也就是以输出倒逼输入。

宋怡老师把费曼学习法的核心步骤归纳为选目标、当老师、查漏洞、变简单四步。第一步是选择目标，确定做事的终点；第二步是当老师，不仅是让对方知晓，更多的是检验自己的知识是否完备，是否需要查漏补缺等；第三步是查找漏洞，在讲述过程中发现不足，然后倒逼自己输入、查找资料、填充漏洞；第四步是用浅显易懂、形象生动的语言让对方知晓，让自己的记忆更为明确。

现在孩子经常遇到实践性作业，比如寒假要学做一道菜。徐波老师从学做一道菜入手，分享如何运用费曼学习法实现技能突破。

买菜、洗切、备料、下锅。一步一步来的过程中，妈妈前期教给孩子的知识点，其实比某一堂课所涉及的知识点多得多。“制作这道菜时，孩子肯定会忘掉步骤，不断询问妈妈，实际是学习过程中的卡壳。卡壳没关系，我们可以重新回顾之前所讲的内容，如果记不住，那么再重新反馈。如果解决了这个问题，就继续向前推进。没有人一出生下来就什么都会的。实际上，每次卡壳问题的解决都意味着他在技能掌握上又迈进了一步。”

2 孩子用AI写作业 是“学会了”还是“学废了”

今年春节前后，DeepSeek的横空出世，将AI热度再次推上了一个新高度。作为互联网时代的“原住民”，现在的学生很难置身事外。能不能让孩子用AI帮助学习，成为现场讨论的热点。

“你愿意让孩子使用AI辅助学习吗？”两位嘉宾在现场做了一个调查。记者粗略数了下，现场60多名参与者，除去孩子有近40名家长。但仅仅有5名家长举手表示愿意。

“AI来袭的时代里，我们能逆流而上，阻止学生使用AI吗？”

“不能。”

“我们能任凭AI成为孩子写作业的‘枪手’吗？”

“这怎么可以？”

事后，一位家长告诉记者，她之所以不愿意，主要是担心儿子对AI产生依赖，失去自主学习的能力。“什么都靠AI，考试的时候怎么办？”

那么，AI到底是让孩子“学会了”还是“学废了”？

“大家比较困惑的事情，是我们到底是以一种怎样的态度对待AI。我们不能阻止，但心里还是有很多顾虑。”宋怡给大家举例子，她曾给五年级的学生布置了一份研学作业，为来宁波的游客做一个图文并茂的打卡地图。一名学生用AI生成了一张打卡地图，再结合这张图，借用自己原有的一些基础知识，就得到了一个方向。接着学生亲自按

照地图走了一遍，在这张图的基础上又写上了自己的感想，形成了自己的作业。

“正如大家刚才回答的，做这个作业需要搜索资料，那你知道要搜索哪些资料，找到后如何选择？既然借助DeepSeek等AI来帮助学习，我们无法阻止，那么我们其实可以教会孩子，让AI成为我们的一种工具。”宋怡说。

徐波老师和大家分享了一个六年级孩子使用豆包听写英语单词的视频。

只见他把所有的单词放到豆包里，然后让他写一个有趣的故事，帮助自己加深理解方便记忆。记住以后听写，听写完了又生成练习题，帮助自己巩固。

“大家发现没有，小朋友其实对AI的使用有自己的理解。”徐波分析说，“实际上豆包或者说AI在学习的过程当中，第一解放家长，第二它的知识肯定是更加专业的。比如我儿子英语单词听写，他经常说我念得不准。其实老师是有口音的，甚至英式发音和美式发音也是不一样的。我不知道在座的家长是不是在听写的时候也被孩子嫌弃过，现在不会了。”

“第三它仅仅是一个辅助工具，在人机交互的过程中，孩子自己很有成就感，这是一种良性循环。所以其实如果你能掌握AI，把它作为一个工具，再加上费曼学习法，你就是下一代的‘学神’。”

3 “倍速时代”下 要学做殷夫人和敖光

今年春节，最火爆的电影要数《哪吒2》了，那么作为老师能从电影中看出什么门道呢？

“因为我是从事教育工作的，所以在我看来这不仅仅是一部中国影史上需要记载的电影，它也给我很多关于教育的启示。”在徐波看来，我们的孩子都很优秀。每个孩子生来都有自己的缺点，或者说不完美的地方。包括导演饺子，放弃医学转做动画，啃老3年失业6年，而他母亲甚至学会PS帮他打下手。

“哪吒的父母给孩子的最大帮助是什么？是兜底和支持。这种支持是无限的。就像殷夫人说的，你是魔也好是妖也好，但是你在我的眼里就是我的孩子。那么我们能反思一下自己，抛开所谓的成绩论，我们能不能给他一些我们的支持？”

除了要向殷夫人学习，徐波建议更要向《哪吒2》里的敖光学习。

“敖光在最后跟孩子说了一段话，我们原来希望用我们的经验，给你搏一个幸福的未来。这个话其实大家很熟悉，我们经常会跟孩子说，我吃过的盐比你吃过的饭都多。但是敖光在那一刻觉醒了，他说‘我们父辈的经验不一定是正确的’，因为这是过去的经验，不一定适用。”

徐波对此感触特别深。她说假如家长那个时候是正常播放的时代，那么AI来袭的现在是用两倍甚至三倍速在播放的时代。我们的经验对于我们的孩子来说，到底还有多少参考价值？

“敖光说，我的经验不一定对，未来是要交给你自己的，你要自己去闯，你可以去试试，但是我作为父亲会无限地支持你。我们也要摒弃这种我是父母我一定正确的想法，支持孩子在‘倍速时代’找到自我，更好地成长。”

记者 张志龙
通讯员 傅卫平 文/摄