

孩子如何适应“幼升小”“小升初”

一线名师来支招

西安市今秋中小学开学在即,不少孩子面临幼儿园升小学、小学升初中这道“关”。随着学习环境变化,学习科目增加,学习难度增大,常有一些孩子被这道“关”绊住,很长时间进入不了状态,适应不了新学段的学习生活,甚至产生心理问题。

对此,8月24日,记者采访了西安市相关学校有多年教学经验的资深一线老师,他们为家长和学生们“支招”。

>> 完成“幼升小”衔接 家长要鼓励肯定孩子的进步和成长

“进入小学是孩子人生大事,家长们应该重视起来,和孩子一起创造入学仪式感,让这一刻隆重而不一般。”有27年教学经验的西安市莲湖区庆安小学高级教师金伟对记者说,面对即将到来的“幼升小”,家长应通过与孩子平等交流等方式,让孩子懂得“我已经从一个孩童变成了一名小学生,应承担起学生的

责任。”通过和孩子一起采购入学物品(建议以朴素、实用、安全为主,颜色不要过于鲜艳)、赠送小礼物、在家开始称呼使用孩子“大名”等方式,让孩子实实在在感受到,小学在向他招手,让孩子从内心感受到上学的仪式感和优越感,让孩子对小学生活产生向往和期待。

金老师说,入学之后,家长应强

化孩子小学生的新身份,并给予积极的心理暗示。与孩子交流时,多以小学生的身份鼓励和肯定孩子的进步和成长,从而让孩子有成为一名小学生的光荣感;家长还要经常与孩子沟通学校生活,向老师了解孩子入学后的思想和心情,及时帮助孩子调整学习和生活状态,尽早地融入小学生活。

>> 帮孩子调整作息 指导孩子“自己的事情自己做”

金老师说,面对开学,家长应和孩子一起调整作息,指导他们“自己的事情自己做”。小学和幼儿园作息有很大不同,开学前,家长一定提早按上学的节奏来安排作息时间,帮孩子调整好与上学相适应的生物钟。一年级的孩子很多事情都要学着慢慢适应,家长可以在入学前对孩子进行慢慢训练,让孩子学会自己的事情自己做。

“再全面的准备,一年级孩子也会状况百出。这是正常的,也是作为一年级新生家长所必须面对的。”金老师说,孩子能否快乐地学习,能不能独立完成作业,能不能认真听讲,跟同学相处怎么样?这些都是可能出现的问题,孩子出现问题,家长先不要着急上火,静下心来,耐心帮助孩子解决问题。家长要提前做好“帮孩子解决问题”

的思想准备。好习惯受益终身,一年级阶段就是好习惯养成的重要时间段。金老师说,为了长远打算,家长一定要不要怕孩子在一年级发生状况,要多与老师沟通,争取得到老师的帮助。看到孩子的变化和进步,家长要多鼓励、多表扬,让孩子认可自己的能力,这样孩子会很快适应小学的学习生活。

>> 完成“小升初”衔接 家长和孩子应首先了解学习阶段的差异

如何帮孩子顺利适应初中学习生活?采访中,有近20年从教及班主任经验的西安市第二十六中学何培培老师给出了她的建议,应首先了解两个学习阶段的差异。

何老师说,初中与小学相比,课程门类明显增多,内容也复杂得多。以语文学科为例,除了散文、说明文,在文体设置上还增加了议论文。

文、小说和新闻等,题材和体裁都更为丰富,趣味性有所减少,文学性、思辨性增加。同时,教材还增加了古诗文积累和整本书阅读的比重。其次,能力要求不同。小学的学习侧重知识的识记和积累,初中的学习则更侧重对所学知识的分析与理解,对思维的能力层级要求更高。

再次,学习方式不同。相比小学,初中学习课堂容量会加大,课程的节奏会加快,学习方式也要由记忆型逐渐转变为理解型。需要掌握正确的学习方法,积极适应学习中的新变化。就考试而言,初中的题量增加,对学生考查的要求也更高,阅读更强调方法,更重视对所学内容的理解、迁移和综合运用。

>> 进入初中应注重良好学习习惯及方法的培养

如何尽快适应初中学习生活?对此,何老师提出几点建议:一是养成提前预习的习惯。初中阶段上课的内容增多、信息量大,老师讲课的进度比小学要快,所以要强调课前预习、课后复习、知识的整理归纳。如在做数学预习时,碰到简单的练习题,可以先尝试做一下,碰到不太理解的内容可以标记出来,从而来指导自己有效地听课。对于书本里提到的数学小故事,可以查阅相关资料进一步了解。语文每篇课文前面都有预习提示,在速读课文之前先关注预习提示提出的问题,阅读时,尽量扩大一次性进入视野的文字量,学会抓

中心句。读完后,自己概括文章大意,锻炼自己的概括能力。也可以圈点批注,及时写下自己的初读感悟。

二是要养成自主“读”“写”的习惯。读书可以读教材推荐的经典,也可以根据自己的爱好选择适合中学生的优秀读物自由阅读。读是为了更好地写,进入初中,作文练笔可以先从“跟着课文学写作”开始,模仿课文的片段和句子,每周可写1至2篇,体裁不限,篇幅长短不限。也可以写自己在校园生活、家庭生活和社会生活中的经历。尽情抒发自己对生活的感悟。

三是养成认真听讲、积极思考

的习惯。要想快速适应初一的学习,提高分析能力,掌握答题技巧,最重要的途径就是抓住课堂45分钟。结合课前预习,认真聆听老师讲解,积极思考,踊跃发言,课堂上能解决的问题,绝不放到课外。做好课堂笔记,建议尽量写在书上,以便于查阅。课堂笔记可以记录要点知识,记录重要观点,以及对文章内容的独到理解,同时养成及时反思、及时纠错的习惯。不论是语文、数学、外语学科,要学会多联系实际,在生活的情境中学习,这是初中阶段学习较为重要的,也是学生必须特别注意的学习要点。

>> 家长应鼓励孩子与同学交往 积极参加体育锻炼

何老师说,孩子刚进入初中,面对新环境,有些同学可能会手足无措,甚至有些紧张茫然。家长应帮助孩子一起制订适应初中学习生活的计划。要加强与班主任和任课教师的沟通,及时了解孩子的学习状况,发现问题,及时帮助孩子分析原因,与老师商讨解决方法。

同时,进入初中,家长应鼓励孩子与同学交往,正确选择朋友。引导孩子树立正确的择友观,学会

处理与同学之间的关系。家长还应鼓励孩子积极参加体育锻炼,增强身体素质,以饱满的精神状态投入到新学期的学习和生活中,积极帮助、引导孩子树立信心,使孩子在初中阶段能健康快乐地成长。

本报记者 张彦刚



西延高铁武家塬隧道顺利贯通



西延高铁武家塬隧道全隧顺利贯通。 张伟 摄

本报讯(记者 张毅伟)8月25日,历时1144天的奋战,由西成客专陕西公司建设、中铁三局承建的西延高铁武家塬隧道顺利贯通,为后续无砟轨道的施工及全线通车奠定了坚实基础。截至目前,西延高铁9座高风险隧道已经贯通8座。

武家塬隧道全长9736.34米,位于陕西省铜川市宜君县黄土沟壑梁塬区,隧道最大埋深190米,最小埋深2.3米,隧道土质松软且黏聚力较小、自稳能力差,施

工中易发生变形、掉块、塌方、冒顶等风险,施工难度大,安全风险极高。

西成客专陕西公司持续深化精品工程创建,指导施工单位采取超前地质预报、围岩监控量测等手段相结合的方式,对隧道地质条件进行综合分析判断,提前掌握不良地层位置、性质及规模,积极优化支护参数与动态调整爆破参数,加强对隧道洞内及地表监控量测、掌子面围岩状况进行实时监测,确保隧道安全贯通。

宁陕高速服务区上演暖心一幕

老人不慎摔伤 工作人员紧急救助

本报讯(记者 白圩珑)“虽然我的旅游计划没完成,我心里还是高兴又感动的,我为宁陕服务区工作人员的责任心和周到服务点赞。”8月25日,65岁的陈爱珍说。不久前,她在宁陕服务区不慎摔倒,工作人员见状迅速送医,不仅垫付了治疗费用,一路上对她照顾有加,治疗结束后还贴心地将她送上了回家的列车。

7月29日,陈爱珍从西安出发随团前往四川旅游。9时37分,旅游大巴车停靠在西汉高速公路宁陕服务区休息。“当时我上完厕所去接热水时,一不小心摔倒在地,后脑勺重重地摔在地上,紧接着就感觉到剧烈头痛和一阵眩晕。”陈爱珍说。

意外发生后,随团导游立刻将该情况反映给了服务区的工作人员。“我听到工作人员汇报有人在服务区摔倒了,就立刻赶了过去,发现老人受伤后,将她扶到休息区坐下,立刻联系服务区的车辆将其送医。”陕西交控服务管理集团安康事业部宁陕服务区副经理薛欢说。

陈爱珍告诉记者,送医过程

中,旅行团的导游、薛欢及服务区业务主管李伟明对她照顾有加,不断安抚她的情绪,上下车就就医时搀上扶下。大约半个小时后,陈爱珍被送到了宁陕县医院,经医生诊断,好在只是皮外伤,大家这才放下心来。

“薛欢为我垫付了医药费,眼看着到中午了,他和李伟明还给我和导游安排了午饭,从医院出来后,服务区的车辆把我送到了佛坪高铁站,直到我坐上回程的列车,他们才离开,这一趟下来,我虽然能感觉到身体的伤痛,但是心里一直是暖暖的。”陈爱珍说。虽然她没能完成旅游计划,但是真切感受到了高速服务区工作人员的责任心和真情。

陈爱珍表示,事情已经过去近一个月时间,她一直想当面向宁陕服务区的工作人员表示谢意,但无奈路程较远,自己年龄大了,所以想通过媒体向他们表达由衷的感谢。对此,薛欢表示,这是高速服务区的职责所在,今后也会继续做好各项工作,为每一位来到服务区的人提供优质服务。

“职引未来—2024年全国大中城市秋季巡回招聘西安站”9月12日举办

本报讯(记者 白圩珑)记者了解到,“职引未来—2024年全国大中城市秋季巡回招聘西安站”活动将于9月12日举办,活动将通过线上线下结合的形式,为高校毕业生及用人单位提供各项就业服务。

此次活动的现场招聘会将于9月12日9:30-14:00,在西安理工大学金花校区举办。预计组织400-500家各类用人单位参会,面向高校毕业生提供优质岗位,面向高校毕业生提供优质岗位,现

场设置政策咨询、就业指导、简历诊断等专区。

网络招聘会于9月12日至20日,通过秦云就业、显摆网举行。预计组织800-1000家各类用人单位参会,面向高校毕业生提供优质岗位。活动当天同步举办直播带岗活动,邀请重点企业做客现场直播间,在线进行就业岗位推介、企业文化宣传、薪资待遇、发展前景介绍等。

