

留学课堂

到加拿大留学的注意事项

□杨华夏



新东方外部阅读写作名师杨华夏

慎重择校

加拿大绝大多数学校是公立的,学校的教学质量是有保证的。在加拿大的大学里,外国学生和当地学生一起学习,并不像有些不正规的学校那样,为了赚钱只招收外国学生,因此,上加拿大的大学,不必有什么顾虑。当然,加拿大也有不少以招收外国学生为主的学校,但这些学校大多只教授高中和大学预科的课程,中国有不少家庭把孩子送到这类学校学习,据了解,这类学校中的绝大多数也是有质量保证的。需要注意的是,为了争夺市场,这类学校往往在中国国内的媒体上大做广告,有的广告与实际情况不完全相符。

选择语种

到加拿大留学的中国学生在选择学校时,一定要先了解清楚学校的教学语言及要求。由于加拿大英语、法语并用,到加拿大留学前一定要弄清楚学校使用哪种语言授课,避免因语言障碍产生不必要的麻烦,如果语言能力达不到相应的水平,即使已经掌握了所学的专业知识,在参加限定时间的考试时,也是很难取得好成绩的。

选合适的专业

去加拿大留学的学生不能盲目追求高精尖的专业,应该全面分析自己的长处和兴趣,寻找适合自己发展的专业,考虑社会发展的需要。如果没有选对专业,毕业后找不到专业对口的工作,就会使自己走许多弯路,浪费自己宝贵的留学时光。

考虑经济能力

在加拿大,除非出类拔萃者,学校一般不向外国本科留学生提供奖学金或助学金。

虽然跟别的西方国家相比,在加拿大留学费用相对低些,但是仍然比国内高很多。加拿大对本国和外国学生实行双轨学费制,外国留学生的学费是本地学生的数倍。一般来说,学完一年大学预科和四年的大学本科,花费至少折合人民币50万元。因此,要考虑能负担得起的学校。

更多留学问题请致电:

0379-62688117

新东方留学学习旗舰中心(通济街与政和路交叉口天元商厦四层)

极速英语联手数理化及文综名师

强强联合,打造洛阳传奇教学

一、师资力量: 极速英语学校杨哲(英语)、李泽(数学)等名校教师强强联合,打造洛阳传奇式的辅导与教学;该团队成员均为原中考、高考命题组老师。
二、办学特色:
1. 高端定位、改变应试逻辑;标

新立异,传授经典方法;打破常规、颠覆传统模式;极速拔高,缩短学习路径。
2. 学习英语一个学期:大部分学生初一、初二校考基本满分,做中考原题可得100分以上;初三中考可得满分;高一至高三熟练掌握英语、数

学所有考点及经典方法。
3. 初一至高三各招一个实验班,开设英、数、理、化。
报名地点:玻璃厂路天力大厦5楼519室。
电话:18638899637
13783790911

新家教

孩子睡不好 家长怎么办

专家:开学初期,家长要帮助孩子调整生物钟,给孩子营造良好的睡前环境

□记者 崔晓彧



(资料图片)

睡眠挺“垃圾”精神不太好

新学期开学已经有一段时间了,您的孩子是否有“垃圾睡眠”情况呢?

看电视、听音乐或者玩手机的时候能睡着;晚上睡得少或干脆不睡,白天补觉;双休日补觉;晚上在高强度的学习结束后,马上去睡……这些情况下的睡眠被统称为“垃圾睡眠”,有“垃圾睡眠”情况的人大多睡眠时间不足,睡眠质量较差。

市二十六中的王俊老师长期担任班主任工作,在她的印象中,几乎每个新学期开始后,都有一些学生难以彻底摆脱假期的闲散状态,在相当长的一段时间内“进入不了状态”,晚上难入睡,早上难起床。即使在平时,也不乏这样的学生:晚上睡前爱听广播、听音乐,但常常一不小心就戴着耳机,听着广播或音乐入睡;睡

前拿着手机刷屏、玩游戏、看影片,却不知不觉睡着了;睡觉前常常忘记关灯。如今,不少孩子都有手机、平板电脑等电子产品,有的家长还给孩子卧室配备了小型电视机,受“垃圾睡眠”困扰的学生并不鲜见。

睡眠无小事,市第五人民医院精神科主任魏冬表示,有“垃圾睡眠”的学生易患肥胖、健忘症、打鼾症、抑郁症、癌症,还易习惯性脱发、生长发育缓慢、注意力不易集中,记忆力、组织能力、自控能力、创造力和运动能力都会受到影响。

营造好睡前环境

市二十六中校长卢跃华表示,“垃圾睡眠”已经成为影响青少年身心健康的重要因素。充足的睡眠在青少年的身体发育过程中承担着不可替代的作用,家长应多向孩子讲睡

眠对健康的重要性,并对孩子的睡眠进行管理。

卢跃华建议,家长最好不要在孩子的卧室放置小型电视机。每天晚上,家长最好督促孩子尽早睡觉,严格要求孩子做到“关灯睡觉”,保证孩子在睡觉前不接触手机、MP3等电子产品。另外,睡前情绪要保持平静,不要太紧张、兴奋,不要看惊险小说,不要过度思考问题或长时间与人交谈。睡前也不宜吃东西。

魏冬建议,睡前用热水洗脚、泡脚,有助于消除疲劳,催人入睡。仰卧时身体呈“大”字,有利于血液循环,让大脑得到充分休息。此外,应保证卧室清静、通风情况良好。舒适的寝具对睡眠也很重要,枕头不要太高。总之,为孩子营造良好的卧室环境,尽量让孩子睡得舒服,才有利于保证睡眠的深度和时间,提高睡眠质量。

群消息

自己动手做汽水

□微雨寒梅

你知道汽水是怎么做出来的吗?你自己动手制作过汽水吗?9月14日下午,本刊西工家长群一群7岁左右的孩子走进乐高机器人科学实验室,探秘汽水的制作

过程,并动手制作了一瓶属于自己的汽水。

活动一开始,孩子们先通过大屏幕,简单了解了汽水的制作过程。然后在老师的带领下,孩子们逐一认识

了各种原材料。

接下来,在老师的指导下,孩子们制作汽水:量取原料、制作溶液、添加试剂……当一瓶汽水呈现在眼前时,孩子们兴奋极了。