

过度放纵不利健康,长假咋过老师开方

高考结束不妨补补社会课

本报6月9日讯(记者 张凯) 6月8日,就高中毕业生如何平稳度过高考后的假期这一问题,记者采访了滨州学院教师姚建和滨城区第二中学教师李雪峰。他们认为,高考后学子们不妨补一补社会课。

姚建告诉记者,据他了解,每年高考后都会有学生出现过度游乐,导致无法按时入学的现象。李雪峰同时提醒广大考生要注意预

防酗酒、过度上网和情绪低落等不良行为和情绪。并建议学生利用假期多和家人沟通,多帮家人劳动,这个假期应该是一次促进亲情和提高社会认知能力的机会。

据两位老师介绍,多数高中生家长都曾通过拔网线、锁电脑来限制孩子上网。高考结束,这些约束将自动解除,一些熬了三年的学生开始疯狂上网,更多的学生因为无节制地上网而染上

网瘾,甚至到了大学仍难以自制。高考之后,一方面学校、家长放松了管理;另一方面一些学生觉得喝酒新鲜刺激,加之想显示自己的个性,释放高考的压力,开始学着喝酒甚至酗酒,有时甚至出现酒后闹事。

据姚建介绍,有的学生在高考没出成绩前,总是在压抑自己的情绪。李雪峰说,以前出现过很多类似情况,这对学生的心理是一

个很大的折磨,他们往往通过过度娱乐的方式寻求发泄。高考后放松心情,多和朋友沟通,同时参加社会公益活动是个不错的度假方式。姚建建议,高考后考生不妨和已经上大学的师哥师姐多沟通一下,“一是对大学有一个整体认识,再就是通过参加活动可以增加对社会的了解。”

平时学业较忙,应该利用这个机会多接触社会。姚建说,现

在许多大学生都很后悔当初荒废了这个假期,“好好利用这个假期补补落下的社会课,对以后生活很有必要。”

“建议多和家人接触,怀着感恩的心多帮家人做些事。”李雪峰告诉记者,现在很多孩子与亲人缺乏沟通,利用这个假期多和家人在一起有利于增进感情,同时也是回报亲人和感恩的一个好机会。



考完啦

6月9日中午高考结束后,在北镇中学门前,一位家长拿起相机为孩子的高考摄影留念。

本报见习记者 张希旺 摄



回家喽

6月9日上午,刚考完试二十多分钟,滨州一中2号女生宿舍楼下聚集了车辆,家长忙着将孩子行李搬回家。

本报见习记者 王传宝 摄



ROEWE 荣威
品位 科技 实现

宗成550荣威
C-NCAP五星安全评定

金蛋

今天您砸了吗?

凡活动期间,所以订车客户可享受全系车系砸金蛋活动机会多多不容错过,凡持此报纸进店顾客均可获得价值精美礼品一份,详情请见店堂海报



咨询热线: 0543-2225222