

做好这些准备工作,新学期开学更省心

寒假接近尾声,开学在即,寒假后开学的那段时间里,会有部分学生不在状态,上课的时候要么打哈欠,要么心不在焉……这些情况,其实都是开学前的收心工作没做好,孩子无论身体还是心理,都没有调整过来!

快开学了,小编准备这份“开学攻略”请家长和学生收好!新学期,加油!

家长篇

做好9项准备工作

与孩子一起 回顾假期生活

家长和孩子可以一起把假期生活“倒电影”式地回放一遍,对照假期计划,看哪些已经完成,哪些尚未完成。可以一起分享下收获和遗憾,比如读书、休息、娱乐、交往等方面,并及时总结经验或分析原因,相信家长和孩子通过这种“复盘”形式,会有更多收获。

帮助孩子收心 回归日常状态

假期中的孩子,心态通常较为松弛,而开学后则相对紧张,两种状态的转换往往需要一段时间。

对此问题,提醒家长不能操之过急,应循序渐进地帮助孩子把心收回来,否则会给孩子太大的心理负担。在此阶段,建议家长尽量少安排大型活动,让孩子的心慢慢沉静下来。

引导孩子 调整生物钟

很多孩子在假期形成了晚睡、晚起等不良的生活习惯,如果不提前调节,开学之初通常会出现注意力不集中、精神不佳的状态,影响孩子的学习适应。

家长们不妨和孩子一起在这段时间制订一个和学校生活接近的作息时间表,按照平日上学的时间起床、睡觉、学习、运动,有规律地作息,从而更好地适应接下来紧张的学习生活。

检查作业完成情况 查漏补缺

提醒孩子检查回顾作业的完成情况,还有哪些未完成,尚有时间予以完成。很多孩子经常将作业拖延至正式开学前一晚,挑灯夜战,通常在身心俱疲的状态下,草草应付。

因此,建议家长和孩子一起合理规划和安排开学前期的这段时间,及时查漏补缺,高质量完成作业。

与孩子一起 制定学习计划

新学期、新气象。家长和孩子可以一起展望下未来,提前做做规划和打算,例如下学期要提高哪几门功课的成绩,在学校超越的目标是什么,新学期是不是要学一门新特长等等。

制定学习计划、树立目标可以帮助孩子明确方向,消除盲目感,也能帮助孩子更好地进入学习状态。

鼓励孩子 提前联系老师同学

通过一个长假的分离,同学们之间可能都会有一些变化,鼓励孩子提前联系一下同学和老师,互相分享寒假见闻和“新鲜事”,相互关心,相互表达彼此的想念和对新学期的期待,不仅能增进同学、师生之间的感情,也有利于培养孩子的人际交往能力。



带孩子逛逛 图书馆或者书店

开学前,家长们可以结合新学期计划,陪孩子去图书馆、书店等地方,感受一下浓浓的书香,也可查阅和购买一些孩子喜欢的书籍资料,培养孩子读书的兴趣,也为新学期适当做些准备。

引导孩子进行 适度的复习和预习

经过一个寒假,孩子可能对上学期的知识有所遗忘,不妨抽空回顾一下主要知识内容。同时,也可以提前浏览新学期的教材,适当做些预习,有利于实现新旧知识的顺畅衔接。

但提醒家长,孩子提前预习要适度,不建议提前把新知识学一遍,这样容易致使孩子在正式学习时丧失新鲜感和兴趣。

读懂孩子情绪

由于某些特殊经历和感受,有些孩子可能会对上学感到“焦虑”甚至“恐惧”,家长要正确做好沟通和引导工作,理解孩子产生的这些情绪,分析产生的原因,给予有针对性的鼓励和支持。

心灯

再舞红缨

无锡市大桥实验学校七8班 秦澜

“有生之日责任担当,寸土怎能属于他人——”长枪起,血洒疆场;战旗扬,寸心如丹。皮影戏是李师傅的一门手艺,一出出惟妙惟肖的表演,一个个精心雕刻的人偶是他多年的心血。而我,是皮影戏人偶穆桂英。是他让我登上了舞台,熠熠生辉。“好!”身着长袍的人们不由欢呼。

正逢战火纷飞的时代,无数热血青年为国家牺牲。李师傅在闲暇之余总是静静地凝望着我们出神:“我一把年纪了,上不了战场了,只希望这一出皮影戏能激励更多的年轻人报国!”说着,他眼眶渐湿。

之后有很长一段时间,李师傅没有演皮影戏了。他去哪儿了?我的心中空荡荡的。直到那群人来把我和其余的人偶伙伴搬进一个皮箱,给他的儿子带走,我才懂:李师傅去世了。四角的黑皮箱与牢笼毫无区别,它把我们困在这里,不能表演,不能为人们带来快乐。

在我逐渐消沉时,一道久违的光亮出现了——皮箱的拉链被拉开了!我那一刻竟然有流泪的冲动,我多想再次挥舞我的长枪啊!可希望又破灭了,眼前不是李师傅。“这是爸留下来的吧!唉,现在还懂这门手艺的人越来越少了,子承父业倒也不错!”“算了吧,这年头还不如开个小店养家糊口呢,搞这手艺能赚多少啊?”一道女声传来。他沉默半晌,还是点点头,把拉链拉上了。我无声地呼喊,但人们听不见,我的世界又陷入了一片黑暗。

岁月不居,时节如流,我感到自己的身体在慢慢腐朽,难道我再没有被记起之日了吗?!“2011年11月27日,皮影戏申请世界人类非物质文化遗产成功,被正式列入‘人类非物质文化遗产代表作名录’。”广播声响起,让我的灵魂为之一振。我的身体腐朽了,无法再舞红缨,这是命运的安排。

一代代手艺人将皮影戏发扬光大,这是技艺的传承;一辈辈中国人将保卫祖国刻在心上,这是信念的传承。

(指导老师:潘岚)

学生篇

培养7个学习习惯

阅读的习惯

读中外名著或伟人传记,与高层次的思想对话,每天读一两分钟,有好处,孩子的可塑性强,与大师为伍、与伟人为伍的时候,很多教育尽在不言中,一旦形成习惯,会终生受益。

写作的习惯

写日记,有话则长,无话则短,通过日记可以看出一个人有没有思想,有没有一以贯之的品质,看日记能看出学生的水平,一分钟三五十个字,坚持住,写下去,这就是决心。

预习的习惯

学生如果不懂得自己主动学习,最简单的事都要等着老师告诉,这样难以取得好成绩。

制定计划的习惯

凡事预则立、不预则废,优秀的学生长处就在于明白自己想要干什么,会提前做好计划。

小事赶快做的习惯

这也是非常要紧的一个习惯。大的目标够不到,赶快定

小的目标。难题做不了,挑适合自己的、容易做的题去做。

整理错题的习惯

每次考试之后,如何整理错题?找到同类型题、同等程度的知识点研究一下提高的办法。整理错题集是很多学生公认的好习惯。

筛选资料的习惯

引导孩子学会根据自己实际,选择学习资料。

(中国教育报)