

新生进课堂，过好“心理调适”关

与往年秋学期开学相比，今年防疫工作是“重中之重”。新学期开始前，学生和家長在銜接新學段方面有何問題，如何解決？昨日，記者就此進行了採訪。

比起学习，小学家长更担心孩子的生活技能

8月28日早晨8点，连元街小学一年级的新生们背着书包，拎着小水壶，第一次独自走进校园。熟悉校园、认识同学将成为他们开学前的首要任务。许多家长则举着手机记录下了孩子入校的过程。

家長在27日已經帶著孩子熟悉過教室位置，如今要鬆開孩子的手目送他們獨自入校園，他們既興奮又擔憂。“家長請留步。”在校門口，記者看到學校門衛攔住了不少想多送孩子幾步的家長。“孩子的教室在後面，已經看不到了。”一對送完孩子的夫妻站在欄杆外張望了一會才離開。

獨自走入陌生的環境對所有一年級新生來說都是全新的“冒險”。“萬一我還是找不到教室怎麼辦？”雖然已經提前認過路，但得知自己要獨自找教室時，許多孩子依然害怕。連元街小學一（1）班的辛沐坐在前一晚就向媽媽吐露了自

己的想法，將“找教室”作為一項高難度任務，提前想好了應對策略。“如果找不到教室，我會主動找附近的老師問。”

“帶領孩子們熟悉環境，減少他們對未知的恐懼很重要。我們以‘玩’的形式帶學生認識學校、認識集體、認識老師和同伴。”一（3）班班主任尹佩說，學生進入教室前會將自己準備好的照片貼到班級圖譜上，讓他們有集體歸屬感。學校還準備了拼圖、視頻等多樣形式幫助學生認識校園。

如今，越來越多的家長注重幼小銜接，提前引導孩子適應新的課堂節奏。“我們中班開始就帶孩子上了幼小銜接的課程，與一年級的課堂相似，所以並不是太擔心學習這一塊。”隨機採訪中，多數家長為孩子報名上過幼小銜接班，他們表示開學後更關心孩子的生活。在校外等孩子的楊女士告訴記者，幼

兒園課堂氛圍較為輕鬆，上午還有點心吃。進入小學後，午餐時間延後了，課間休息時間也比原來短。“我主要擔心孩子吃飯速度慢，還有能不能吃得慣學校的飯菜。”楊女士還跟一旁前來辦事的六年級家長了解學校情況。

王曉嵐是連元街小學的老師，今年她的兒子也是一年級新生的一員。她同樣表示，類似中午吃飯盛湯會不會被燙到、能否獨立如廁等生活細節問題更讓她擔心。“家長可以在家提前模擬演練一些場景，提醒孩子要注意哪些問題，在硬件上做足準備。”王曉嵐認為，學習習慣等問題不該進入小學才開始關注，家長從小就該加強引導，幫助孩子養成好習慣。“進入小學第一天時，孩子們還是懵懂的，有些問題可能經過一兩周才會出現。每位孩子遇到的問題不一樣，家長還需與孩子多溝通，及時發現問題。”

初中学习压力增大，学生身体和心理都需“补课”

前两天初一新生需要入校熟悉校园。送完女儿后，家長沈女士發朋友圈表達焦慮：經過一個暑假，孩子能不能遵守新的作息安排；初中學業壓力更大了，不知道孩子能不能適應……和她有著相同心態的家長不少。

事實上，家長的擔心並不是沒有道理。江南中學新城分校主任許潔觀察發現，初一新生中確實存在一些問題。她介紹，部分孩子體能退化，在沒有空調的地方站一會兒都堅持不住，臉色發白。有的孩子缺少時間觀念，規定時間內沒有到校。還有的孩子坐不住、做不

動，注意力不集中，老師喊了幾遍名字都沒聽到。“這些孩子經歷一個超長的寒假，六年級下學期到校只有大約3個月時間，而後又放暑假，長時間宅在家中。要進入初中學習了，他們的身體因為久不鍛煉不習慣日常學習生活，心理也可能不習慣。”

記者走訪發現，我市不少中學針對初一新生開展入學適應性訓練，包括熟悉校園環境文化，作息時間等。江南中學對三個分校的初一新生均開展了為期兩天的適應性訓練。許潔說，訓練包括身體和心理兩方面，讓學生尽早適應初

中學習生活。“身體方面，我們體育老師策劃了豐富的體能訓練內容，逐步增強學生體能。心理方面，兩天訓練中我們要求學生按照初中作息進入學校，學習學校的學生手冊，詳細講解入校、用餐等各方面規範和要求。每個班主任都耐心為學生進行集中培訓，全程陪著，為孩子們糾正問題。不僅如此，這段時間學校向家長推送有關校園的情況，心理指導等。我們假期里把‘家長學校’搬到了線上，及時為家長提供育人方面的輔導。”

（楊涵、陳春賢）

“新苗行动”关注儿童生命教育

本报讯 日前，新吴区妇联和三杯茶公益带着“童她益起来”公益项目之一的“新苗行动”社区生命教育关怀项目，走进鸿山街道和新安街道。三杯茶公益团队自主开发了针对7至12岁的生命成长课程，主要包括认识自我和儿童权利与自我保护两部分内容。下阶段，项目组将带着3至6岁的课程“走进孩子的世界”陆续走进社区，针对学龄前儿童家庭，以亲子互动引导家庭一起建立“有乐趣的幼儿养育”的理念。

（潘凡）



江阴文庙再现“开笔礼”

本报讯 昨天，数百名即将入学的一年级新生，在江阴文庙行了人生第一大礼“开笔礼”。

伴随着阵阵悠扬的古乐声，孩子们跨过青云桥，整洁了仪容后，在启蒙老师的带领下进入大成殿三鞠躬祭拜孔子。在明伦堂内，启蒙老师用朱砂在学童额头正中点上红痣，又称开天眼，寓意孩子从此眼明心亮，好好读书学习。随后，老师们带着学生依次击鼓明智，目的在于让孩子目明耳聪、茅塞顿开、创业建功。在明伦堂内，众学童聆听古代勤奋好学的故事，在诵读完经典语句后，很多孩子好奇地拿起毛笔，在老师的指导下学起了如何执笔。老师们一边做示范，一边仔细地检查每一位孩子的握笔姿势。随后，在老师的带领下，孩子们用毛笔写起了“人”字，寓意以后做人要堂堂正正、稳稳当当地立于天地之间。江阴市文庙保护管理部门工作人员介绍，举行“开笔礼”仪式目的是让儿童在庄严凝重的氛围中感受传统的刻苦学习、尊师孝亲、崇德立志的文化精髓，启蒙学生对读书识字的尊重和热情。（宋超）

中国福利彩票

大乐透第 20082 期：

02 11 12 21 34 + 04 08

大乐透一等奖 7 注 4注 855万 3注 1540万

排列3/排列5第 20192 期：

8 4 9 8 8

大乐透奖池： 9.13 亿元

7位数奖池： 1.29 亿元

最终结果以彩票中心开奖公告为准

扫码关注
无锡体彩微信公众号

公益体彩 乐善人生

双色球今晚开奖 奖池 10.25 亿

今晚双色球第 2020083 期开奖，2 元可中 1000 万元。本期号码预测分析：上期和值为 89 点，小幅下滑，本期可关注和值小幅回升，区间在 105-135 之间。上期无落号开出，落号奖号连续 8 期开出后出现隔断，本期关注 1、2 尾数 1-2 枚落号开出。上期无连号开出，连号奖号连续 3 期开出后出现隔断，后期有走热趋势，本期可关注大数区域二连号。上期蓝球开出了号码 09，本期关注 1 路蓝号开出。

本期综合推荐 (10+2)：03、05、09、11、14、15、18、20、25、30+10、13。（仅供参考）。

福彩开奖

福彩 3D 第 2020193 期

9 3 3

15 选 5 第 2020193 期

02 08 09 12 15

以福彩正式开奖公告为准