

快乐的暑假生活即将画上圆满的句号,孩子们马上就要迎来新学期。作为家长,该如何帮助孩子做好充分准备,以便适应新学期的学习生活?作为学生,如何在新学期制定科学合理的目标计划?作为教师,又该如何开展“收心”教育,尽快帮助学生调整身心状态?本报专门邀请了我市经验丰富的专家和教师,为各位师生、家长支招。

迎接新学期 你准备好了吗

本报记者 李杨



金水区外国语小学学生参与劳动体验

收心正当时

新学期即将开始,学生的身心状态很重要。但据一些老师反映,以往刚开学,学生迟到、课上无心听讲的情况时有发生。从“假期模式”一下子切换到“开学模式”,孩子不会马上适应,如果不能提前做好准备、及时调整,很可能会在不知不觉中与同学拉开差距。

如何才能帮助孩子收心,循序渐进地回归日常状态?二七区建新街小学校长肖泳表示,在这个阶段,家长不能操之过急,尽量不要安排大型活动,可以通过营造安静的书香家庭氛围,陪孩子去图书馆、书店等地方感受阅读氛围,购买一些学习资料为新学期做好准备,让孩子的心慢慢静下来。“很多孩子在假期睡得晚、起得晚,临近开学,家长可以和孩子一起制定一个与学校生活接近的作息时间表,按照平时的上学时间起床、睡觉、学习、运动,有规律地作息,还要提醒孩子对照暑假作业清单,检查回顾暑假作业完成情况,及时查漏补缺,高质量完成作业。”肖泳说。

“和孩子一起回顾一下丰富多彩的假期生活,也是不错的收心方式。”管城回族区南曹小学校长孙百灵表示,家长可以和孩子一起把假期生活“倒电影”式地回放一遍,对照假期计划,看哪些已经完成,哪些尚未完成。同时,可以展望新的学期,说说彼此的期待,提前做好规划和打算。“作为家长,一定要读懂孩子的情绪。有些孩子可能会对上学感到‘焦虑’,甚至怀有‘恐惧’心理,家长要正确做好沟通和引导,理解孩子产生的这些情绪,分析产生的原因,给予针对性的鼓励和支持。”孙百灵强调。



强能力 锻作风 优服务 促发展 建设高质量美好教育

栏目记者 周娟

“十四五”期间,按照分批建设、稳步推进的原则,全省建设一批普通高中学科基地,覆盖语文、数学、外语、思想政治、历史、地理、物理、化学、生物学、技术、音乐、美术、体育与健康、综合实践活动和劳动、生涯教育等学科。近段时间,根据河南省教育厅普通高中学科基地申报评估工作部署,专家组一行到郑州市多所高中进行实地评估。

当前,我市持续深化实施特色学科建设计划,发挥名校示范引领作用,各校依托特色学科建设,打造优势学科,提高学科教学水平,促进高中教学质量全面提升,各校学科基地建设申报评估工作进展顺利,用跨实际行动助力河南基础教育改革,为中国基础教育和学科建设增添光彩。



专家组参观郑州市第十一高级中学图书馆

学科建设各展风采

在郑州外国语学校,专家组成员一行参观校园,实地考察学校生命科学体验馆、地理学科拓展教室和学校创客空间。该校老师智敬以《重教研 谋发展 共成长》为题,从学校培养目标和外语组教学理念为切入点,对学校优势亮点、学科发展规划和与高校合作情况等三个方面进行了汇报,向专家组充分展示了外语学科的特色与建设情况。学校老师张伟利展现了学校地理学科优势,介绍了学科课程建设及实施情况,呈现了学科组开展融合实践,开发融入区域资源的课程案例,详细展示了融入区域资源的四大课例集——《天地之中》《滔滔大河》《峻秀中岳》《中原明珠》。

在郑州市第二高级中学,专家组先后察看了多功能未来教室、校史馆、图书馆和“苹果树下”创客空间中的各个功能教室等,从不同侧面了解学校信息技术

规划有条理

凡事预则立,不预则废。新学期伊始,制定一份科学合理的计划对于各个阶段的学生来说都是十分必要的。采访中,老师们表示,成绩优秀的学生,往往都有着明确的学习目标和努力方向,能够有条理地对每个学期的学习进行整体规划。

“想让孩子对新学期有所规划,家长首先也得有个清晰可行的计划。当孩子的计划、目标和家长的计划、目标贴在一处的时候,教育就发生了。所以,我的建议是家长同孩子一道制定自己的计划和目标。”孙百灵表示,计划和目标应该围绕生活作息和各种习惯制定,而不是只针对学习。比如早睡早起、均衡饮食、参加家务劳动等。当然,也要对习惯养成过程中的优秀表现给予一定奖励。针对学习的计划和目标,一定要小而实,也就是说,孩子能够通过一次的努力得到一次的小收获,这样,孩子才会有兴趣继续下去。比如制定读书的计划,可以第一周每天10分钟,第二周每天15分钟,第三周回到每天10分钟,第四周每天20分钟,以这样的梯次进行尝试。“需要提醒家长的是,最终制定出来的计划一定要是孩子认同和接受的,不能是强加给他们的。因此,家长要站在孩子的角度考虑计划是不是太严苛,目标是不是不容易实现,事先和孩子商量并达成一致。”

肖泳也认为,学习目标要适当、明确、具体。制定学习计划要结合各年级学习特点和自身情况,根据自己的实际情况提出经过努力能够达到的目标,目标要有具体的做法和达到的要求,便于对照和检查。比如,“语文中上等水平”这一目标就很笼统,可以具体为:每天早起朗读课文,认真预习新课,课后及时复习当天学过的知识,每天课外阅读一小时等。“确定学习目标后还要科学合理地进行安排时间,要兼顾学习和娱乐的时间,根据事情的轻重缓急来安排,优先完成重要或困难的学习任务。最后,家长可以适当给孩子一个小惊喜,孩子每天或每周在规定时间内完成目标,可以充满仪式感地送一本喜欢的书,带孩子进行一项户外亲子活动等以示奖励。”

课堂重引导

教师是学生学习的引导者和校园生活的陪伴者,教师的一言一行对学生的影响是不言而喻的。采访中,不少老师都认为,开学期间老师的教育方法得当与否,直接影响学生的学习态度。

“老师的状态非常重要。只有老师精神焕发,才能感染学生。”郑东新区蒲公英小学教师洪丽娟认为,开学第一次见面很重要,老师首先要服装整洁、精神抖擞,给同学们做好榜样,才能带领孩子们告别“开学综合症”,尽快从假期状态中调整过来,在新学期有一个良好的开端。与此同时,开学前为学生营造一个舒适的教室环境也很重要,包括教室卫生、物品摆放、绿植美化、席位卡、欢迎标语等,会给学生带来惊喜。当孩子背着书包走进充满新鲜感的教室,也会暗示自己快点进入新的状态。

仪式感总能带来新期待。洪丽娟建议教师在开学时为学生营造仪式感,比如给每位同学写一封信、准备一份小礼物等,这样不仅能缓解学生开学前的焦虑,消除对开学的抵触心理,还能给他们带来积极向上的正能量,帮助他们快速进入学习状态。

开学第一课预示着新的开始、新的希望,在这一节点进行教育也十分重要。洪丽娟建议老师们精心策划,以暑假里或者上半年发生的国内外大事为素材,借助榜样的力量进行思想教育。对待学生以鼓励为主,可以让每位同学在心愿卡片上写上上学期的目标张贴在后黑板。这是一种唤醒,更是一种激励。此外,利用检查假期作业促进学生收心也是一种不错的方式。开学后,老师可以一一检查学生作业,挑选共性问题在课堂上集中讲评,个性问题进行个别辅导,要求学生将错题逐一更正,这不仅使学生纠正了错误知识、进行了复习,也能使学生静下心来,尽快进入学习状态。

“当然,让学生保持良好状态的最有效方式还是用精彩课堂牢牢吸引孩子。老师一定要精心备课,注重激发学生兴趣,把握教学容量,组织课堂讨论、小组合作学习和竞赛活动,通过灵活多样的教学方法、幽默风趣的语言、抑扬顿挫的声音、张弛有度的教学节奏,紧紧抓住学生的兴奋点,把他们从



建新街小学孩子们对新学期充满期待

对精彩的电视剧和刺激的网络游戏思想中吸引过来。”洪丽娟说。

把握关键期

都说一、二年级是习惯养成的关键期,三年级是小学的分水岭……如何能在每个重要的时期给予孩子最需要的支持,也是不少家长心中的疑问。为此,记者专门采访了经验丰富的老师和家长。

“一、二年级,对孩子学习态度和习惯养成都非常关键。不管是好习惯还是坏习惯,都容易在这个阶段养成。”南曹小学二二班闫明昊的家长告诉记者,要让孩子养成自觉收拾学习用品的习惯、爱护书本的习惯、认真书写的习惯、独立学习的习惯、注意力集中的习惯、课外阅读的习惯。家里的书桌上只摆放与当时学习内容有关的用品,要求孩子在规定的时间内只做一件事,这样能让孩子更加专注。建新街小学三年级语文教研组长刘媛

媛也给即将上三年级的孩子家长提出几点建议。首先要让孩子大量阅读,不仅读国家教材中规定的书目,还要大量进行整本书阅读。每天读什么书,读多长时间,读多少页,可以简单记录下来。其次是写作问题,建议学生从三年级开始,每天写五行练笔,百字左右。这样一年结束后,孩子不仅会把写作变成习惯,进而爱上写作,也会体会到写作给他们带来的变化。此外,三年级开始要用钢笔写字了,家长要特别重视,让孩子规矩短写好每个字,也可以和孩子一起练字,一起进步,一起改变。

而对于进入五年级关键期的孩子来说,他们的心理趋于成熟,逐渐进入青春期。“学校可以安排专题讲座,讲关于青春期的知识,让他们了解自己,接纳自己,也可以推荐适合的课外读物和影视作品,进行正确疏导。学习黄金期有吸纳信息量大、学习速度快等特点,建议家长配合学校,引导孩子把握住这个时机,好好学,多积累,建立良好的学习习惯。”孙百灵说。

编者按:能力作风建设关键在行动。郑州市教育局以提升教育公共服务能力、高质量建设郑州“美好教育”为目标,统筹谋划,突出重点,立足实践,精准发力,推进“能力作风建设年”活动不断走深走实。《郑州教育》特别推出“强能力 锻作风 优服务 促发展 建设高质量美好教育”专题报道,展现郑州教育人站在新的历史起点,一步步躬身前行的奋进姿态。

建强学科基地 做优美好教育

我市多所高中接受河南省一级学科基地评估

学科发展情况,与其他学科教学以及创客教育的融合情况。该校校长王瑞围绕信息技术学科基地建设,向评估组成员汇报了“学校概况”“学科建设现有基础”“学科基地建设设想”等方面的内容。在信息技术学科基地建设方面,郑州市第二高级中学优化学科发展环境,强化师资队伍水平,开发实施多元课程,积极创新实践,取得了一定的成绩。学校还通过应邀开办讲座、整理出版教育信息化工作方面的书籍等方式,发挥了一定的辐射带动作用。在未来,学校将把学科基地建设作为一次重大的发展机遇来精心规划,通过深入挖掘学科育人价值,开展新课程新教材实施和育人方式改革的教育实践活动,引进省内外高校、科研院所及教研室资源,推进自身学科发展,助推其他学科、学校、教育生态的高质量发展。

在郑州市第四高级中学,专家组实地参观了学校图书馆内党史教育中心、VR长征精神体验馆、沉浸式阅读空间、数字化学科教研中心、融媒体中心,察看了实验楼物理实验室、航空航天实验室等场所和设施以及学校物理、历史学科基地的基础设施建设情况。专家组对学校的硬件设施和设计理念给予高度肯定。学校副校长晁广云和历史组教研组长李凤军分别向专家组汇报了物理学科和历史学科的特色优势、学科发展规划以及学科与高校合作等情况,充分展示了学校物理学科和历史学科创建省级学科基地的优势。

在郑州市第十一高级中学,专家组实地参观了学校图书馆、学科集体教研室、思政大课堂教室等场所

和设施。学校校长郭勤作了《名师身畔宜聆教,桃李学府好读书》专题汇报,从历史沿革、办学理念、办学目标、教师队伍建设、优秀人才培养、特色化办学等方面介绍了学校的发展历程和办学成绩。思想政治学科教研组长王德长着重向专家组汇报了学校思想政治学科的特色优势和基础设施建设情况、学科发展规划以及学科与高校合作等情况。

专家点评深入交流

专家组综合实地察看、听取汇报、查阅资料的情况,对各个学校的学科建设给予了高度评价,并就学科基地建设的一系列问题与各学校领导及学科负责人进行了深入探讨与交流,同时也提出了真诚的建议和殷切的期待。

“这么充足、完备的教育资源,在这些学校读书的孩子们幸福感一定很高。”作为专家组组长,刘志军强调,学科发展要聚焦立德树人根本任务,注重提升课程的吸引力、魅力和感染力。既要立足课堂,立足学校,更要走出课堂,走出学校,充分利用本地的社会资源 and 高校资源,高质量、高标准建设普通高中省级学科基地;各学校要从理论高度为学校省级学科基地建设做好前瞻性规划,各学校目标要先行明确学科的育人目标规划,制定特色课程体系,同时,做好课程、教学、评价三位一体工作,促进学生可持续发展;各学校要充分利用现有的办学条件,广开空间、多措并举,不仅

促进基地学科发展,也要促进基地学科与其他学科的充分融合;郑州市目前各学校学科基础条件准备较为充分,希望学校学科基地建设的视野要更加宽广,要具有对河南省其他地区其他学校的辐射性,发挥“领头羊”的作用。

抢抓机遇优质发展

评估结束后,各学科基地学校针对专家组提出的指导性意见纷纷表达了学校未来发展的思路和规划。

郑州外国语学校校长王丽娟表示,要带领学科组老师深入理解和消化专家们给予的指导,并以此为契机,在学校发展四十周年的新起点上,推动学校各学科建设再上新台阶。郑州市第二中学校长王瑞表示,学校将抓住省级学科基地建设的大好机遇,借助高校和专家的资源,全力以赴做好各项工作,为促进全省信息技术学科专家们做出应有的贡献。郑州市第四高级中学校长同培新表示,学校将持续全面贯彻党的教育方针,落实立德树人根本任务,以省级学科基地建设为载体,形成优质学科课程体系,持续提升学科建设水平与教师学科育人能力,促进学生全面发展。郭勤表示,学校将以本次评估为契机,认真领会专家们给予的宝贵建议,深入研究、思考和实践,大胆改革创新,高标准建设普通高中省级学科基地,不断推动学校高位优质发展。

专家组在郑州市第二高级中学评估