

新“一”年级入学做好这些准备

小学、初中、高中,基础教育的每一个“起始年级”都是孩子成长路上的重要关口。面对全新的校园环境、不同阶段的学习要求以及随之而来的生活节奏变化,新生和家长以最佳状态迎接人生新阶段。

小学一年级:

习惯比分数更重要

小学一年级是孩子正式进行系统化学习、规范化校园生活的起点。西安市教学能手、骨干教师、碑林区小雁塔小学语文老师张珮认为,对一名准小学生来说,最核心的并不是提前学拼音、认字、算数,而是生活、物品、认知三方面的全面准备。

“入学准备不是超前刷题,而是帮孩子从心理和习惯上做好铺垫。”张珮强调五大核心习惯的养成——自理生活、专注学习、倾听表达、时间规则、友善社交。“低年级,习惯大于成绩。”她举例说,很多新生入学后最大的问题不是知识储备不足,而是听不懂指令、不敢发言、坐不住、拖延懒散。这些都需要家长在家通

过亲子阅读、静心练字、限时完

成任务等方式循序渐进地训练,而非开学前突击报班。

面对从“游戏活动”到“课堂学习”的学段变化,张珮提醒家长重视孩子学习态度的培养。“提前学过的孩子反而容易上课骄傲、无心听讲。”她建议家长在家模拟课堂场景,帮孩子适应举手发言、安静倾听、遵守指令的课堂节奏,同时耐心陪伴孩子独立完成作业,培养书写工整、按时完成的习惯。

在心理调适方面,张珮指出,一年级新生普遍存在分离焦虑和陌生环境带来的紧张感。“家长不要指责孩子胆小,要耐心共情,告诉孩子老师和家长都会陪伴。”同时,多发现孩子在校的小进步,少对比、少否定,用鼓励式教育帮孩子建立自信。

初中一年级:

循序渐进平稳度过适应期

在西安市高新第二初级中学初三年级组长、深耕初一教学的王静文老师看来,从六年级升入初一,不仅是学段的升级,更是学习节奏、思维方式与身心状态的全新蜕变。

“初中科目从三科骤增到七科,知识密度、难度大幅提

升,不再依靠机械记忆,更侧重逻辑思维和理解运用。”她提醒新生,无需超前学完新课,切忌重预习、轻适配。重点可放在熟悉各科知识框架,备好分科笔记本、错题本,养成规整的学习收纳习惯。

“小学学习依赖老师细致督促,而初中更看重自律。”王静文强调,习惯养成是初中三年的根基,初一学生要养成三大核心习惯:课前主动预习、带着问题听课;课上专注听讲、及时标记重难点;课后独立复盘、整理错题。同时戒掉拖延、边学边玩的陋习,学会合理分配各科学学习时间。

初一孩子正处于青春初期,自我意识觉醒、情绪敏感多变,面对新环境、新同学和新的学习压力,易产生陌生感和焦虑感,建议学生要主动融入集体、积极交友,遇到困惑及时和父母、老师沟通。家长重点关注孩子的学习状态与点滴进步,同时多倾听、少说教,做好孩子的心理后盾,家校同心助力孩子平稳适应初中生活。

高中一年级:

物理虽难,方法对了就不怕

物理被普遍认为是高中

阶段最难的科目之一,很多高一新生入学后第一个月就遭遇“当头一棒”。如何做好初高中衔接、为物理学习打好基础?西安锦园中学物理教师魏哲结合多年教学经验,从入学准备、习惯养成、学习心态三方面给出建议。

入学准备方面,高一新生不要急着刷高中难题,而应花时间复习初中受力分析、电路、机械能等核心知识,浅预习高一前两章,看懂概念即可,不必追求会做题。同时要补齐数学短板,“函数图像斜率、三角函数运算这些数学工具,初中讲得浅,到了高中物理却频繁使用,很多物理障碍其实来自数学短板。”

习惯养成上,上课紧跟思路,不懂及时解决;做题独立完成,不边看答案边写;每节课整理笔记,做到“一节不落”。他提醒学生,不要一两次考试失利就给自己贴上“没有物理天赋”的标签,多数问题来自知识漏洞而非能力不足。

魏哲给家长的建议:教辅不宜多,一套同步资料足够,多了做不完反而增加负担。

(摘自《西安晚报》)

幼儿园严禁教育内容『小学化』

据教育部官方微信公众账号“微言教育”发布的消息,针对如何尊重孩子的成长规律,科学做好学段衔接,教育部发布“十问十答”。

其中,针对幼儿园严禁哪些“小学化”做法的问题,教育部表示,学前教育法明确规定,幼儿园不得采用小学化的教育方式,不得教授小学阶段的课程,防止保育和教育活动小学化。幼儿园应警惕教育内容的“小学化”。

针对小学一年级作业和考试管理要求,教育部方面表示,学校应该严格落实作业和考试的管理要求。小学一年级不布置书面家庭作业,可在校内适当安排巩固练习,回家后的时间留给学生进行阅读、运动和适当的家务劳动等,让学生慢慢适应小学学习,减轻其课业负担。一年级也不进行纸笔考试,可以通过口头测验、课堂观察、成长记录等多种方式了解学生的学习过程。

课堂内外 (摘自《北京商报》)

高分进职校,升学没有标准答案

中考692.5分,手握重点高中入场券,却选择上海港湾学校中本贯通项目,三年中职之后直通上海海事大学物流工程专业。近日,上海中考考生王斯羽的升学选择,在网络上引发激烈讨论。“中本贯通”,是中职学校与本科高校联合开展的一体化贯通培养模式。参与中本贯通试点项目录取的初中毕业生,完成中职阶段全部学业且通过转段考核后,可直接升入对口本科高校继续就读。支持者认为,

中本贯通可以兼顾理论和实操,更早接触实用知识、对接行业需求,就业有优势。而质疑者则看重高中、高考的独特成长经历,以及就读一流名校的机会。两种声音各有道理,但都不能作为升学选择的唯一标准答案。从报道看,王斯羽的选择并不是一时冲动,而是基于自身情况的理性选择。八年级开始,她为数学长期苦战,成绩却始终起伏不定,时常陷入情绪低谷。如果强行进入重点高中,承受的压力可能导致

心态崩盘。所以,比起追逐分数和重点高校的光鲜,保护孩子的长久学习意愿更重要。条条大道通罗马,职业教育和普通高等教育是两种不同类型且同样重要的教育路径,没有绝对的优劣之分,只有适合与否。我们不能让考生都放弃进入普通高中的机会,选择中本贯通赛道,同样也不能守着陈旧观念,轻视职业教育的发展前景。找到适合自己的升学选择,才能实现人人皆成才、人人展其才。

(摘自《辽宁日报》)

化解高知家庭“差生”的困境,别让“完美”压垮孩子

李同学初二成绩下滑后,出现装病逃学行为,中考失利进入职教高考赛道。高一开学两周,成绩再度下滑,进而开始拒学。其父为东南大学高才生,面对孩子学业受挫,家长虽口头安慰,却不经意间流露“高知家庭的孩子不该是差生”的观念。

辅导方案:

1. 鉴别评估:从情绪、躯体、社会功能等多维度开展

评估。鉴于来访者躯体症状突出,建议生理治疗结合心理疏导,身心同治。

2. 共情理解:共情学生的困境,建立安全、信任的咨访关系。

3. 认知层面:帮助李同学看见,逃避学业的根源是对完美的过度追求,是“做到完美,才值得被接纳”的防御模式。

4. 行为层面:确立“不完

美的坚持远胜于完美的放弃”的理念。实施小步复学方案,先尝试短时在校学习或参与兴趣活动,循序渐进。

5. 家长层面:引导家长识别言语中传递的隐性压力,转变固有观念。

经过3个月心理疏导联合药物治疗,李同学逐步回归正常学习生活。

心灵驿站 (摘自《泰州晚报》)