开学前 四招帮孩子收心

□整 理 曹振海

用不了几天,暑假就要结束了,放松了一个假期的孩子们又要回到课堂,重新开始按部就班的学习生活。然而,许多父母却表示:孩子们仍出现早上不肯起床、不肯做暑假作业、整日无精打采的情况。在这里,教育专家为父母们提供了一些“收心”技巧。

开学收心家长先行

自由自在的暑假当然令孩子们十分留恋,想起上学,心里或多或少有些不乐意:有的孩子假期功课没做完,担心老师批评;有的孩子假期太舒服,睡眠、饮食都没规律,一想到开学马上要早起早睡就难受,谈到开学就发脾气,情绪易波动,有些孩子甚至会睡不着觉、没胃口……面对这些问题,很多家长表示了担忧。

面对孩子的这些“开学焦虑”现象,专家认为,家长必须帮助孩子解决畏难情绪。首先,家长不要过于紧张,在孩子面前要坦然,不要让自己的焦虑传递给孩子;帮助孩子调节生活规律,预习新学期课程,逐步进入开学准备状态;其次,收心不能急刹车,不能采取过分施压的方式给孩子收心;同时对于新学期,家长要学会激发孩子对新知识的兴趣和好奇,引导孩子进入新角色;还要帮助孩子调整好生物钟,恢复正常的作息制度。

四招帮孩子收心

第一,利用最后几天时间完成作业,复习上学期的要点。很多中小学生常常到开学最后一两天才想起临时抱佛脚做功课,不仅身心俱疲,也使暑假作业的质量严重滑坡。因此专家认为学生应该在最后几天合理安排时间,把没有做完的功课完成。同时由于休息了一个暑假,可能对上学期的知识有所遗忘,因此不妨抽空回顾一下知识要点。

第二,要调整好心态和生物钟,尽快进入学习角色。学生应当明确暑假过后的主要任务是学习,虽然可能许多心愿没有达成,但仍要“朝前看”,不要再陷入回忆。同时暑假期间有可能通宵玩耍或很晚睡觉,这时很有必要调整好自己的生物钟,按平日上学的时间起床、睡觉、学习、活动,尤其注意多参加户外体育锻炼,保持充沛的体力,适应学期初紧张的学习生活,争取新学期有一个良好的开端。

第三,要确定好学习目标和学习计划。父母应根据孩子的实际,及时沟通交流,确立新学期的学习目标,制订学习计划。进入新学期,学生应该有新的展望和打算,可以在开学前好好计划一下,例如下学期要提高哪几门课的成绩,在学校超越的目标是什么,新学期是不是要学一门新特长等等。制订学习计划、树立目标可以帮助孩子树立自信心,消除假期后的失落感。

第四,要注意培养孩子的阅读习惯。在开学前几天,尽量少安排或不安排走亲访友或娱乐活动,让孩子的心沉静下来。父母应该适当地把握和引导一下,在孩子有要求或有意愿的前提下,陪孩子去书店看一看,感受一下浓浓的书香味,买点对孩子有益的书,文学作品、学习参考书均可,它可以让孩子爱书、爱知识,从而升华到爱学校,对孩子适应新学期的生活大有益处。

成龙学校
秋季双休日班 热报中!
秋季双休日班8月30日前报三科以上8.5折优惠!VIP会员最低7折优惠!试听课不满意免费!
小学部:小学3-6年级趣味数学、快乐作文、少儿英语 学习兴趣班
初中部:初一、初二、初三语文、数学、英语、物理、化学 双休日班 学习方法指导班 中考备考班
高中部:高一、高二、高三语文、数学、英语、物理、化学 双休日班 学习方法指导班 高考备考班
家教部:精品课堂/个性化辅导
咨询电话:86422047
常年聘优秀教师!
新校区:解放桥北,独栋五层、精装空调小教室30余间,就近入学!
解放桥:86464405 86997853
大观园:86019637 86019541
省体中心:82095209 82920106
网址:www.cljn.net

奥鹏教育 天天向上 抽空把大学上了!
2009秋季网络学历教育招生进行中
高起专 高起本 专升本 本科二学历
诚邀合作单位
北京大学 浙江大学
南开大学 大连理工大学
东北财经大学 西安交通大学
北京语言大学 北京交通大学
北京航空航天大学 中国石油大学(华东)
东北大学 天津大学
国家承认学历、教育部电子注册
免成人高考、符合条件颁发学士学位
学习时间地点灵活
奥鹏远程教育济南学习中心(直属)
网址:www.Jinanopen.com.cn 咨询电话:0531-88925880
地址:济南市山大路242-2号大东科技城B402
www.open.com.cn 400-810-6736

外国语学院赴法留学预科班
通 知
山东大学外国语学院第七期赴法留学预科班招生即将结束,有报名补录的学生敬请抓紧最后时机!
已经报名的学生请于2009年9月5日-6日两天(早上9点至下午4点)携带必备文件到山东大学千佛山校区南院10号楼办理入学手续,具体文件清单请致电4006010388详细咨询!
去法国读免试免学费的硕士学位
专科毕业赴法读二年专业、本科毕业赴法读一年专业,即可获得硕士学位
全部为教育部承认的法国公立大学
现在报名享受众多优惠!
山东外服对外交流中心为此项目唯一签证服务机构
报名地址:济南南门大街2号银座泉城大酒店388
报名电话:4006010388 0531-86169976 86169638

山东大学外国语学院
英语日语韩语自考网络助学班招生
我院是省自考英语专业的主考单位,师资力量雄厚。1/3课程由学院自主命题考试,通过率高。
招生对象:应往届高中毕业生或专科毕业生
学制:专科、专科起点本科均为2年
报名截止日期:9月11日
地址:济南洪家楼5号山大老校外语学院
电话:88377500 网站:jxjy.flc.sdu.edu.cn

澳大利亚“本科连读,留学移民”
政府支持 一站服务
一年国内预科(首都师范大学),澳洲两年公立学院(副学士学位),带薪实习,毕业后确保拿“绿卡”,连读公立大学本科(2+1学士学位)。
无需雅思成绩,年龄18-29岁(高中以上学历)。
学费分年付,三年人民币25万。
中国商业高等职业教育研究会国际交流与合作委员会暨北京立京培训学校
教育部、公安部备案,安全可靠。签约拿“绿卡”无风险!
山招办:0531-80995360 13335199928 张老师
地址:济南市经七路泰山大厦13楼A-06室
网址:www.bjljjyk.com 诚招县市代理

国家首批认证合法中介机构 教外综资认字[2000]54号
济南华侨出国留学服务中心
服务费5000元 签证无忧!完善的后续服务!
本中心部分优秀学子光荣榜

姓名	性别	国内就读学校	考入世界顶尖大学
张刘佳子	女	山东省实验中学	牛津大学
陈 曦	女	山师附中	牛津大学
赵闻哲	男	山东省实验中学	剑桥大学
王 昱	男	山东省实验中学	剑桥大学
王 桦	男	山东省实验中学	剑桥大学
张鸿昊	女	济南外国语学校	剑桥大学
孙晓波	男	山师附中	剑桥大学
程 岩	男	济南外国语学校	帝国理工学院
吴 超	男	山师附中	帝国理工学院
梁 亮	男	山师附中	伦敦政治经济学院
李小芒	女	济南外国语学校	伦敦政治经济学院
赵 耀	男	济南外国语学校	悉尼大学
周 凯	男	济南外国语学校	新南威尔士大学
王 彤	女	山师附中	新南威尔士大学
赵梦雪	女	山师附中	墨尔本大学
黎怡汝	女	山师附中	墨尔本大学

英国名校留学
*初中毕业以上赴英就读名牌高中是入读牛津、剑桥大学的最佳途径
*英国前30名大学2010年1月、9月预科、本科及硕士课程入学申请进行中!申请时无需语言成绩!
*英国著名大学可专升本、专升硕,最快1年获得学位
*移民新政策-毕业后可留英工作2年
赴澳留学首选电子签证,最快7天获签!
*我中心为指定电子签证机构,担保金无需6个月,可办留学贷款。
*快速申请新南威尔士、悉尼、国立、昆士兰等五星大学预科
*快速申请澳洲全部公立大学本、硕课程,大专生可专升本或专升硕
*高三毕业免读预科,2年8个月即可获学士学位;各省优秀高中任选
*高三在读即可申请TAFE课程2年快速移民,总费用20万
美国名校申请热招中
*高三在读或毕业,大专及本科在读或毕业,无需语言成绩,快速申请美国著名大学本科及硕士课程,可获双录取!
工薪家庭首选——马来西亚英迪大学
*英语授课,年总费用4-5万元,无需语言成绩和资金担保。
地址:济南市济大路7号舜玉花园15号楼 同时办理新西兰、加拿大、新加坡、德国、荷兰等国留学业务
网址:www.liuxueroad.com 电话:0531-82913139/82950686

学府雅思
咨询电话:82960666 报名网址:www.out369.com
教学优势
◆ 济南雅思考点 ◆ 名师团队创造95%通关率
◆ 雅思考试专用设备教学 ◆ 11年经验学员逾两万
◆ 优雅教学环境,小班授课 ◆ 大学教学住宿便利安全
雅思精品课程

6.5分雅思全能高分班	四/六级水平的大学生	8月31日、9月14日开班
6分雅思精品高级班	未达四级的大学生	8月31日开班
高中起点雅思6分直通车	高考100分左右(150分制)	8月31日开班
雅思基础白班	高考90分左右(150分制)	8月31日开班
雅思提高白班	高考110分左右(150分制)	8月31日开班
6分雅思长期精品班	高考70分左右(150分制)	8月31日开班
6分雅思冲刺白班	六级水平以上的学员	8月31日开班
雅思应考点题班	当月参加雅思考试的学员	8月30日开班

咨询地址:济南市经十路65号三庆汇文轩东座二楼全层 教学区地址:济南市经十路73号学府雅思教学区

山东师范大学省外语培训中心
全日制班(英、日、韩、法、俄语)
9月5日开学
1、英语:初级班,中级班,高级班
2、日语:初级班(零起点),中级班,高级班
3、韩语初级班(零起点)
4、法语初级班(零起点),中级班
5、俄语初级班(零起点)
业余培训班(9月14日开课)
1、美国外教口语班 2、英语听说班
3、法语初级班 4、俄语初级班
5、日语初级班、中级班 6、韩语初级班
周日外语班(9月13日开课)
1、新概念英语班(1-4册)
2、法语、俄语、日语、韩语初级班,日语中级班
考试辅导班
1、考研英语、法语强化班(9月15日开课)
2、翻译证书三级口译考前辅导班(10月17日开课)
3、翻译证书三级笔译考前辅导班(10月18日开课)
4、日本语能力测试(一~四级)考前辅导班(11月初开课)
5、全国公共英语等级第五级考试(PETS-5)考前辅导班(11月14日开课)
6、剑桥商务英语(BEC中级、高级)考前辅导班(11月初开课)
7、考博英语辅导班(2010年1月开课)
以上各班报名即日起至额满为止,简章备索。
地 点:济南市文化东路88号山东师范大学四号教学楼(田家炳楼)七层4717室
电 话:0531-86180094,86180544
中心网址:www.sdwp.sdnu.edu.cn 或:山东师范大学网站:山东省外语培训中心

朗阁·雅思 -只为高分梦想- LONGRE·IELTS
6分全保制度 20人小班教学 2000名雅思名师 1200元高奖学金
现在就报名 更多惊喜等你来
雅思 IELTS 金秋“高”在朗阁
秋季高分课程抢报中
独家3大高分教学保障制度
单科、总分均保6分
20人小班教学,口语全外教
1200元高奖学金
独家3大原创学术领先优势
2000名雅思名师学术事献
海外考试研究中心(RAFLE)考情动态分析
1对1英语写作免费批改
TOP
雅思基础6分班(保6争8)(适合高中生、护士等英语基础薄弱学员)
雅思突破6分班(保6争8)(适合高中毕业生或相当英语程度学员)
雅思精品6分班(保6争8)(适合大学4级或相应英语程度学员)
雅思65直达班(保6.5争8)(适合大学6级或相应英语程度学员)
雅思四级65直达班(保6.5争8)(适合大学4级或相应英语程度学员)
雅思热线:86030111 86030222 官方网址:www.longre.com 济南雅思学习QQ群:52356839
济南中心:泉城路366号两条腿大厦B座2层(浦发银行南邻)