

患“开学恐惧症”了吗

专家建议学校和家长齐配合克服开学恐惧症

17日,全市中小學生正式上課。經歷了一個愉快的寒假後,有學生難以適應開學的節奏,而懼怕開學或厭學,有人把這稱為“開學恐懼症”。而所謂的“開學恐懼症”是一種情緒障礙,主要特點是對學校產生恐懼,如情緒低落、心慌意亂、注意力不集中、記憶力減退等。

對此,有專家表示,學校第一、二週課程安排不宜太緊,多安排班會等讓學生交流心得,慢慢融入。而家長在應對“開學恐懼症”時,需根據孩子的年齡特點,幫孩子克服。

轉學害怕陌生環境,初三學生不堪考試壓力……對此,筆者了解到,不少學校都有自己應對之策。部分學校第一課,就要求班主任老師採取召開談心會、茶話會、收心會等多種主題班會的方式進行心理疏導,組織學生開展分享假期趣事、“晒春節”等活動,幫助學生進一步融洽關係,消除“開學恐懼症”。

專家建議老師在開學第一、二週里,可以舉行班會讓孩子們多進行假期心得交流,安排的功課不要太多,讓學生有個循序漸進的過程。多設計幽默詼諧的教學環節,調動學生的學習興趣。



同時,作為學生本人,自我調節也很重要,學生自己要訂一些計劃調整生活、學習狀態。

家長又該如何幫孩子避免或克服“開學恐懼”呢?心理諮詢師介紹,年齡較小的中小學生想要克服“開學恐懼症”,關鍵在於家長。對於小學生,家長要及時幫助孩子調整好生物鐘,協助其完成開學前的準備工作,同時給孩子以幸福感,讓孩子對上學感興

趣,期待上學,引導他們做好開學前的心理準備。

對於中學生,心理諮詢師建議大家應該學會自我暗示,做心理調試。要告訴自己:開學了,必須收心了。家長可以從側面進行引導,多鼓勵孩子,讓他們對新學期充滿信心,還可以帶孩子購買文具、教輔用品等,營造良好的開學氛圍。

陳璐

教育

齊魯晚報今日濰坊

在 線

星期 一
2014.2.18

C05

臨朐縣啟動第二輪 學前教育三年行動計劃

為鞏固學前教育三年行動計劃成果,促進臨朐縣學前教育健康快速、均衡高位發展,近日,臨朐縣在總結分析第一輪三年計劃的基礎上,深入調研,精心謀劃,啟動了第二輪學前教育三年行動計劃。

加大投入,促幼兒園標準化建設升級上檔。嚴格落實《臨朐縣城區居住區幼兒園規劃建設管理暫行辦法》(臨政办发[2013]11號),新建城區居住區配套幼兒園16處;以加快鎮街中心園和社區幼兒園發展為抓手,8處鎮街高標準異地新建中心幼兒園,整合撤并小規模幼兒園,進一步優化幼兒園布局。

多措並舉,着力打造專業化教師隊伍。按照公辦幼兒教師核定編制,配足配齊公辦教師,完善非在編幼兒教師管理辦法,切實提高幼兒教師工資待遇,加強教師培養培訓,提升幼兒教師隊伍整體水平。

強化管理,提高學前教育質量。加強幼兒園動態監管及過程性指導與考核,實施鎮村一體化管理模式,嚴格幼兒園登記註冊及年檢標準,促幼兒園健全制度,強化考核,明確職責,細化流程,打造規范化精細化管理,全面提高保教質量。

科研興園,促幼兒園內涵發展精品化。進一步優化幼兒在園一日活動,提倡小課題、微課題研究,加強園本課程建設,因地制宜,充分挖掘鄉土資源及傳統文化,加強區域活動,戶外活動研究,打造富有鄉土文化特色名園,爭創省、市級十佳園及名園。

王曉梅

學大教育助力藝考生 提升文化課學習成績

大考臨頭,容易眉毛胡子一把抓。濰坊學大教育的特聘專家們結合各學科的《考試說明》對各考點不同等級的要求、新課標高考的難度要求,結合藝考生實際情況和學習特點,歷年藝考生實際得分水平等諸多因素,精選藝考生必備的主干知識、核心考點和題解方法,制定出適合藝考生的《教學大綱》。

時間緊,任務重,如何合理安排計劃?濰坊學大教育的特聘專家

們依據各學科在高考中的分值、藝考生學習各學科的難易程度,學校組織模擬考試所占用的時間等因素,對100天的時間進行科學分配。然後按照濰坊學大教育的藝考生專用《教學大綱》以及普遍藝考生實際水平和認知發展規律,制定出詳細、周密的教學計劃,提前安排好各課時所講內容。濰坊學大教育對每一位藝考生進行全面“學業診斷”,在根據學生的學習水平和個性

特點對各科的計劃進行修訂、調整,制定出一套專門針對該生的教學計劃。

面對文化課,今天學,明天忘。為了真正提高藝考生的學習效率,幫藝考生建立自信,濰坊學大教育的特聘專家、教研員親自執筆,制定成了一套《濰坊學大教育·藝考生輔導專用課程》,課程設計體現了“小三步”教學法,為落實教學效果提供了保證。

李述偉

本版編輯:李濤 美編 組版:王慧英

濰坊學大教育培訓學校

官網www.xuedahk.com

濰高文教學[2011]54號 招生廣告編號:濰教廣字[2013]106號 (香港學大教育控股集團)濰坊市兒童福利院公益合作夥伴 濰坊市民辦教育協會理事單位 濰坊市教育學會會員單位

學大助你馬上提分 BEST CHOICE 圓夢中高考

抓住一輪復習,莫要輸在起跑線上! 初、高三一輪復習非常重要,是整個中高考復習的基礎和關鍵,起着承上啟下的作用。只有系統構築完整知識體系,打下紮實基礎,才能在第二、第三輪復習中游刃有餘。

40天精品提升方案 一對一量身打造40天專屬提升方案,緊扣“考綱”,即查即補,抓住核心知識點,高效提升!!

賀高密旗艦校區開業!學大拼好禮!

- 好禮1. 價值2000-5000元的濰坊學大教育獨家定制版專業學習工具-贏PAD平板筆記本電腦內核全新升級! 體積更小巧,外觀更時尚! 可隨時查閱學大專屬學習資料! 實現線上線下學習! 現在報名均有機會免費領取!
- 好禮2. 凡學大在讀學員,只要推薦身邊的同學或親友來學大上1對1,可有機會在學大享受免費1對1輔導! 小伙伴們別光掠,快快行動起來! 推薦越多,獎勵越多,實惠越多!
- 好禮3. 來學大上1對1,免費參加學大名師精品課堂和親子活動,增進親子關係,了解學科重點和難點……各年級名師課堂每周未準時開講! 每周給家長和孩子不一樣的超值驚喜體驗!
- 好禮4. 面向各年級特推出價值1000元的3A瑞捷課程試學活動,名額有限,欲報從速! 享受學大精品陪讀服務,空調開放,隨到隨學,指導解題思路,可全天候免費自習。
- 好禮5. 濰坊學大教育專攻2014年中高考的教研團隊悉心研發《2014年中高考備戰叢書》+《2014年中高考全托生基礎知識手冊》。另有多年輔導藝考生、軍考生的優秀老師執教,針對專業報考要求和學生基礎,量身定制學習計劃教輔材料。
- 好禮6. 濰坊學大教育特組織“3A瑞捷”名師進行各學科知識框架的串講,讓學員輕鬆把握新學期! 應對新學期出現的不適狀態! 3A瑞捷名師(1對1授課經驗豐富,無失敗率!)定中!
- 好禮7. 免費領取小初高《優學筆記》,養成好習慣,贏在起跑線上!

文化課大沖刺 中高考/藝考生/軍考生專輔全托

考前點撥 考後分析
90天沖刺中高考 量身打造1對1專屬方案

2014.2.15	高新校區	譚老師	初中英語	初三學員及家長	提高英語的有效方法和中考策略
	廣文校區	蘇老師	高中數學	高三學員及家長	全托一輪復習的知識點串講與學大授課思路展示
	青州校區	岳老師	高中物理	高一、高二、高三學員及家長	新學期,新的學習思路指導
2014.2.22	盈隆校區	徐老師	初中英語	初一、初二、初三學員及家長	新學期,新的學習思路指導
	九龍山校區	趙老師	初中物理	初三學員及家長	如何針對高效的進行一輪復習
	廣文校區	于老師 張老師	初中生物 初中地理	初一、初二學員及家長	WAT考試的復習重要性以及計劃
	高新校區	王老師	高中物理	高三學員及家長	理綜變革須知及如何應對全國卷物理試題

全國免費諮詢熱線: 400-8530-999 或撥打114轉學大教育(電話實名)!

9大校區, 供您就近選擇!

- 高密校區: 高密市鳳凰大街大利群西側時代國際大廈3F (5160337 5160338)
- 銀座VIP校區: 奎文區銀座商城南鄰銀座財富國際廣場19F (3A瑞捷校區) (2103665 2102335)
- 青州校區: 青州市冠街157號范公亭文苑小區3號樓沿街1#、2# (2103613 2103615)
- 壽光校區: 壽光市人民廣場東側中央華府17-7.8號 (5285881 5286881)
- 諸城校區: 諸城市人民東路新大華百盛超市對面華都富林沿街111#、112# (2221521 2227521)

廣文校區: 奎文區鸞飛路626號. 中友大廈7F (5173107 5173108)
盈隆校區: 奎文區虞河路與福壽街交叉口盈隆廣場1-12F (6102121 6102112)
高新校區: 高新區東方路與福壽街交叉口怡景公寓6-7號 (2225525 2225526)
九龍山校區: 奎文區新華路與櫻前街交叉口東50米路北九龍大廈6F (5971313 5971505)