为孩子调整备考节奏：学习进度慢时家长可以怎么做

观察实际进度，找到真正的问题点

孩子参加AEIS 面授课程一段时间后，家长可能会发现，孩子的学习进度没有达到预期。这时候，家长的第一反应可能是催促孩子多练习，或者延长学习时间。其实，更有效的方法是先停下来，观察孩子具体遇到什么问题。进度慢的原因可能有很多，比如某个知识点没有真正理解、课堂反馈没有被及时消化、或者孩子对当天的内容感到疲惫。

家长可以和孩子简单聊一聊，了解是哪个环节让学习变慢了。是老师在课堂上讲的内容太快？还是课后练习做不下去？如果孩子说不清楚，家长可以查看孩子的作业或者课堂笔记，看看是否有反复出错的地方。这些信息能帮助家长判断，是需要在某个薄弱环节上多花时间，还是需要调整整体的备考节奏。



在AEIS 面授课程中，老师通常会给出明确的课堂反馈。家长应该主动和老师沟通，了解孩子在课堂上的表现。老师能看到孩子在听课、做题、提问时的状态，这些信息比家长在家里的观察更具体。家长不要等到考试前才去问，每隔一两周就可以和老师交流一次，这样能及时发现问题。

调整备考计划：把大目标拆成小步骤

当孩子学习进度慢时，家长容易感到焦虑，担心孩子赶不上考试时间。但是，越是着急，越需要把备考计划拆得更细。比如，原本计划一个月学完一个单元，现在可以改成两周学完一个小节。这样做的好处是，孩子每次完成一个小任务，都会有一些成就感，不会因为总看到大目标而觉得压力太大。



同时，家长要合理安排每天的学习时间。孩子年纪小，注意力集中的时间有限。如果一天安排太长时间的学习，效率反而会下降。家长可以把每天的学习时间分成几个短时段，每段20到30分钟，中间休息5到10分钟。这样孩子更容易保持专注，学习效果也会更好。

另外，家长要注意，备考不是只有做题和背单词。对于AEIS 备考来说，孩子需要提高的是整体的英语能力和数学思维。如果孩子在某一个方面进度慢，家长可以考虑增加一些相关的练习，比如多听英语音频、多读简单的英文故事，或者做一些和数学概念有关的生活应用题。这些练习不会让孩子觉得枯燥，还能帮助他们在轻松的氛围中提高。

利用小班教学的优势，获得更多个人关注

很多家长选择AEIS 小班课程，就是因为这类课程能让孩子得到老师更多的指导。在AEIS 面授课程中，小班教学的特点就是老师可以照顾到每个学生的进度。如果孩子进度慢，老师能够及时发

现，并针对孩子的薄弱环节给出额外的讲解和练习。家长要主动利用这个优势，让老师知道孩子在家的情况，这样老师可以在课堂上更有针对性地帮助孩子。

家长也可以和孩子一起，把课堂上没搞明白的问题记录下来，在下次上课时专门请教老师。不要让孩子带着疑问回家，因为问题积攒多了，孩子会感到很难跟上。在AEIS 小班课程中，老师通常会有余力回答每个学生的问题，家长鼓励孩子多提问，这对加快学习进度很有帮助。



除了课堂上的帮助，家长还可以让孩子和其他同学一起学习。小班里的同学水平相近，大家可以互相讨论、互相鼓励。家长可以和孩子商量，是否愿意和同学组成一个小的学习小组，每周固定时间一起复习。这种做法能让孩子在轻松的氛围中巩固知识，同时也能减轻他们独自学习的压力。

保持沟通和耐心，不急于求成

学习进度慢，很多时候并不是孩子不用功，而是孩子的学习方式和备考节奏需要调整。家长在和孩子沟通时，语气要平和，不要让孩子觉得自己在“被批评”。家长可以和孩子一起商量，看看是哪个部分最难，然后一起想办法。孩子如果感到家长在支持他，而不是催促他，反而会更有动力去学习。

家长也要注意，备考是一个长期的过程，中间有快有慢很正常。如果孩子在某一个阶段进度慢，家长不必过度担心，只要及时调整方法，孩子还是可以赶上来的。家长可以在家里设立一个简单

的进度记录，比如每周检查一次，看看孩子完成了多少任务。这样做既能让孩子看到自己的进步，也能让家长心里有数。



最后，家长要记得给孩子留出休息和玩耍的时间。备考期间，孩子需要放松大脑。家长可以安排一些户外活动或者孩子喜欢的娱乐项目。孩子休息好了，学习效率才会提高。家长也可以和孩子约定，完成一个阶段的任务后，就做一些轻松的事情，这样孩子会更有动力去完成下一个阶段。