

## 把“弱科”补上 让“优科”更优

□ 记者 杨寒冰 见习记者 胡焯晔

学习效果犹如“木桶效应”，要想综合成绩优秀，需得各科都优秀，若有一科落下，那就算不得优秀，甚至影响升学。

暑假是培优补差的黄金时机，学生可以利用这段时间，把优势科目巩固拔高，把弱势学科补齐赶上。

## 小学生：“短板”科不多 重在兴趣

小学阶段所学的科目不多，所以，小学生偏科现象并不严重。洛北乡中心小学西院五(2)班班主任鲁慧说，不排除个别孩子某一科非常优秀，其他科目略差的情况。主要原因是，不同的孩子对不同的科目感兴趣，擅长的科目也就不同。

学习成绩一般的孩子，家长千万不要给他们报培优学习班，鲁慧建议家长想办法培养孩子的学习兴趣。有了兴趣，成绩自然能够提高。如果去了培优班，孩子在基础知识不扎实的情况下，被迫去接触有难度的知识、习题，很容易打击孩子的学习积极性，从而产生畏惧心理，丧失学习兴趣。

基础较好、学习成绩优秀的孩子，家长可结合孩子的兴趣，选择相应的学习班。比如喜欢写作文的孩子，可以报名参加作文班；对数学感兴趣，且学有余力的孩子，可以参加奥数班等。

## 中学生：补“弱”强“优” 全面提高

中学阶段，所学科目种类较多，学生偏科现象明显增多。

“所谓的弱科，成绩不理想，主要原因是基础知识把握不牢。”市教育局中小学教研室高中组组长李长文说，无论是初中生还是高中生，无论是“弱科”还是“优科”，最好的提高办法，就是利用暑假时间，重新通读教材。

基础薄弱、成绩不理想的学生，通读教材时，重点



(资料图片)

应放在基本概念、原理、公式、定律、单词、课文的掌握上。

比如语文的生字、词，课后要求背诵的段落，要会写、会背。文言文要熟读，课后注解要认真牢记，养成写日记习惯，提高写作能力。

学英语应牢记教材上的黑体单词，能拼写，能辨清词性。课文要熟读，根据课文长短，尽量能够背诵全文或个别段落。

数学则应先弄懂弄会概念、公式、定理等，能将这些内容用自己的语言表述出来。然后练习教材上的例题、课后习题，巩固基础知识。

政治则应在通读教材的基础上，记牢基本原理，读熟读懂教材。

对于成绩不错，想进一步提高的同学，也应该进一步巩固教材。因为，平时在学校所学的内容都是分课时而学，在假期

里如果能将教材通读一遍的话，所学知识将变得更为系统、全面。考试并不是仅考某个章节的内容，而是考察综合知识的运用。想要有进一步的提高，须在“温故而知新”的基础之上，再去扩大接触面、知识面。

语文应在老师指导下，阅读一些适合年龄段的名著，多做阅读理解习题。

数学应在完成暑假作业的前提下，做一些与中招或高招真题接近的模拟试题，提高数学知识的运用能力。

英语以“精读”、“泛读”交替的方法，扩大阅读量；多做阅读题，写英文日记。

政治知识蕴藏在生活的各个角落，比如逛商场、菜市场时都可以运用政治知识来解释生活。这件衣服为什么价高？那双鞋子为什么要打折？早上的菜价为什么高于晚上的菜价等？

物理、化学、生物、历史等科目也可以这样培优补差。

## 补习班：还需谨慎对待

在暑假，很多家长习惯于把孩子送到补习班去，认为补习班不仅能让孩子们有个地方“托管”，而且能帮助孩子们学习进步。

果真能进步吗？市六中初一班主任张广辉不这么认为。去年暑假，他班上有两名学生报了暑期补习班，可是期中、期末考试时，这两名学生成绩都下降了。

为什么？暑假补习班提前给他们讲了新学期的课程。学生开学后，认为自己什么都会了，老师上课时便不再认真听讲，结果导致了成绩下降。

学校一个学期所讲的课程，补习班不到两个月的时间就讲完了，其教学效果可想而知。除此之外，补习班的教师水平参差不齐，教学的针对性、系统性难免有缺陷。

对学生来说，复习比预习更重要。如果补习班以复习教材为主，可以考虑去上，如果是预习为主，希望家长慎重考虑。



## 学会一技之长 成就美好人生

□ 记者 杨寒冰

时值暑假，舞蹈、美术、音乐、轮滑、跆拳道等各种各样的特长班的招生广告随处可见。利用两个月左右的暑假，学习一两门特长，对学生来说无疑是个不错的选择。

## 运动特长 强身健体

刚放暑假，吕先生就给上小学一年级的儿子报了一个游泳班。他认为，作为一项生存技能，游泳是对孩子最有用的运动。而且，游泳技巧具有“终身”性，一旦学会，不管过了多久，都不会忘。

上周六的傍晚，吕先生陪儿子去游泳。看到仅仅学了一周时间的儿子，像小鱼儿一样在水里来回穿梭，吕先生特别高兴。他说，游泳能让身体的各个部位都得到充分锻炼，是一项强身健体的好运动。“儿子最近饭吃得特别香，觉睡得特别稳，这都是学习游泳带来的好处。”

平时学生在校，每周两节体育课的运动锻炼量，远不能满足孩子身体快速生长发育的需求。河洛中学体育老师张红利分析说，体育锻炼对学生健康成长非常重要，比如，打乒乓球能缓解眼部疲劳，预防近视；弹跳运动是健脑益智的最佳运动；长跑能促进身体发育。由于课时的局限性，学生平时运动较少，有些有运动天分的孩子的运动潜质也得不到很好开发。所以，学生利用暑假学几项运动特长，对增强体质、拓展运动能力非常有好处，但要注意应在教练的指导下练习，不能盲目训练，以免受伤。

## 艺术特长 打造气质

在女儿的再三央求下，杨女士终于答应把9岁的女儿婷婷送去学拉丁舞了。

婷婷上小学四年级，非常热爱集体活动。学校组织文艺演出，她总是积极报名参加。可是，由于没有舞蹈基础，参演人数少的时候，她就不能登台演出，参演人数多的时候，她也只能站在队伍的后面做配角儿。

放暑假前，教婷婷音乐的李老师告诉婷婷：“暑假报个舞蹈班吧，对培养乐感，打造气质，塑造形体都有帮助。”

在定鼎路一家古筝培训班，不少高中学生也前来报名学习。高二学生李艳华说：“小时候没学过艺术，现在想利用暑假来补一补。学艺术可以陶冶情操，提升气质。将来到了大学，也算有个一技之长吧。”

古筝老师马芳说，像李艳华这种到了高中才来学艺术的人并不少见。学艺术除了能陶冶情操，提升气质外，多条技艺多条路。比如，文化课成绩一般的学生，利用高一暑假集中加强学习古筝，暑假结束时，能达到初级水平，高二、高三每周能坚持一两节课的话，加上乐理知识学习，高考时，考一所普通艺术院校应该不是问题。

## 电脑特长 解除“玩”瘾

在洛阳日报社教育培训中心的电脑培训班里，小张正在专心学习制作Flash动画。

小张是初二学生，因为沉迷网络游戏，让父母、老师都非常头疼。放暑假前，老师找他谈话，无意中听得小张喜欢Flash制作，于是建议家长在暑假期

间给他报个电脑培训班。

在电脑培训班，小张对Flash制作很感兴趣，进步非常快，成了班里的榜样。被树为榜样之后，小张处处严格要求自己，不但自己游戏玩得少了，而且还教育身边的人：“与其浪费时间玩游戏，不如做几个Flash动画更有意义。”

电脑培训班老师沈慧敏说，暑假来学习平面设计、Photoshop的中小学生学习人数不少。学习电脑特长，除了转移学生爱玩游戏的注意力之外，对学生今后的职业前景也很有帮助，毕竟现在是网络时代。

## 兴趣第一 切勿攀比

每一项特长的学习都是建立在经济、时间、精力等基础之上的，家教专家胡社功建议家长，在报班学习之前，一定要慎重考虑，不可盲目。

想学好一项特长、一门技术，兴趣是第一位的，习惯第二位，方法第三位，三者兼备，才能达到好的学习效果。

在选择报班之前，要依据孩子的兴趣作出选择。比如学钢琴，孩子有兴趣，那非常好。如果兴趣感不明显，家长又很想让孩子学，那么，家长需要用一段时间来培养孩子对钢琴的兴趣，兴趣有了，学起来效果才会更好。

每个孩子都有自己的特点，接受新知识也有快慢，所以，在学习时，千万不能盲目攀比，不要因为这一时间段内，孩子没有别人进步快，就批评孩子，否定孩子，这是大忌。