帮孩子尽快收心迎开学

元宵节过后,各中小学校也将陆陆续续地开学,经过一个寒假的玩乐,不少同学还沉浸在看电视、睡懒觉、玩电脑……的“度假生活”当中。即将开学,孩子们的心是否都收回来了呢?不少焦急的家长对怎样帮孩子尽快收心感到束手无策,“马上开学了,儿子还是睡到中午才起。”“孩子一点书不看,急死人了!”……为此,当下最重要的就是帮孩子尽快收心,尤其对于即将中高考的同学们而言,如何更快更有效地投入到学习状态,无疑是最紧迫的问题。

用其他活动分散电视的吸引力

孩子们在上小学和初中,自控能力相对较弱。父母千万不要打骂孩子,以免孩子产生逆反心理。父母最好多抽时间陪孩子,尽量减少孩子独处看电视、玩电脑的时间。同时,家长还可以用其他活动分散这些娱乐对孩子的吸引力,如陪同孩子去逛书店,买一些课外书籍,或者陪孩子打打球锻炼身体等。

帮孩子一起制定详细的作息表

假期大部分同学们过得随心而欲、自由自在。在家天天睡懒觉不愿起床的孩子,家长一定要找时间和孩子进行协商,并制定一张详细的作息表。家长每天要督促孩子按照作息表看书、学习和睡觉,这样才能避免开学后孩子早上赖床从而导致上学迟到。另外,必要时可以让孩子列出新学期的学习、生活规划,提前准备好,做到有的放矢。

收紧孩子钱包,减少逛街次数

由于刚过完春节,家长可以想办法“收紧”一下孩子的钱包,孩子自然就少了逛街的兴趣。此外,高二下学期较关键,家长最好找时间和孩子一起拟订学习计划。同时建议家长,孩子收心一定要循序渐进,不要给孩子太多的压力,也不要制定超出孩子能力范围的过高目标,要多鼓励,让孩子树立信心。

专家支招:

⊙**适当吃点甜食**:巧克力能提神醒脑、减轻抑郁情绪。通过咀嚼的动作,还能达到情绪发泄的效果,有助于缓解疲劳、忘掉烦躁。可以闭上眼睛,品尝巧克力到底含有哪些味道,能帮你宁神静心。

⊙**出门散散步**:散步是老少皆宜的锻炼方式和减压手段。在单位或家里坐立不安时,不如出门走15分钟,不仅能舒缓喧闹的神经,还能发现身边的美好。

⊙**深呼吸三分钟**:如果前段时间亲朋好友聚会的热闹场面总是在脑海里挥之不去,精力难以集中,不如暂时停止手头的事情,深呼吸三分钟。你会发现,杂念会慢慢淡化,精神振作起来。

⊙**做点有趣的事**:一成不变的工作、生活很容易让人疲惫。此时,不妨找点小乐子,给生活加点“料”。比如听段相声、说个笑话等,让自己尽情地笑一笑,品味生活乐趣。

⊙**锻炼身体**:长假刚过难以适应,很多同学浑身没劲、昏昏欲睡。这时,一次酣畅淋漓的运动最解乏,跑步、游泳、快走都会让你舒缓很多。

⊙**听点安静的音乐**:音乐可谓是平静心情、缓解焦虑的一剂良药。最好听一些舒缓、柔和的音乐,让你的心随着流淌的音符,感受幸福和美好。

中央党校在职研究生

济南铁路局班正在报名

2012年中央党校继续在济南铁路局党校设在职研究生教学班。该校位于济南市山大路与解放路交界处,具有便利的交通条件,一流的教学设施,雄厚的师资力量,完善的后勤服务,优美的学习环境,于2006年成为中央党校在职研究生教学点。2012年招生报名正在进行。

招生专业:经济学(经济管理)。

招生对象:党政机关、企事业单位、军队和武警系统的县、处、团级(或相当于县处团级)及以上干部,党校、高校、科研院所及新闻、出版、政策法规研究部门等单位中级及以上专业技术职称人员。报考者须是中共党员(含预备党员),大学本科毕业。

培养目标:为党政机关、国有企事业单位、军队和武警系统培养经济管理方面的高层次人才。

培养方式:采取集中面授、远程教学和在职自学相结合的方式进行。学制三年。毕业由中共中央党校研究生院颁发在职研究生毕业证书。

报名截止时间:2012年3月6日。

考试时间:2012年5月12日。

考试科目:《政治理论》和《现代管理学》(中央党校提供复习资料)。

报名地点:济南铁路局党校(山大路171号)函授部108室。

咨询电话:(0531)82431619、82431289

网址:www.jntljdx.com

海外出现“汉语教师荒” 出国教学正逢其时

IPA对外汉语教师2012年全省大招募开始报名

海外汉语热遭遇“师资荒”

近年来,汉语热全球范围内不断升温。目前,国家汉办已在105个国家和地区建立了350多所孔子学院和500多个孔子课堂,海外近1亿人正在学习汉语。专家预测,到2013年,海外学习汉语的人数将达1.5亿,由此引发对外汉语教师的需求量激增,全球汉语教师缺口量达500万人以上,师资不足问题日益凸显。

教老外学汉语,体面又高薪

专家指出,在海外找工作,要与“洋人”挣饭碗,同样岗位除非专业能力超越他们,否则很难有机会;以往,华人海外工作大部分只有做外国人不愿做的,如端盘子、刷碗等,不但辛苦且挣钱不多;如今,在全球汉语热的大背景下,华人完全可以发挥自身母语优势,做“洋人”做不了的工作,教汉语,挣他们的钱。不但挣钱多,更能传播中国文化的同时,实现个人价值。据海外教汉语的老师反馈:在美国,时薪达50-80美金;加拿大,时薪达60-75加元;澳洲,时薪达50-80澳元;西欧,时薪达60-80欧元。即使在国内,对外汉语教师工资也已达80-300元/课时,月薪过万元已是普遍现象。

行业升温引发IPA汉教报考热

要想成为一名合格的对外汉语教师,就需参加全球统一考试,取得世界范围内唯一认可的汉语教师教师上岗证书——IPA国际注册汉语教师资格证。目前,“汉语教师考试”越来越热门,报考的人数也随之倍增,今年1月份考试,全国26个考点考生合计已突破20000人,专家预测6月份考试,全国考生将达35000人。

我省对外汉语教师大招募开始报名

大专及以上学历人士、在校大二及以上年级学生(专业不限)、准备出国留学的高中毕业生或高三在读生均可报名。目前,报名工作已经开始,有意参加考试者,请到考务中心抓紧时间报名,以便充分备考。

报考电话:0531-58591012
58591013

官方网站:
http://sd.hanyu029.com/

QQ:2503867610

山东报考中心地址:济南市泺源大街圣凯财富广场3楼330

■非常寒假

不一样的寒假生活

今年寒假,在济南青少年积极心态训练营,孩子们度过了与众不同的7天假期生活。接受习惯、礼仪训练,进行自我潜能激发,锻炼自身演说能力,提高口才……泰安薛峰同学的父母跟随训练营上了两天的家长课,整个活动结束后,薛峰同学说自己和父母的关系变得更加融洽,训练营让他充满力量。目前薛峰同学正在读高三,他觉得自己很需要这种力量的支持,等到开学回去,他还要帮助更多的同学。

训练营里的教育专家王莉女士表示,一到寒假,因为担心孩子无人看管,整日在家里无所事事,看电视、上网、玩游戏……所以家长们总会给孩子报各种各样的辅导班,其实这无益于孩子的成长。如果说孩子是一棵小树,成绩是小树上的果实,那么“想要果实大而饱满,就必须在根部为其施肥,而不是在果实上下功夫”。

现在假期临近结束,家长应在此时注意调整孩子的生活和学习习惯,逐渐让其收心,为开学迅速进入学习状态做好准备。

◓教育快讯

加拿大新东方国际学院招生面试会成功召开

2月4日,新东方国际学院的校方代表和新东方前途出国济南分公司的加拿大顾问在颐正大厦为济南的学生和家长做了一堂别开生面的招生面试会,据新东方前途出国济南分公司的加拿大顾问孟翔宇老师介绍,加拿大新东方国际学院为国际留学生提供加拿大安大略省教育部认证的高中学分及大学预备课程,并为学生提供完善的英文考试培训课程及大学申请辅导,帮助学生在短时间内进入理想的大学。据悉新东方前途出国济南分公司今后每月还将定期举办各类留学讲座、海外名校面试会、教育展等活动,家长和学生可以继续关注。