

“开学了”——每当临近开学时,家长和老师都比较头疼,一为孩子开学收不回心;二为孩子担忧,怕不适应新学期的学习、生活。如何让孩子尽快收心?新学年,无论是幼儿园、小学,还是初中、高中都会增加一批新面孔,新生如何更好地适应新的学习生活?这恐怕是眼下学生和家

“开学了” 准备好了吗?

□ 李惠

快开学了,我想轻声问一句:开学在即,您和孩子准备好了吗?

听到这句话,您可能会在心里想:准备好了呀,新书包,新铅笔,新衣服……No, No, No! 如果您认为开学前的准备只是这些,那就大错特错了。笔者在多年从事小学低年级教育的过程中,发现由于一些家长的学前准备做得很充分,孩子能很快地适应小学学习生活。下面,我送各位家长几把金钥匙,希望能帮您的孩子更好地打开知识之门。

金钥匙 1

激发兴趣

“兴趣是最好的老师”,这是一句耳熟能详的话。怎样让孩子对学习产生浓厚的兴趣,应该是每位家长格外关注的。您在平时和孩子的交流过程中,不妨向孩子渗透学校的“神奇”作用。比如,孩子对某件事情很好奇,非要追着您打破砂锅问到底,此时您就可以卖个关子:“这个问题我也很想知道,不过听说上学之后,老师会教给你的。你弄明白之后,千万不要忘了再教给我呀!”这时候,孩子可能会说:“我什么时候才能上学呀?”如此,便水到渠成了。

金钥匙 2

时间观念

孩子在幼儿园时,会有午睡的时间。但是上了小学之后,时间就不会那么宽松了。因此,从现在开始就要养成良好的作息习惯。早晨6点30分起床,中午12点吃饭,接下来可以让孩子小睡一会儿(睡不着就躺在床上休息),下午1点50分准时喊孩子起床,下午6点吃饭,看会儿动画片或讲几个故事,8点半就要洗脸刷牙准备睡觉了。总之一句话,严格按照学校的作息时间来安排事情。

金钥匙 3

苦练坐功

孩子在上幼儿园时,比较自由,老师对其上课时的坐姿要求不是特别严格。这就造成了孩子“不老实”,以至于到了小学阶段,老师在反馈孩子的学习时,总会说:上课好动,精力不集中。

因此,从现在开始,让孩子苦练坐功是非常有必要的。您可以训练孩子安静地坐一段时间,从20分钟慢慢过渡到40分钟。在这段时间内,您可以让他看看书,也可以给他讲故事。让孩子习惯倾听,这对将来提高他的学习能力至关重要。

金钥匙 4

敢于举手

有不少家长向我诉苦:我的孩子就是胆小,上课不敢举手发言。如果您的孩子比较内向,开学前的几天里,您可以有意识地带他参与一些活动;为孩子创设一个较真实的交际环境,练练孩子的胆量。另外,让孩子明白,老师喜欢大胆发言的孩子。孩子一旦接受了这个观点,上课不让他举手都难。

总之,孩子从幼儿园教育过渡到小学教育是一个重要的转折期。而开学前需要准备的地方也远远不止这些,只要您能做有心人,经常把自己当成孩子,“想孩子之所想,急孩子之所急”,就一定可以尽快帮助孩子适应并喜欢学校生活,让您的孩子赢在起跑线上。

开学了, 家长更紧张

□ 记者 朱娜 见习记者 马文双

要开学了,有些学生会有点紧张,但家长们表现得比他们更紧张。

“开学后,我家晶晶就要住校了。”西工区玻璃厂路的王女士说,“不知道她能不能适应集体生活,万一她和同学关系处不好,会不会影响她的心理发育?孩子正是长身体的时候,住校期间如果吃不好怎么办?”

涧西区张先生说:“开学后孩子就要上初三了。从现在开始我得把孩子的学习抓紧点,不能浪费一点时间。但是,我又担心一味说教给孩子压力太大会适得其反。孩子还没怎么样,我自己倒是紧张得不得了!”

马上就要开学了,很多家长跟着孩子一起紧张、焦虑。尤其是小升初或即将考高中的学生家长,他们表现得更为明显:担心孩子不适应新的学习环境,担心孩子不用功学习,担心孩子会出现早恋问题……

河洛中学副校长刘振富介绍,家长之所以会紧张,是因为抱着望子成龙、望女成凤的心态。他们的孩子可能在小学成绩很优秀,同时他们也希望孩子今后能一直保持优秀的状态。如果孩子的学习成绩有丁点变化,学习环境发生改变,或者与同学关系处理不好,他们就会表现出担心和紧张,担心孩子的成绩一落千丈。因此,家长的担心和紧张是可以理解的,但是要明白自己目前应该做什么,不是盲目地紧张与担心。应该与老师配合好,让孩子尽快适应新的学习环境,掌握正确、适合自己的学习方法;适当地给孩子增压或减压,一定程度的增压可以让孩子有学习动力,但学会适当地放松更有助于提高学习成绩。

“这一切的问题归根结底就是家长缺少对孩子的认同,父母不信任孩子。”市中心医院心理咨询科医生、国家二级心理咨询师史静杰说,家长担心孩子学习成绩跟不上、担心孩子与同学关系处理不好等一系列问题,都是没有发生的事情。这些事情可能发生,也可能不发生,并不会因为家长的担心而不发生。事实上,家长是把自身的焦虑投射到孩子身上,为自己的焦虑寻找了一个借口。家长在面对焦虑情绪时,要先找出焦虑的原因。否则,焦虑情绪也会传染给孩子和家人。



我家的开学准备会

□ 管洪芬

快开学了,看着依然疯玩在外的女儿,我突然想,是不是应该给她上上课,帮她收收心了?

等吃过午饭,我拦住又要出门疯玩的女儿,我问:快开学了,你会不会害怕,会不会担心?女儿很惊奇地看着我问:为什么要担心?上学不知道有多好!等开了学,我可以和同学们一起玩,可以滑滑梯,老师会放好看的动画片,还有,学校里的阿姨做的点心可好吃了……

我知道在幼儿园里,女儿各方面都表现不错,只是,这学期女儿要升小学了,早先的轻松难免会被学习任务的加重代替,而且小学和幼儿园的区别又何止于此?

这样想着,我转身拿过早早为女儿买好的文具给她看,告诉她:早先去幼儿园你不用背小书包,但上了小学你会学到许多新知识,所以这个小书包里会放满你学习用的书本;小学的校园里也没有滑梯了,而且也没有了你喜欢的点心……

我一边说着一边注意着女儿的表情,分明地,我看到她的眉头开始纠结,神情里依稀有了一种担心的色彩,我轻轻地微笑,拥着女儿,把刚从学校领来的书本翻开给她看,我说:但是,背着小书包,你会感觉自己好神气,因为那看上去你已经是个大孩子了,你会更懂事,你会学到许多原先没学到的知识,等你认了字,你会自己读懂你喜欢的故事书,多好?学校里虽然没有滑梯了,但是会有体育课,老师会教你各种你喜欢的运动……

原以为女儿会反感我的唠叨,但是很意外,女儿很专注地听着我说的一切,等我说完,女儿开始依偎在我怀里,说,妈妈,我一定会好好学习的,你放心吧。

我莞尔一笑,我愿意把我知道的一切都告诉她。孩子应该知道她将面对的一切,无论是困难抑或惊喜,那么权且把这当做女儿的一个开学准备会又何尝不可呢?我一说完,看见女儿也不由得笑了。