

高考临近家长听听名师来支招

适度关注孩子 少唠叨多鼓励

专刊记者 王双

距高考还有不到一个月的时间,在最后的冲刺时间里,学生每天都绷紧了弦,家长亦是如此,有的家长甚至比学生更紧张。在这关键的时刻里,很多家长像热锅上的蚂蚁,不知该如何跟孩子沟通、怎样关心孩子,孩子有了困惑该如何帮助。5月9日,记者采访了烟台二中几位带过多届毕业班的老师,听听他们是怎样为家长支招。

晚上失眠不要有心理负担



郭瑞成,烟台二高中物理老师

距高考不到一个月,一些学生由于焦虑导致失眠现象发生,很多家长却不知该如何帮助孩子缓解。烟台二高中物理老师郭瑞成说,冲刺阶段学生有失眠现象很正常,家长遇到这种事情应及时与老师联系。郭老师说,最近他班上也有这样一名学生,让家长很着急。遇到此类现象,学生应先找出失眠的原因,分析是什么原因引起失眠。其次,学生可

通过体育锻炼的方式来缓解失眠。郭老师说,高三学生常常大脑很累,但身体却不累,放学后学生可以在操场上跑上几圈,跑到累为止。回家后,可以泡泡脚再睡觉。郭老师提醒学生不要因为失眠而吃安眠药,因为服用安眠药会影响学生记忆力,而且高考冲刺阶段的失眠不是身体原因,而是心理原因,高考考完后就会恢复正常。

别把紧张情绪传染给孩子



王梯延,烟台二高中三化学老师

高考临近,一些家长甚至比学生更紧张。想跟孩子沟通,问问学习近况,却不知该怎么开口,生怕问多了引起孩子厌烦。孩子在家复习功课时,家长一会儿送牛奶,一会儿送西瓜,原本是关心却容易引起孩子厌烦。烟台二高中三化学老师王梯延建议家长应少问学习情况,多给孩子鼓励,当孩子的听众,给孩子一些发泄的机会,当孩子沉默时,家

长也不必多问。王老师说,以前他带毕业班时,有一名学生,家长总是忍不住去问孩子的学习近况,后来,夫妻俩就商量孩子回家两人就出去散步,等孩子睡着后再回来,结果,那年那名学生超常发挥考取了一所不错的学校。王老师说,情绪可以传染,浮躁可以传染,自信也可以传染。营造良好的家庭氛围,父母自信,孩子也有底气。

临考租房陪读非明智之举



王洪军,烟台二高中物理老师

临近高考,很多家长选择在学校附近租房给孩子陪读,而孩子们却不领情。烟台二高中物理老师王洪军告诉记者,临近高考在校外租房陪读并非明智之举。王老师说,父母这么做对于孩子来说并非是一种关怀而是一种负担,过度关怀对于学生来说就像心上压了一个沉甸甸的包袱。一些父母嘴边还常挂着“为了你我浪费了多少工作的时间,为你做了这么

多,不要辜负了我们对你的期望……”之类的话,对于学生来说更是压得喘不过气来,吃不好,睡不好。王老师说,家长租房陪读,是想给孩子创造一个有利的学习环境,但却恰恰适得其反。在外租房,学生夜夜“开夜车”,造成睡眠不足,学习效率低下,得不偿失。王老师说,临考前,不要改变学生的作息习惯,晚上应11点前入睡,不要对孩子过度关怀。

别用过来人身份指导孩子



考淑娜,烟台二高中三数学老师

最近,高三学生进行了第二次模拟考试,烟台二高中三数学老师考淑娜提醒家长,不要过分在意学生的二模成绩,应尽快让孩子从考试中走出来,调整好状态进行知识的查漏补缺。还有的学生觉得剩下不到一个月的时间怕复习不完,考老师说,高考是永远复习不完的事情,只要安下心来复习就好。一些家长非常着急孩子成绩的提高,开始为孩子出谋划策,用过来人的身份

对孩子进行指导,甚至为孩子制定新的计划。考老师建议,把教育孩子的权利还是交给老师,多跟老师进行沟通。很多时候,家长过度干涉容易造成学生的逆反心理,而且有些道理从老师口中说出来学生觉得更有权威性。同时,考老师提醒家长,不要拿自己的孩子跟别人的孩子进行比较,易造成学生的心理负担。家长不要刻意地去关心考生,更不要打扰孩子的备考节奏。

学音乐对孩子成长更有益

启明星小百灵合唱团开团招募,学琴送琴活动持续进行

专刊记者 王伟凯

音乐类特长既能陶冶孩子情操,还能拓展孩子综合能力,但很多家长和学生也在纠结于选择哪一项音乐科目去学更有优势。为此,5月9日,记者来到启明星文化艺术培训中心进行了采访,培训中心的老师给家长和学生们提出了以下三点建议。

合唱既练唱功也练表演

启明星文化艺术培训中心老师闫磊告诉记者,学习少儿合唱可以有效地训练科学的发声技巧,还可以科学培养学生音准,节

奏及音程概念,并对建立自信心有很大帮助。

闫老师说,启明星的小百灵合唱团曾荣获全国及省市级多种金奖,闫老师曾带领合唱团出访俄罗斯,获艺术合唱节金奖,她也多次举办个人独唱音乐会,获得家长和社会的一致好评。

学古筝有益身心健康

启明星培训中心老师张艳说,学习古筝弹奏艺术有利于培养学生丰富想象力,高度的专注能力,大胆的表现能力,优秀的记

忆力和良好的协调能力。在古筝学习中技能技巧的熟练,需要坚持不懈地练习。古筝练习有利于培养孩子坚韧不拔的意志品质和持之以恒的良好学习习惯。总之,古筝是一种有益锻炼身心健康的乐器。

学小提琴提高音乐素养

启明星文化艺术培训中心的老师吕海宁告诉记者,小提琴的音色具有人声美,穿透力强,并且小提琴演奏灵活,携带方便,是最具表现力的一种乐器,因此被人们誉为“乐器皇后”。吕

老师说,小提琴学习初期投入不高,并且孩子可以参加集体课,在集体授课的环境中互相激励共同提高。小提琴演奏不受环境场地限制,练习机会多,演出机会也多,当然成功的机会也多。

吕老师告诉记者,学习小提琴对孩子成长十分有益,学习小提琴的过程中可以提高孩子的音乐素养,使孩子的感情更细腻,并且对精神生活的影响也是不容忽视的,练习的过程,还可以培养孩子的耐力。所以,只要孩子喜欢,就可以学习小提琴。

赴美读本科专业该咋选

专刊记者 王双

出国留学,如何选择学校、选专业,困扰了很多准留学生们。受传统观念的影响,很多家长在面临这个问题时往往忽视专业选择的重要性,而一味关注学校的排名、津津乐道于申请美国前100名、前50名、前30名的名校。华兹华斯国际教育留学部主任于颖建议出国留学应首先考虑选什么专业,其次才是选学校,留学专业的选择直接影响留学本身的成败。

于颖介绍说,据相关统计,美国大学有将近900多个专业,面对如此多专业选择,加上英文翻译和

习惯说法上的不同,很多人会误解一些听起来极为熟悉的专业名称。于颖说她曾经接触过这样一名学生,本科学的是国际贸易专业,研究生转专业学习酒店与旅游管理,由于受到影视作品的影射,他认为旅游与酒店管理专业应该是学习一些实际操作,如何服务客人,如何策划大型活动。即使将来不进行相关方面的工作,对自己也是一种锻炼,对个人品位也是一种提升。

后来,上课之后他发现研究生酒店管理课程都是以管理类为主,即使结合实践也多是各种软件的

操作,与他所想的专业出入很大,而且酒店管理也是极需要耐心与细心的工作,与他的性格差距较大。毕业后他根本不想从事与酒店相关的工作,但是他的专业却很大程度上限制了他的职业选择。

选择专业应看以下几点:

- 1、先要看自己想要什么,要回国就业还是留在国外,如果想留在国外,应尽可能选一些移民专业或者国外的紧俏专业。
- 2、不要盲目跟风,现在很多学生觉得金融比较赚钱就跟风学金融,甚至是转专业学习金融,这样

的行为是不理智的。

3、专业没有好坏,只有适合不适合。要看自己擅长什么、喜欢什么,国外学习本来就枯燥,选择不喜欢的专业,学习起来会很痛苦,更容易半途而废。

4、不要因为容易出国而盲目选专业,应结合自己的实际人生规划和需要,充分的申请理由才能得到学校的录取。

5、了解每个学校的课程设置,看是不是和你想象中一样。

6、要结合自身的资金准备,有些专业,学校比较贵,比如MBA。

启明星文化艺术培训中心
学琴送琴活动开始啦!!!

学古筝送古筝
学3个月古筝: 600元 + 古筝价值: 1500元 = 2100元
现 优惠价: 1100元 (送一架古筝)

学小提琴送小提琴
学3个月小提琴: 600元 + 小提琴价值: 500元 = 1100元
现 优惠价: 780元 (送一把小提琴)

“小百灵合唱团开团了!!”

现 优惠价: 300元 一期

咨询电话: 18853505516 13053530199
地址: 西南河路47号(南通路小学北100米)

华兹华斯
WORDS WORTH
国际教育集团

美国留学
专业选择分析说明会

时间: 5月13日(周日)上午9点

主讲:
烟台华兹华斯
学校校长,
留美硕士, 金迪。

预约电话: **0535-6643388**
讲座地址: **芝罘区北马路三水大厦10楼1006室**