

开学在即 帮孩子收心要循序渐进

家长:多数孩子假期看电视成瘾

“还有几天就要开学了,作业都还没有完成,孩子还天天坐在电视、电脑前不动弹,开学了怎么学得进去?”一想到这,近几天,家住环山路的李女士就在担心。昨天,记者调查发现,看电视、上网仍是很多中小学生假期的主要消遣方式,临近开学仍玩得乐此不疲。专家建议,家长应科学地帮助孩子调整心态,做好开学前的过渡,迎接新学期的学习生活。



“就快开学了,老师布置的作业都还没做完,还是天天守着电视看,多说他几句还嫌烦!”家长李女士说,儿子已经上高二了,下学期就将进入高三了,现在正是学习的关键时刻,但从儿子的身上看不到一点紧迫感。由于上学期期末考试成绩较为理想,她对儿子的假期生活并没有做太多干预,看电视、玩游戏就成了儿子主要的活动,经常看到深夜还不睡,早上又总是赖床不起。

“假期里想着让他放松一下,哪知

道他竟养成了习惯!”喻女士抱怨,眼看要开学了,到了早上9点,她强行叫醒儿子起床,让他完成作业、看书复习。“但是他根本坐不住,在书桌前顶多坐上一个小时,又坐到电脑前面去了,要么看电视,要么打游戏。”

眼下,像李女士一样为此烦恼的家长不在少数。家住英雄山路的周女士无奈地说,除了完成作业的时间,儿子就在家看电视打游戏,连吃饭都要三番五次的喊。

调查:看电视成孩子主要消遣方式

对于即将结束的寒假,孩子们都是怎样度过的呢?记者昨日随机调查了10名中小学生发现,看电视、上网、串门……仍然是孩子们这个假期的主要消遣方式,虽然他们没有给自己具体的统计时间,大部分中小学生每天看电视超过3个小时。

舜耕路某小学五年级学生小涵说,

假期她几乎就是看电视、看电影、逛街、溜冰,最近几天在家里主要是看电视。“平时在学校上课感觉每根神经都绷得紧紧的,假期主要就是上网打游戏、看电视放松一下。”周女士的儿子小王坦言。“一天除了上网、看电视,其它也没有什么好玩的!”家住工人新村的高一男生刘杰说,就算是走亲戚,也只有看电视玩。

支招:给孩子收心 不宜过分施压

“很多家长觉得,春节期间让孩子玩‘疯’了,开学前一周左右,就强迫他们每天看书学习,或者给他们定标准、立目标,借此让他们放松的神经再紧张起来。其实,开学前采取过分施压的方式来‘收心’是不恰当的。”育文学校三年级班主任张旭老师分析说,孩子经过假期的休息,很多方面都处于松弛状态,如果突然给他们过多压力很容易导致孩子出现情绪低落、萎靡不振的现象,更有甚者出现抵触情绪,对开学产生恐惧心理。

张老师建议,开学前,家长不妨为孩子做做心理调整,给孩子科学“收

心”。先将孩子睡觉和起床时间逐渐前移直至恢复正常作息制度,正面引导孩子正确对待开学。同时,在开学前一周家长应尽量少安排或不安排走亲访友或娱乐活动,让孩子的心静下来。此外,可以适当地为开学营造氛围,帮助孩子减少看电视时间。张老师说,比如,可以鼓励孩子制定新学年学习计划,但要避免反复“唠叨”;比如准备好开学前的学习物品,在孩子有要求或有意愿的前提下,陪孩子去书店看一看,感受书香味,买点对孩子有益的书,如文学作品、学习参考书等,这样对孩子适应新学期的生活大有益处。

金色童年

PPA美国职业摄影师协会认证
国际著名摄影机构



泉城小明星

宝宝姓名:侯瑞一晨

金色童年预定套餐赠高端主题拍摄

全新时尚相册相框震撼上线咨询电话 86095999

照片刊登启事

泉城小明星上报栏目,展现孩子童真的笑颜,表达父母的祝福与期望,同时具有纪念意义。本栏目由金色童年独家推出,具体刊登事宜请与金色童年策划部联系。

寒假早规划 钜惠在学大

活动内容:

2月25日前,省内艺考生网上预报名文化课,即刻减免1000元!
预报名网址: www.xuedajn.com

1对1专项辅导,寒假提升一马当先

师资优

全国11000名专职教师,多年授课经验,帮助学生查缺补漏

课程优

专职教员团队,满足不同层次学生需求

管理优

金牌学管师全程贴心服务,及时家校沟通

教学优

11年教学实战精华提炼,全科分析学科短板

免费试卷分析 预约即享	预约即送 精品学习装备	免费自习室 天天有辅导
学大教育提供免费分析试卷的机会,让学生深入了解学习短板,针对潜在的隐患,帮助学生定制查漏补缺方案。	学大教育为您准备了价值350元的教育辅导工具,为学生提供最全面的服务。来电即送,预约享有。	学大自习室每天晚上免费开放,辅导老师提供免费现场辅导答疑解惑,孩子放心家长安心。

来电即送大礼包! 六大校区,就近选择!

杆石桥8888 8896/山师8888 8895/燕山8888 8891
舜耕8888 8101/八一8888 8067/洪楼8888 8814

学大教育
xueda.com

24小时热线: 400-0531-522

注: 以上活动不与其他优惠同时使用。