

理解之心 平常之心

宽容之心 爱护之心

帮孩子顺利参加中考

2012中考在即,家长们也跟着紧张起来,有的时候甚至影响到孩子的复习,那么家长应该如何做呢?作为一名教师,我认为家长应该保持四种心态,帮助孩子顺利度过中考。

理解之心

家长要站在孩子的角度,设身处地去理解孩子,理解孩子为了学习而付出的努力,理解孩子的苦和累。孩子因疲劳而听听音乐,看一会儿电视,或是出去散散步,给同学打一个电话等,家长都要给予理解,因为这都是孩子调节情绪、缓解压力的方法。不要一看到孩子休息就感到紧张,唠叨不停。对于学习感到过于紧张的孩子,家长要理解孩子的紧张情绪,要以理解之心去支持孩子。

平常之心

越是临近中考,家长越要保持一颗平常心。家长要用一种平和的心态对待中考,因为中考只是孩子成长过程中必然的经历。另外,人的才能不仅有水平的差异,还有种类的差异、表现早晚的差异。所以不要让中考过分地干扰自己和孩子的心境。平时生活起居怎么样,现在还怎样,适当注意一点,只要不影响孩子学习就行了。家长的这一份平常心还有利于缓解孩子的紧张情绪,让孩子在中考中能正常发挥。



(资料图片)

宽容之心

临近中考,孩子心理压力很大。初中生因为年龄小、承受心理压力的能力较弱,所以家长不经意的一个动作、一个眼神、一句话就可能触犯了ta,就会让他暴躁不已。遇到这种情况,家长要多理解孩子,不要计较,不要责备,要更多地给予孩子关心。当孩子感觉疲惫烦躁时,提醒孩子做一些运动,减轻疲劳、发泄情绪,也可放上一段轻松的音乐来帮助孩子舒缓紧张的情绪。

爱护之心

临近中考,孩子的学习节奏加快,压力加

大,大脑处于高度紧张状态。这时让孩子吃好、休息好是对孩子的一种支持。家长可选择一些既清淡又营养的食物,如鸡蛋、牛奶、瘦肉、鱼等,有助于增强孩子的记忆力。同时让孩子多吃一些含维生素C的食物,也可以熬些薏米粥、绿豆粥、银耳莲子汤等,适量放些糖,既美味营养,又清热去暑。但是需要注意的是,对孩子饮食起居的照顾还是以自然为好,不要过于小心。

(王文)

家长会

洛龙区第二实验小学 协办
地址:洛阳新区英才路301号
电话:0379-65827383

让孩子在做家务中成长

□文/周礼

我曾读过一本书,内容是关于孩子成长的。书中说,家长应该给适龄儿童安排一定的家务,这样有利于锻炼孩子的动作技能,提高孩子的认知能力、独立生活能力,更有利于培养孩子的责任感。

女儿已6岁多,看来是该让她做一些家务活了。于是,利用空闲时间,我给女儿拟订了一份详细的做家务计划:

一、每天晚上睡觉前,自己准备第二天要穿的衣服、袜子、鞋子、书和笔等;二、自己整理床铺、玩具和房间;三、每天吃饭前摆好碗筷,饭后将碗碟放到厨房的洗碗池里,并将桌子擦干净;四、每周参加一次家庭大扫除,包括扫地、擦地板、扔垃圾等;五、定时给家中的金鱼喂食,给花浇水;六、每周洗一次碗,洗一回袜子;七、帮父母买味精和餐巾纸等……

计划订好后,我担心女儿不会接受,又重新拟订了一份稍微简单一点的,让孩子从中选择。另外,我还在计划上列出了一些非规定范围内的家务,比如,帮爸爸擦皮鞋、洗车、打扫楼道等,这些活儿不强制孩子做,如果她愿意做,我就支付一定的报酬。如果她不愿做,我们亦不勉强,一切顺其自然。

起初,我以为女儿不会同意这些方案,没想到当我用商量的口吻将计划递到女儿手上时,她连看也没看就爽快地答应了,她甚至觉得这很有趣。

刚开始,女儿的家务做得十分糟糕。淘米时,她把米弄得满地都是;擦桌子时,她在桌面留下了一道又一道痕迹;浇花时,她将花盆里弄得满是水;喂鱼时,她将鱼缸里堆满了食物……对此,我没有责备女儿,而是耐心地指导她,教她一些基本的劳动技能和方法。渐渐地,女儿做得越来越好,在整理房间时,她知道将书籍和玩具归类;洗袜子时,她知道将浅色的袜子和深色的袜子分开;擦玻璃时,她知道不能用太湿的毛巾……我不得不对女儿刮目相看,心想,真的不能小看孩子!

有一次,母亲来看望我们,见年幼的女儿帮着我们做这做那,她非常痛心,把我们狠狠地数落了一顿。饭后,母亲主动收拾起碗筷,没想到女儿却不让她做,她说:“奶奶,这是我干的活,您放心吧,我能做好。”

通过做家务,女儿学会了观察和分析,学会了总结经验教训和珍惜他人的劳动成果,感受到了做家务带来的快乐,明白了只有付出才会有收获。女儿的这些变化,让我深切地感到孩子做家务的好处。以后我会给女儿安排更多、更复杂的家务,让她在做家务中成长。

一名初中校长致小学毕业生家长的一封信

别为孩子择校走入误区

尊敬的各位家长:

您的孩子即将小学毕业,选择一所适合自己孩子成长的学校,是目前每位毕业生家长的心愿。初中阶段是孩子成长过程中的重要阶段,孩子不仅要完成文化知识的学习,还要面临青春期这个特殊的年龄段,健康的心理、健全的人格以及耐挫、果敢、自强、自立等能力与品质的培养对他很重要。

比起小学生,上初中的孩子更需要细心的关爱、适时的引导、合理的约束,因此备受家长重视。目前孩子即将小学毕业,许多家长开始为孩子的问题忙碌起来。有的家长拉着孩子奔波于各个初中或考

试竞赛之间,有的揣着条子、票子找熟人、朋友。

这样做,无非一个目的——使孩子能够升入一所优质初中!

可是,我觉得很多家长在这方面存在误区:一是盲目从众心理,不惜一切挤名校。为了自己和孩子的面子,非要让孩子到所谓的名校就读,甚至不惜舍近求远。试想:孩子每天早上六点就要穿越大半个洛阳城去上学,三年下来,有多少时间白白浪费在路上?二是盲目的攀比心理,花钱买心安。有些家长对收费高的学校情有独钟,觉得收费高就是质量好,对国家义务教育对公立学校的政策要求不了解,一味地追求硬件档次。三是盲目追求名气,不顾孩子现状。为了孩子上学,不顾孩子的实际情况和家庭情况,只顾眼前,不管孩子的长远发展,不考虑对孩子成长有利的条件。学校选择不当,到头来只会孩子累、家长苦、结果差。

那么,什么是好学校呢?我认为适合自己孩子发展的学校就是好学校。考量学校的好坏,最根本的有三项标准:第一,学校有先进的办学理念、良好的校风和科学的管理,这是软件,也是学校的精神。评价一个学校的优劣,不在于这个学校的楼有多高、学校多大,而在于其办学思想是否先进。家长要看学校教育是不是以学生为本,以学生的发展为本,是不是着眼于学生的未来,是不是能发展学生的特长与个性,是不是能让每

个学生全面发展。优良的校风是学校最宝贵的财富,所以不同的学校造就的学生,不仅气质、品位有差异,而且才华、志趣也不尽相同。第二,优秀的教师群体是一个学校的生命线,一个没有优秀教师的学校是不能生存的。优秀的教师主要包括:首先群体的师德呈现应是高尚的。其次应建立“以生为友,教学相长”的新型的民主平等师生关系,宽松和谐的教学气氛,使全体学生在教师的关爱中感受人间的温情和学校生活的乐趣;丰富的学识、过人的教学能力,也是一个教师必备的。第三,先进完善的教学设施。教学设施是实现教学任务的物质基础和保证。现代教学与以往不同的是,信息容量大,处理信息的能力要强,否则很难适应现代教学的要求;现代教学的内容丰富,它决定了教学要借助各种场地、各种工具、各种现代化的设备才能高质量地完成教学任务,实现教学效果。

教育不仅仅是向学生传授知识,还包括学生对生命内涵的领悟、行为习惯的养成,文化的传承以及实现学生的个性发展。教育是一种选择,一种贫瘠与肥沃的土地在家长智慧地耕耘下的果敢判断与择取,一种相信眼睛,更应相信心灵的选择,选择一种好的教育,就选择了一生的成功与幸福。

各位家长,从现在开始,你又多了一份责任,那就是要把你的孩子培养成一名合格的青年。你要做许多的教育调整,从关心呵护到铸造锤炼,从行动到思想都要身体力行,这是你的责任。请你为孩子的成才与成功、健康与幸福奠定基础。

陈钢

打扰别人休息不礼貌

老师在给同学上道德教育课时,发现学生小毛伏在桌上打盹,就喊道:“小毛同学!”

小毛惊醒:“到!”

老师:“什么行为不礼貌?”

小毛大声回答:“打扰别人休息的行为不礼貌!” (尤末)

笑笑吧

市实验小学教育集团 协办

网址:www.lyshixiao.com
电话:0379-63230928
总校地址:西工区凯旋东路62号

好家长 市实验中学 协办
网址:lysyzx.com
电话:63228959 63228963