

高中·家长

# 她用一封封信把女儿送入华中科技大学

□见习记者 刘敏

3年时间,10余封信,写信人是妈妈,收信的是女儿……如今,还有多少人用书信沟通?我市一名家长用这样的方式,陪伴孩子度过高中时光,助她在今年以607分(文科)的成绩考入了华中科技大学。

这名家长叫杜春红。3年前,她的女儿吕怡洁考入洛阳一高。头几个月,女儿总向她倾诉刚开始住校的不适应和学习上的困惑。在班主任的建议

下,杜春红开始给女儿写信,鼓励她“多学习身边人的优点”“多请教老师”。女儿听从她的建议,很快适应了高中生活。

吕怡洁印象最深的,是高三时妈妈写的两封信。高考倒计时200天时,杜春红写了封长信,在信中说“在你迎战高考的紧张时期,爸爸妈妈会因多为你分担一份烦恼而自豪”。“当时正是升学压力最大的时候,读了妈妈的信,我的眼泪一下子涌了出来,我非常感动,下定决心放下压力,好好学习。”吕怡洁说。

高考前5天,杜春红给女儿写了封短信,在信中说“我们可以降低一点期望值”。“这让我感觉心态一下子放松下来了。”吕怡洁说。

妈妈的信陪伴吕怡洁度过了紧张的高中时光。“虽然爸妈不在身边,但这些信让我知道他们一直爱着我、支持着我,我更有动力学习了。”她说,如今这些信在她的手机和书本

里,会被她永远珍藏。

想看信的全文?欢迎搜索“ly-wbjyzk”关注“洛阳晚报教育周刊”官方微信。

### 小贴士:给孩子的信 可以这样写

市二中高一年级主任徐长锋说,写信是一种有效的亲子沟通方式。若你也想给孩子写信,不妨看看以下建议。

●**怎么写?** 手写、发短信、QQ留言均可。不过,手写信方便孩子携带,在状态低迷时翻看。

●**写什么?** 最重要的是表达对孩子无条件的爱和支持。如果想鼓励孩子,切忌写“别人家的孩子”,可回忆孩子以往的优秀表现,以增强他的自信。如果想给孩子分享学习方法,切忌转发网文,应先观察孩子的状态,挑一些适合的方法写给他。

●**何时写?** 信不宜写太多,建议把握重要节点:高一第一学期,孩子出现不适应的情况时;高二孩子学习开小差时;高三的一练、二练、三练等重要考试后,以及高考倒计时100天和高考前夕。



高中·学习

# 孩子上高一 咋挑参考书

□见习记者 刘敏

是选王后雄编的还是薛金星编的?是买《五年高考 三年模拟》还是《教材解析》?孩子上高一后,不少家长在选参考书时犯了难。多名老师表示,可根据孩子对高中学习的适应情况以及弱势学科来买书。

### 怎么选? 啥弱补啥

高一有9个科目,参考书该买几本?洛阳一高数学老师秦文春、市二实验政治老师袁晓鹏等有如下建议:

●**没必要每科都买。**月考已经结束,家长可根据孩子的弱势学科选参考书。

●**别喧宾夺主。**即使选购了参考书,也要告诉孩子,课堂才是学习的主要场所。

●**选正规出版社的书。**不少老师发现有些参考书的内容有错误,建议家长选正规出版社出版的且出版多年的书,这类参考书出错概率小。

### 买什么? 这儿有书单

受访老师均表示,高一学生选购参考书,可以语、数、外、理、化、生为主;高一文理分科前,政、史、地基本不需要额外买学习资料。

#### 语文

河科大附中语文老师许晓玲建

议:为增强阅读能力,可买语文必修课本上推荐的书:《论语》《大卫·科波菲尔》《家》《巴黎圣母院》《红楼梦》《高老头》《谈美》《三国演义》《堂吉珂德》,以及莎士比亚戏剧。

为增强阅读鉴赏能力,尤其是古代诗文阅读鉴赏能力,建议购买《史记》《古文观止》《唐诗鉴赏辞典》《宋词鉴赏辞典》《世说新语》《幽梦影》等。

在阅读方法上,建议读写结合,如记读书笔记,或在书上批注。

#### 数学

秦文春说,数学参考书要根据孩子的程度选。

整体学习程度差的学生,要认真学好书本知识,做好课后习题,紧跟老师节奏,独立完成学校配套习题册。

程度中等的学生,可选择以课本为纲、对课本进行解读的参考书,如王后雄的《教材完全解读》、薛金星的《中学教材全解》等;程度中等偏上的学生,可选择《五年高考 三年模拟》等参考书刷题。

程度好、准备参加数学竞赛的学生,刷题不能停。参考书基础类的可选浙江大学版《高中数学经典题选》系列。

#### 英语

洛阳外国语学校英语老师王文婧说,若孩子学有余力,可购买其中有阅读理解、完形填空专项练习的参考书。从高一开始每天进行限时训练(阅读理解每篇8分钟,

完形填空每篇15分钟),对提高成绩有帮助。

选购时应注意:一、买和孩子学段匹配的书;二、买有详细答案解析的书。

#### 物理

洛阳一高物理老师唐伟说,高中物理知识抽象,孩子可以买解读课本类的参考书,如《教材解析》《教材完全解读》;学有余力的孩子,可以买《五年高考 三年模拟》等。

#### 化学

河科大附中化学老师刘红霞说,如果孩子学化学吃力,没有必要买额外的参考书,打好基础最重要。学有余力的孩子可以适当买些参考书,中等程度可买解读教材类的参考书,如《教材完全解读》《知识清单》等;程度特别好的可以买难一点的,如《五年高考 三年模拟》等。

#### 生物

洛阳理工学院附中生物老师杨雪清说,高一时没必要买很多参考书,《教材解析》中有对知识点的归纳总结,还有习题,各种程度的学生都能用。尖子生可以买《五年高考 三年模拟》,提前感受高考的节奏。

#### 政治、历史、地理

市五十九中高一年级主任张文举和袁晓鹏均表示,文科学习不在于做了多少题,而在于厘清知识点;如果要买政、史、地的资料,建议选择《中学教材全解》。

自主招生

## 五项作文大赛助你高考加分

□见习记者 刘敏

近段时间,各类作文大赛相继开赛,市教育局中小学教研室副主任贾大庆就大赛细节进行说明。

●**自主招生认可度较高的作文大赛有哪些?**

答:通过2017年90所高校的自主招生简章可知:认可全国中小学生创新作文大赛、“新概念”作文大赛的高校有27所,认可“语文报杯”全国中学生作文大赛的有8所,认可“叶圣陶杯”全国中学生新作文大赛的有5所,认可“北大培文杯”全国青少年创意写作大赛的有3所。还有一些高校没有明确说明认可某项大赛,但不代表不认可,具体情况应以当年自主招生简章为准。

●**今年还能参加哪些作文大赛?**

答:全国中小学生创新作文大赛:初赛报名12月10日截止(该大赛适合高一、高二学生,因决赛预计在明年8月举行,高三学生来不及参加)。

“新概念”:11月25日截稿。

“语文报杯”:高三学生2017年11月15日截稿,高一、高二学生2018年3月31日截稿。

“叶圣陶杯”:高三学生2017年11月30日截稿,高一、高二学生2018年4月30日截稿。

“北大培文杯”:高一、高二学生2018年3月11日前截稿,高三学生可参加于11月举行的冬季赛。

●**可以一稿多投吗?**

答:“新概念”“叶圣陶杯”明确禁止一稿多投;其他几项比赛虽未明确规定,但因限制较多,很难有机会一稿多投,如“语文报杯”“北大培文杯”都设定了写作主题。因此,学生最好研究不同比赛的特点,有选择性地参加,有针对性地写作。

答疑解惑

## 上高中的儿子“失恋”了 我该怎么开导他

□记者 王晓丹

西工区李先生:儿子上高一,喜欢同校的一个女孩。最近,那个女孩和另一个男孩走得很近。儿子回家后总是无精打采的,我该怎么办?

国家二级心理咨询师张素霞:看来孩子遇到了青春期烦恼,家长无须紧张——这个阶段的感情极不成熟,因为他们的心智不成熟,对感情不能很好地掌控。

具体到李先生的儿子,最有效的方法是给孩子转学,一方面减少他们见面的次数,另一方面减少对方信息对孩子的刺激。青春期中孩子的激情持续周期在半年左右,如果换个环境,这一周期会有效缩短。

如果家长不想给孩子转学,可寻找专业的心理咨询师,通过心理疏导改变孩子对异性交往的认知,帮孩子调整状态;在孩子面前不要提这件事,可带他看电影、参加聚会等,转移他的注意力。

你有问题我来答,快加入晚报高招帮帮团QQ群(群号:521345851)讨论吧。