

# 又是一年开学季， 孩子如何快速融入小学生活？

□ 本报记者 温元元

又是一年开学季，又有一批孩子将要踏入小学的校门，开启六年的学习生活。小学阶段是孩子学习成长的关键时期，也是孩子从幼儿向儿童转变、从游戏为主转向学习为主……孩子如何快速融入小学生活？听听龙凤小学教师任智慧怎么说。

## 保持良好心态 帮助孩子适应小学生活

对于一年级的孩子，开学后会经历三个阶段，每个阶段的表现也有所不同。第一个阶段是兴奋期。孩子感觉自己长大了，终于可以上期待已久的小学了，充满自豪感，也有想当个好学生的愿望，同时对小学的生活充满了好奇，会出现心情激动、兴奋得睡不着觉的情况。第二个阶段是厌倦期。一般出现在开学后一个月左右，那时新鲜感逐渐消失，纪律方面受到约束，生活节奏加快，随着知识点的增多，难度也在不断加大，学习没有想象中的那么容易，有部分学生会出现负担重不想上学的想法。第三个阶段是适应期。开学两个月后，如果家庭教育和学校教育教学工作衔接得当，孩子就能较快地适应并喜欢上小学生活。

在这三个阶段，孩子会面临较大的学习压力，如果处理不当会对孩子以后的学习、心理方面带来不良影响，因此作为父母要保持良好心态，积极应对孩子出现的各种状况，帮助孩子度过这个转折的关键期。让孩子“喜欢去上学”并“建立良好的学习习惯”，是家长要做的事。

上小学后，教学形式与幼儿园有很大差异，收拾书本、文具这种小事，都要孩子自己完成。开学前，家长应该从点滴小事做起，帮助提升孩子的自理能力。任老师根据经验，给出了更为实用的准备建议。

“上学以后，需要自己保管的东西一下子多了，孩子以前并没有这样的经验，缺乏自己的东西自己保管的意识，这样就造成有些孩子几乎每天都在丢文具。”根据这种现象，可以在每个文具上都粘贴上孩子的名字，让他自己认识自己的东西。有些父母对这些现象并不重视，觉得一支铅笔没有多少钱，丢了再买就可以了，但自己的东西自己保管好是对孩子责任心的培养。

家长还应教会孩子每天按照课程表自己整理书包、收拾文具，以便能带齐学习用品。在这一过程中，家长的心态显得尤为重要。任老师给家长

## 养成好的习惯 提前适应小学时间

提到上小学，令父母感到焦虑的是孩子的学习跟不上怎么办。任老师说：“我在教学过程中发现，孩子的表现和父母的焦虑点有所不同，刚开始学习，知识方面的缺乏还不是主要的，更多的是对一些学习习惯的培养和对环境变化的适应能力。”

好的学习习惯是成功的一半。首先要培养孩子的时间观念。父母要教育孩子严格遵守学校的作息制度，有计划地安排学习和玩耍的时间。这包括：要按时到校，不能迟到；放学后，回到家先做作业，做作业要专心，做完作业后再玩，不能边玩边做。另外，还要培养孩子养成按时起床、按时睡觉的良好习惯。为了保证充足的睡眠，可以利用开学前的时间，调整孩子的生物

钟：要求孩子每天最晚9:30睡觉，早上6:30起床，每天保证一定的睡眠。开学后，有些学生不适应，可能会上火，家长注意让孩子多喝水，以免生病。

培养孩子独立整理自己作业和学习用品的能力。“开学后，家长每天抽出点时间，对孩子是否完成老师交代的事情进行检查和指导。”具体做法：提醒+检查+表扬。例如：放学接孩子的时候，提醒孩子：“今天老师让你们回家做什么呀”，孩子做完了，家长要及时检查，如果完成得好，别忘了要表扬孩子，完成得不好或者没完成，也需要家长帮助孩子找出原因，鼓励孩子继续努力。经过几次锻炼以后，孩子就会明白，老师交代的任务是必须要做的事情，这样做起来都会认真许多。

## 提升自理能力 自己准备上学用品

“打预防针”：“最初，让孩子自己整理书包和文具盒，他可能会手忙脚乱、丢三落四，家长要有耐心，从旁多加指点，可先给孩子做示范，再让他学着做。现在的孩子都很聪明，先天条件上没有太大的差别，各种差异的形成主要是习惯培养造成的，孩子间的竞争其实是良好的生活与学习习惯的竞争。良好的习惯是要有一个养成过程，需要家长、孩子及学校共同配合，而不是交给学校就万事大吉。”

与此同时，开学以后，面对一个完全陌生的环境，孩子会比较紧张，常常有事情不敢大声说出来，有的学生下课只顾玩，忘了上厕所，上课后想去厕

所又不敢举手，只好憋着，有的甚至尿裤子。所以家长一定要告诉孩子，下课要先去厕所，上课要去厕所一定要告诉老师。

播种了行为，便会有习惯的收获，播种了习惯便会有品德的收获，播种了品德，便会有命运的收获。也有人说，因为养成习惯，习惯造就性格，性格决定命运。这些话不一定完全正确，但好的习惯对孩子的一生太重要了。一年级作为培养孩子学习习惯、学习态度重要阶段，需要家长正确地引导与督促，帮助孩子更好地成长，相信养成良好的习惯肯定会让孩子在学习中受益匪浅。



检察官与同学们互动交流

柳林县人民检察院

## 守护青春之光 共筑法治校园

本报讯（记者 木二东）近日，柳林县人民检察院“沐春·润柳”未检团队走进柳林县鑫飞中学，为该校高一新生带来一堂题为“预防青少年犯罪，共筑法治校园”的法治“开学第一课”。

课堂上，检察官结合当前青少年犯罪的特点和趋势，针对中学生社会阅历浅，心智不够成熟、易冲动、情感丰富且脆弱等成长规律，重点围绕当下在校园、家庭、社会、网络中遇到的新情况，通过剖析发生在县域内的真实刑事案件，详细讲解校园欺凌、电信网络诈骗、信息网络犯罪的相关法律知识和风险，提醒广大学生增强自我保护意识，提高辨别是非能力，让同学们懂得在遇到各种危险时如何自救和互救，预防和杜绝安全事故，共同在校园内为师生绷紧“安全之弦”。

为激发学生对法律知识的

兴趣和思考，授课过程进行了互动问答，学生们争先恐后、踊跃发言，不仅积极回答检察官的问题，还主动提出自己的疑惑和看法。通过参与互动，学生们在轻松愉快的氛围中掌握了实用的法律知识，也学会了如何运用法律武器来保护自己。

除了生动的课堂教学，团队成员还向学生们发放了《反有组织犯罪法》宣传册，并进行详细讲解。他们耐心引导学生们树立远离罪恶、预防犯罪、遵纪守法的法治意识，提升辨别涉黑恶犯罪的能力。

课后，柳林县人民检察院干警王亚雄表示，他们将会继续坚持以未成年人为中心的工作理念，以更加创新的方式和更加实用的内容，进一步深化青少年法治教育工作，以更高质量的司法保护，为未成年人健康成长撑起一片法治的蓝天。

石楼县交警大队

## 为高一新生送上 “交通安全餐”



活动现场

本报讯（记者 木二东 通讯员 郑东慧）为了减少青少年交通事故的发生，提升学生们的交通安全意识，近日，石楼县交警大队走进石楼中学，为高一全体军训学生带来了一堂别样的“开学第一课”。

在活动现场，宣讲民警以“知危险，会避险”为主题，结合学校周边的交通环境，向学生们提出了一系列问题。这些问题引发了学生们的热烈讨论，大家纷纷举手回答，现场气氛活跃。民警们则通过生动的讲解和实例分析，倡导大家在日常参与交通时要遵纪守法，过马路要看红绿灯，走斑马线，不要在大街上、公交车上玩耍打闹，乘坐摩托车电动车要戴好安全头盔，不私自驾驶机动车电

动车出行。为了让学生们更加深刻地认识到交通安全的重要性，宣讲民警带领同学们观看了辖区内发生的事故视频。视频中，一起起惨烈的交通事故让学生们触目惊心。宣讲民警一边播放视频，一边分析事故发生的原因，引导大家在参与交通时能够尽量避免交通事故的发生，并在发生事故时保护好自己的生命。

此次主题宣传活动的开展，共发放宣传彩页500余份，受教学生达700余人。通过这堂生动的“开学第一课”，高一新生们对交通安全法律法规有了进一步的了解，对交通安全的重要性有了更清醒的认识。他们纷纷表示，将摒弃交通陋习，自觉遵守交通法规，做到安全文明出行。

