

你家娃被“预制”了吗？

面对“预制娃”，老师有话说……

这个暑假，“预制娃”一词在家长群悄然走红。这个词源于“预制菜”的概念，描述了家长在寒暑假期间，提前让孩子学习下学期的知识，等开学后，学校课堂教学就变成了对已学知识的复盘和巩固，就像加工“预制菜”一样。

面对愈演愈烈的超前预习风，家长该如何理性看待？一线教师又有着怎样的看法？记者就此展开采访。

1 “预制娃”成了不少家长的暑期“标配”

暑期过半，“你家娃‘预制’了吗”成了不少家长之间的寒暄口头禅。记者走访发现，选择超前学习的家庭不在少数。

“这个暑假，我请了‘一对一’的老师，把二宝下学期的课程全部过一遍。”家有两个孩子的蔡女士坦言，“之前大宝没有提前学，吃了不少亏，班里很多同学都提前学，搞得孩子上课容易跟不上，自信心也受到打击。”

“如果不‘预制’，去学校简单‘爆炒’一下，根本‘熟’不了。”陈先生的儿子今年新初一，他给记者晒出了孩子暑假满满当当的学习任务清单：数学预习下学期1单元-3单元课本内容，并完成配套练习和每日计算；语文背诵下学期课本里要求背诵的课文，听写生词表里的生字，认真看完《西游记》《朝花夕拾》并写好5篇作文；英语背完下学期的单词并听写过关，完成配套练习，每天一篇阅读理解。

“身边很多人都在这么干，如果我们不做，我怕开学后孩子跟不上学校的节奏。”陈先生坦言，虽然觉得孩子暑假里学习任务有点多，自己也要辅助孩子检查订正，有时也觉得有点累。“但前几天在电梯里听到一个家长说小孩七升八，已经在预习初三的课程了，孩子自己好像也有紧迫感了，大家都身不由己。”

不止初中家庭，超前学习的风气也蔓延至小学阶段。郭女士的孩子即将升入六年级，这个暑假她专门聘请了大学生家教，让孩子提前接触初一课程。“我和其他家长交流过，六年级新课内容不多，以复习巩固为主，早点接触初中知识，也能为之后中考复习腾出更多时间。”

文；英语背完下学期的单词并听写过关，完成配套练习，每天一篇阅读理解。



暑假里，不少学生在预习下学期的新课。AI制图

2 不“预制”，他们照样考上好学校

当“预制娃”成为网络热词，家长们在引发共鸣的同时，也有反思：想要成绩优异，超前预习是不是必选项？答案并非肯定。叶女士的家庭教育方式，或许能提供另一种思路。

今年，叶女士的女儿顺利考入效实中学。但小升初的那个暑假，孩子没有进行任何学科的超前学习，痛痛快快地享受了完整假期，大部分时间都在外游玩。

“我一直觉得没必要盲目超前学。我观察过，有些孩子暑假提前学完课本，开学上课反而容易走神。该听课的时候不专注，该放松的时候得不到休息，两头都落空。”在叶女士看来，初一课程难度有限，即便没有提前预习，只要课堂专注听讲，完全能够跟上教学节奏。

叶女士坦言，她没想过要把孩子培养成强基班的学霸，“我们家没有那个基因，所以我一点也没有强求孩子一定要达到某种程度。”升入初中后，女儿发现身边不少同学都完成了超前学习，却没有产生强烈的焦虑情绪，家里也没有额外加

码补习。“到了初二理科难度上升，孩子学起来有些吃力，我们才在假期适当做了预习。”

叶女士总结自己的经验：是否“预制”，一方面看家长的心态，另一方面看孩子的学习态度和学习能力。

鄞州中学高二学生吴同学也认为，全盘“预制”并不是最优解。

“说完全不预习肯定是假的，但我只会通读基础内容，对新学期知识建立大致认知。”吴同学理科基础较好，会适度钻研数学难题，文科则重在夯实基础。“学习要贴合个人特点，按需发力。花一整个月硬啃完整学期课程，既不科学，也很难真正消化吸收。”

一位不愿透露姓名的老师表示，预习不等于提前学完、学透全部新课。真正有效的预习，是让孩子初步接触内容，标记看不懂的疑点，带着问题走进课堂，在课堂上重点攻克薄弱之处。“我支持适度预习，但不少家长走入误区，暑假就让孩子刷期中、期末整套试卷，这样的要求对大部分孩子来说，实在过高。”

3 理性看待“预制娃” 不要造成“无效预制”

“不必一味否定，应该理性审视、辩证看待。”针对“预制娃”现象，海曙外国语学校党委书记张宗余这样说。

“家长利用假期引导孩子提前预习、主动规划学习，这份积极配合教育、主动为孩子成长赋能的初心值得肯定。”在他看来，其实适度超前学习，也契合因材施教、差异化教育的教育理念。“每个孩子的学习节奏、接受能力各不相同，适度的知识储备，可以帮助基础薄弱的孩子补齐短板，也能让学有余力的孩子拓展提升，是家庭教育配合学校教育的一种有益补充。”

“很多家庭的超前教育陷入误区，单纯以刷题、赶进度为主，机械复刻课本知识。”这种浅层“预制”，只会让孩子开学后因“学过了”滋生懈怠心理，丧失课堂专注度和思考能力，看似抢占了学习先机，实

则透支了学习后劲。真正有效的预制，是预制学习方法、思维习惯和自律能力，让孩子学会自主探索、主动思考。

目前家庭超前学习与学校系统化教学存在一定脱节，是造成“无效预制”的关键原因。想要规避问题，离不开良好的家校衔接。学校做好预习方向的科学引导，家长紧跟教学节奏合理配合，学校根据学生自学分层教学，让家庭自学与课堂教学同频共振。

“教育的终极目标，从来不是预制分数，而是预制人生。”张宗余说，假期预习的落脚点，是塑造孩子自律进取、终身学习的宝贵品质。从预制课本知识，到预制良好习惯；从规划假期学习，到学会掌控自我成长节奏，让孩子收获内在的成长底气，才是家校教育共同追寻的意义。

记者 万建刚 钟婷婷

分类信息

联系人：姚老师87682086、13884469746（微信同号）

《宁波晚报》
分类广告，
承接遗失、
声明、公告、
商务等类信息。

截稿时间：工作
日当天16:00

物业选聘公告

奉化区茗山馨苑苑公开选聘物业服务企业，欢迎注册在宁波市内，具有独立法人资格且注册资本在500万元及以上，宁波市信用等级B级以上，在宁波市有在管项目，在管住宅项目不低于5个的物业服务企业咨询报名。报名时间：8月10日至8月14日16时。联系人：邓老师，联系电话：13616889526

宁波奉化纳米多镀膜有限公司年加工2000吨金属表面处理项目环评信息公示

一、环评报告书征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告书的方式和途径，公众意见表的网络链接：公众可在<http://www.yuyuanh.com> 查阅报告书和下载公众意见表，或在建设单位处查阅。二、征求意见稿的公众范围：项目评价范围内的企事业单位和个人。三、公众提出意见的方式和途径：评价范围内的单位或个人可通过信函、电子邮件、电话等方式向建设单位提出与环境影响评价相关的意见和建议。建设单位：宁波奉化纳米多镀膜有限公司 联系：谢总 13355748179、1617780983@qq.com。四、公众提出意见的起止时间：2026年8月3日至2026年8月17日（10个工作日）。 宁波奉化纳米多镀膜有限公司

宁波市城市排水有限公司方桥净化水厂一期工程环评信息公示

一、环评报告书征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告书的方式和途径，公众意见表的网络链接：公众可在<https://www.ningbowater.com> 查阅报告书和下载公众意见表，或在建设单位处查阅。二、征求意见稿的公众范围：项目评价范围内的企事业单位和个人。三、公众提出意见的方式和途径：评价范围内的单位或个人可通过信函、电子邮件、电话等方式向建设单位提出与环境影响评价相关的意见和建议。建设单位：宁波市城市排水有限公司 联系：李工 0574-27661837、liq1227@126.com。四、公众提出意见的起止时间：2026年8月3日至2026年8月17日（10个工作日）。 宁波市城市排水有限公司