

寒假

学生补习惯 比补课更重要

天台岗小学 周巧玲

转眼间,一学期的学习又结束了,寒假模式正式开启!寒假生活是孩子最期待的一段时间。但是,离开了校园、摆脱了老师,如果家长再不加以约束,没有自制力的孩子很容易养成坏习惯,影响下学期的学习。

警惕孩子养成坏习惯

人在一个熟悉又舒适的区域里,会习惯性变懒,在寒假里以下这些行为,你家孩子占了几条?

中午才起床

“起床吃饭啦,快十二点了。”此时,你用最大嗓门喊孩子起床。回家没几天,孩子的生活作息完全被打乱。不吃早饭,不想洗头;不想出门,不想运动。每一天,孩子都是“睡到自然醒”。晚起是假期的常态,一天总是从中午开始。

无所事事

张嘴必说“没劲”,闭嘴则曰“没意思”,对什么事情都提不起兴趣,不知道自己喜欢做什么,不知道自己不喜欢做什么。百无聊赖却不肯迈出寻找兴趣的步子,说好的见想见的人,做想做的梦,去

想去的地,学想学的知识。到头来,没有一件事是能坚持下来的。

超过24小时没看书

每次放假回家,做得最自信的事情就是:拿了一堆书回家,以为自己会好好学习,结果拿回家的书又原封不动拿回学校。

花钱大手大脚

春节期间,每个孩子都会收到来自长辈的压岁钱,对于这笔压岁钱,每个家长的解决方法都不一样。大部分家长都是没收孩子的压岁钱,通常的借口是:爸爸妈妈先帮你收着,以后长大了还给你。还有的家长会让孩子自由支配,孩子没有理财观念,花钱就会大手大脚。

寒假是补习惯好时机

除了要杜绝以上坏习惯,家长还关心假期要不要给孩子补课!其实,孩子之间学习成绩的差距归根到底是他们学习习惯上的差距。寒假,不如先补学习习惯。

补阅读习惯

阅读量对于作文写作的作用毋庸置疑,而寒暑假是大量阅读的最佳时期。

选择小说、名人传记、诗歌……你感兴趣的内容阅读即可,掌握最基本的阅读方法,学会浏览、略读、精读等读书方法;能利用多种渠道扩展阅读量,中学阶段课外阅读总量不少于300万字;能主动进行探究性学习,在实践中学习、运用语言文字,学会摘记和写读书心得;在阅读中学会独立思考,具有独立阅读的能力,注重情感体验,有丰富的积累,形

成良好的语感。

补预习习惯

养成主动预习的习惯,开学后也要坚持下来。

家长可以帮助孩子选择适合的预习方法,哪怕一开始做不到最好,重要的是要去做。试着对所预习的内容提几个问题或者试着复述,来检验预习是否有成效。

补计划习惯

在家期间,家长可让孩子先仔细想想,这个假期最想在哪些方面有所收获,是单词量的突飞猛进,还是语文素材的积累,还是数学基础的巩固?选一个你最想要的目标,然后进行分解。

可以设置一些小奖励。当天的计划若能执行,不妨在下周的计划表里给孩子安排看一场电影。如能按周计划执行,家长和孩子可以一起商量一个奖励措施,选孩子最喜欢的。

补晨读习惯

很多同学英语学不好,很重要的原因之一就是从来不开口,从来不读。晨读,可以帮助大家找到英语的美感,养成英语的语感。平时早上时间太紧,现在总来得及了吧。

选你自己感兴趣的英语美文、散文,最好富于韵律,大声读,可以读出美感,读出自信。最佳的晨读时间是早上7点前,但让睡懒觉的孩子读上一段,也绝对聊胜于无。通过读促进记。晨读文章数量不必太多,内容不必太长,一天半小时即可。一个寒假,选取5-10篇文章就可以了。最好达到熟读朗诵的地步。

补复习习惯

复习,永远是

学习中最重要的事情。不会复习的人,年级越高,成绩越受影响。

及时复习。不及时复习等于重新学习。学任何一种新知识的当天晚上,一定要进行复习。复习切忌动眼不动脑。走马观花地浏览只能加深机械记忆,更重要的是进行思考。复习和建立知识网络可结合起来。复习一节时就建立一节的知识网络,复习完一章,这章的知识网络自然也清晰了。



《智慧父母成长手册》出版

■ 却咏梅

近日,上海家长学校成立一周年主题活动暨《智慧父母成长手册》新书发布会在上海举行。《智慧父母成长手册》由上海家长学校组织专家团队,与上海人民出版社、上海远东出版社共同打造。该丛书通过多学科、多视角、多层次来研究并指导家庭教育,以丰富的案例、实用的建议、扎实的理论帮助家长们更好地解决面临的家庭教育困惑。全书共五本,侧重传递家庭教育与指导中“爱”“情”“智”“养”“权”的意识激发和能力培养,从家庭之爱、情绪管理、学习能力、过度教养、权利边界五个方面,指导家长在培养孩子的过程中成长为“智慧父母”。

据了解,上海家长学校于2020年1月21日在上海开放大学成立。上海开放大学副校长王伯军介绍,作为一种全新、全纳的家庭教育探索,上海家长学校充分发挥开放教育的平台优势,成立一年来,在课程建设、师资队伍、教学方式、专业发展、运作机制等方面不断创新、探索、完善,吸引了全国近500万人次家长参与,已经初步构建起一个家、校、社联动的服务体系,在全市范围内布局“1+21+X”上海家长学校联盟。

防范中小学生欺凌专项治理行动启动

新华社北京电(记者 胡浩)学生欺凌事件严重损害学生身心健康,备受社会关注。记者近日从教育部了解到,教育部印发相关行动方案,启动开展防范中小学生欺凌专项治理行动。

方案要求,对所有中小学校和

在校学生开展全面排查,对可能发生的欺凌行为做到早发现、早预防、早控制。对排查发现的苗头迹象或隐患点,采取必要的干预措施,做好疏导化解工作,切实防止学生欺凌事件发生。对实施欺凌的学生,视情节轻重,分别采取批

评教育、警示谈话和纪律处分、训诫、转入专门学校等惩戒措施。对遭受欺凌的学生,给予相应的心理辅导。一旦发现学生遭受欺凌,学校要及时制止并进行调查处理;情节严重,要及时报告,并迅速联络公安机关介入处置。

重庆文化艺术职业学院 举办首届优秀青年教师美术作品双年展

■ 胡航宇

近日,重庆文化艺术职业学院首届优秀青年教师美术作品双年展在重庆美术馆拉开帷幕。此次展览共展出作品100件,献礼中国共产党成立100周年。作品既包括国画、油画、雕塑等传统学科作品,又涵盖了现当代艺术中热门的装置、纤维艺术作品,以创新的主题、新颖

的结构、多彩的内容描绘了现实生活的丰富景象,展现出艺术语言的新锐之气,彰显了文化自信的中国风采。

本次双年展首次大范围集中展示学院美术教师的创作水平。重庆文化艺术职业学院艺术设计系副主任江书军的作品关注当下时代发展

与社会变迁中的景观图像,如消防救援、废旧工厂、地铁、车站等,反映出艺术家的人文关怀。其作品多次入选国家级、市级展览。毕业于日本东京造形大学美术研究领域硕士研究生的刘艺,以“身体发肤”为主题,用各种质感的毛发来表达亲子之间的情感、爱的各种情绪。