

图说校园

这个暑假 不一样的军旅体验

你和小伙伴们一起体验过军营生活吗?你参加过野营拉练和野外生存演练吗?你亲眼见过现代化的武器装备和真正的军事比武吗?你想在风情万种的黄河谷马拉湾海浪浴场体验汹涌澎湃的“海啸”中意想不到的凉爽吗?



精彩假期 新体验

暑假又要到来了!真是让人欢喜让人忧!如何在短暂的暑假里玩得开心,又能收获丰富的知识,让身心得到一次真正的历练和提高呢?精彩纷呈的少年军校暑期夏令营,满足孩子和家长的三重需求。

为了磨练学生的意志,锻炼学生的独立生活能力,培养良好的军人习惯和吃苦耐劳的优秀品质,郑州日报和郑州市国防科技学校联合举办了郑州市少年军校暑期夏令营活动。

郑州市少年军校暑期夏令营开始报名

本报记者 李杨

不同的精彩假期。

绿色军营 我的家

“寒风飘飘落叶,军队是一朵绿花,亲爱的战友你不要想家……军营是咱温暖的家。”一曲《军中绿花》,让多少曾经体验过军营生活的人不禁流下感动的泪水。

本期的少年军校暑期夏令营,是以军事为题材,融军事化生活、军事知识和国防教育、素质拓展为一体,让孩子们在绿色的军营中体验快乐、丰富、充满挑战的集体生活。

户外体验 尽欢乐

水上乐园里的“拓展训练”你尝试过吗?这可能会是拓展训练项目中你最喜爱的一个。

大海嘴里斗浪,在阿酋湾挑战高空速滑极限,在梦幻滑道、巫师飞艇、迷魂隧道中体验惊险刺激……沙滩踩气球也是拓展训练的最好项目,你们能团结协作、扭转战局、战胜挑战吗?

为了营造轻松愉快的训练氛围,我们特意安排了外出体验的项目。黄河谷马拉湾海浪浴场、鸵鸟园,与大自然的亲近让每一个孩子在游戏中放松心情,学会团结协作,体验超越竞争的乐趣,培养良好的人际关系。

野外实训,也是军事化训练的必修课。少年军校暑期夏令营中不仅安排了野外生存技能学习,自护、自救、生存技能训练,还专门组织了营员们到著名的浮戏山革命圣地野营拉练,有助于孩子们磨练坚强的意志、培养吃苦耐劳的精神和战胜困难的勇气。



5月31日下午,郑州艺钢琴艺术学校的艺术老师在21世纪社区、金色港湾社区现场演奏了《蓝色多瑙河》等钢琴独奏及《高山流水》等古筝演奏。主办方还邀请社区小朋友和现场观众上台献艺,与社区居民同乐。张洪摄



5月31日,金水区文化路二小举办了以“喜迎奥运,快乐成长”为主题的红领巾艺术节,戏剧小组的小学生身穿自己亲手绘制的京剧脸谱文化衫,将京剧、豫剧唱得字正腔圆。方进摄



5月30日,金水区金燕小学举行了“众志成城战灾魔,强化素质铸脊梁”素质展示活动,同学们表演了小品、童话剧、诗朗诵、快板、少林武术操、英语情景剧、舞蹈等丰富多彩的文艺节目。陈亚洲 朱喜玲摄



近日,中原区委宣传部、区关工委、区教育局、团区委、区妇联举行中原区青少年“学习党的十七大”知识竞赛表彰会。代表中原区参赛的市69中代表队最终获得全市一等奖。通讯员 王建明 张玲 本报记者 汪静文摄



近日,在金水区南阳路一小,一场综合素质展示活动,为学生的全面发展提供了平台。李钟声摄



近日,金水区文化路第一小学举办的泥塑比赛,展示了孩子们的动手能力和丰富的想象力。宋晔摄

教育快讯

特殊生日派对 情暖灾区伙伴

5月30日,郑州十九中、郑州互助路小学的学生们来到郑州市中心医院,共同为四川青川灾区受伤学生韩琳庆祝16岁生日。

燃着烛光的蛋糕被推到了韩琳的面前,友善的笑容和载满温情的礼品围绕着她,“祝你生日快乐,我们会一直陪在你的身边!”在场的同学们一起用四川话对她。

据十九中的党支部书记马介介绍,这次的爱心团队分成若干组分别与他们结伴,每周来探望两到三次,希望心贴心的交流,能让他们感觉这里就是自己的家。

爱心点燃希望 真情共度“六一”

一张张笑脸展现出祖国花朵的绚丽多彩,稚嫩童声洋溢着孩子们对美好未来的向往……今年,孩子们的“六一”儿童节过得特别快乐。郑州市二村小学、东风路小学、圃田中心小学、五里堡小学、幸福路小学、纬四路小学、二里岗小学都举行了各式各样的文化活动,来庆祝孩子们自己的节日。

郑东新区聚源路小学、金水区纬五路第二小学的师生们在欢乐时刻也不忘灾区小朋友;农业路小学的小朋友以诗朗诵的形式欢迎灾区转来的新同学;五里堡小学、南阳路二小的全校师生用精彩的表演表达对灾区小朋友的祝福;二七区铭功路小学的新队员入队仪式精彩隆重;管城区回民一小的同学们,更用河南省第六届短式网球比赛团体总分第一的好成绩为全区同学献上了一份丰厚的“六一”节日礼物。

6月1日,河南省第二届青少年定向越野锦标赛在郑州大学升达学院圆满结束。在比赛中,74中代表队发扬团队精神,勇于拼搏,获得高中组女子百米定向团体第二名、高中男子标准距离定向团体第二名。

“全国爱眼日”当天,五里堡小学大队委利用学校的橱窗,出了一期“护眼小百科”黑板报主题活动。

各中队又围绕“怎样预防近视眼”、“为什么不能在汽车上看书”等问题,开展了“护眼小先锋”知识竞赛,并评选出“护眼小先锋”。

5月28日,纬四路幼儿园举办了“童心飞扬迎奥运”儿童画展。小朋友以水彩画、蜡笔画、线描画等不同创作形式,表达了“我参与、我快乐”的心情,他们用手中的画笔描绘出一幅幅充满童真的画面,他们丰富的想象、奇妙的构思和独特的创造,展现出天真烂漫的童心,反映出对奥运会的憧憬,也表达了全园师生对2008年北京奥运会的企盼与祝福。

为预防和减少道路交通事故,提高小学生交通安全常识和自我护意识。5月29日,新郑市交巡警三中队组织民警李治坤、董建松、王凯到辖区郭店镇武岗小学给200名师生上了一堂生动的交通安全课。民警利用讲案例、看挂图、放影碟等形式,使学生们充分认识到交通违法的危害性,收到了很好地教育效果。

为了让金水区广大青少年积极开展综合实践活动,给他们提供一个开阔视野,增长知识的良好场所,6月1日上午,金水区关工委确定金水区少儿活动中心为该区“青少年教育基地”。金水区少儿活动中心是全省首家区级公办未成年人校外活动组织机构,在成立的12年里,面向全区广大青少年,围绕兴趣小组和综合实践开展了大量丰富多彩的活动。

6月3日,在郑州市金水区纬三路小学校园内,全校师生、部分家长齐聚大操场,一场以“爱心、活力、智慧、书香”为主题的学校文化展示活动正在热烈地进行。与往年不同的是,很多身着校服的同学手里拿着精心制作的即将送给灾区小朋友的一封信。让信件和自己的祝福一起飞向四川,为受灾地区的小学生祈福。

全国第九届中小学生电脑制作活动机器人竞赛河南省选拔赛于5月31日在郑州市教育电视台演播大厅举行,文化路一小选手获得机器人灭火项目第一、二名,将代表河南省参加今年七月在吉林举行的全国总决赛。

高考支招

高考前夕 心态轻松制胜

本报记者 李杨

今天这个特殊的日子,万千学子都会不舍地合上书本,调整心态,养精蓄锐,希望有一个踏实安稳的睡眠,以良好的状态迎接明天的高考。

“高考表面上是考成绩,其实说到底是一场心理的较量,调节好心态对高考至关重要。”心理学家如是说。

考前一天 仍有事可做

虽属临近考试,每个学生的实力已经定型,但仍然还有许多准备要做。

首先,应该注意饮食,遵循自己的饮食习惯,不要为了补充能量而暴饮暴食,也不要参加剧烈的运动或长时间娱乐。适当的放松和休息应该是考前一天的主旋律。

熟悉考场是必须要做的。应该仔细考察交通情况,选择干扰最少、平时最熟悉的路线。认真检查考试用品,保证第二天不出现慌乱。如果完全放下书本心里不踏实,不妨把第二天所考科目随意翻阅一遍,不要触动脑筋。

严格按照平时的作息习惯,可用温水洗脚、深呼吸等方式促进睡眠,切不可服用安眠药,以免导致第二天考试不够兴奋。

考场上 心态战胜一切

太看重成功了,反而付出代价。

心态就是有这样奇妙的力量,能在很大程度上决定成败。因此,考场之上我们应谨记:

忘记自己 上了考场,一定要忘记自己是谁,忘记自己志愿和模拟成绩。如果把注意力放在对高考结果的预期和担心上,必然会陷入难以自拔的焦虑。

不怕紧张 紧张并不是你的敌人,适度紧张实际上是有利于能力发挥。试着深呼吸,慢慢地就能平静下来。

超越成败 做最坏的打算,做最好的努力。如果你能接受最坏的结果,就能够彻底放松。结束一门考试后,也不要关心答案。

孩子“减压”家长来帮忙

很多高考状元都说,在高考前,父母的要求只有一句:“只要尽力就行了。”

这句话帮助不少学生减轻了心理压力,从容应对高考。但也有些家长高考前反复嘱咐,千万不要马虎……

中招考生看过来之三

写好作文 教你十招

●要审好文题

审题要从两方面着手:一是看题目,这是最基本的。其实,应考中看不清题目就动手者并不鲜见。二是看清要求。要求看清了,行文就不会超出限制范围。这样,就会发现写不完或写错的现象。

●要把字写好

考场作文务必做到:干净、整齐、美观。同样的内容,字体的优劣可悬殊5~8分,有时甚至可以拉开更大的距离。

●开头需要慎重

开头在内容和形式上应力求避免套,要写出个性来。同时,即使有文采又有个性的开头,也应注意它应跟下文是和谐一致的。其次,开头的作用通常是转入主题前的铺垫、过渡与必要问题的交待,因此,这部分做到要言不繁即可。

●题目一时难以拟定怎么办

一是把文章的中心概括成一个词语,并以此为题。如以“友谊”为话题,可用“牵手”、“红伞”、“座位”为

题。

二是把文章中心事件引发的启示与思考浓缩为一句话作为题目,如以“偶然”为话题,题目可拟为“无心插柳”。

三是暂时把题目空下来,只管按既定思路写下去,在写作过程常常能“顺”出题目,或者成文后再拟题。切记,莫忘了拟题!

●紧扣话题,注意点

考场作文一般宜张扬不宜“含蓄”,因此应考作文切记点题。点题的位置有:标题、题记、首段、尾段、中间等,这五个部位至少有三处要点题。

●让主题“凸现”出来

一是概括出一句简短、凝练的主旨句,用以揭示主题(形式上显现)。二是把它放在题记、开头、结尾、首段、段尾等显著之处(位置上显现)。

●选择合适的文体

什么是合适?有利于张扬长处,有利于取得高分的便是“合适”。因此,选择合适文体的办法有两种:一



其实,这样的话已经讲了很多遍,高考前的重复只会加重孩子的心理负担。一个温馨融洽的家庭气氛,才是孩子真正需要的。

同时,家长也不要对孩子过分关注。不要在孩子复习功课时一会儿送牛奶,一会儿送西瓜,甚至是陪读。这种同样会使孩子产生压力。一旦考不好,怎么对得起父母的关心?

“不要把对孩子的期望挂在嘴边,可以每隔一段时间,说一些鼓励的话,让孩子树立足够的自信。在浓浓的亲情中,以一颗平常心面对高考,孩子自然会轻松发挥真实水平。”一位家长田先生说。

是根据自己的实际情况,充分发挥自己的长处,选择有利于发挥水平、体现自己实力的文体写。二是避开绝大多数考生可能使用的文体。

●收尾时可以停下笔斟酌一番

文章写到收尾之前的份上,试卷将要答完,你根据平时训练,心中草拟出几种结尾,然后从中选出你认为最满意的,为文章写下更出彩的一笔。

●规范你的标点符号

标点符号是文章的重要组成部分,它关系到文段的层次、语气的轻重、情感的浓淡等诸多问题。规范标点的方法有两种:一是行文时注意推敲。二是成文后梳理全文逐一敲定,让标点成为文章的一个亮点。

●“以稳求胜”

考场作文在立意、选材、形式方面提倡出新;但是,利益往往与风险相伴。如果你考场创新的把握性不太大,不妨就以稳求胜,采用自己习惯上的方法作文,虽无大利,但绝无大害。

郑州四中 王雪涛