

假期即将结束，还需提早“收心”

开学不到一周时间，从寒假到新学期，从闲散到紧张，孩子常常会无法进入良好学习状态。如何让让孩子尽快做好迎接新学期的准备，适应上学的节奏，已经成为家长们关注的话题。昨日，记者就此采访了市一些教育工作者。

开学前：不妨来点仪式感

采访中，我市几位中小学老师表示，每年春节过后开学初期，总会有一些孩子出现不想上学，或上学迟到、上课打瞌睡等现象，这都是“开学综合征”的表现。之所以出现这些现象，是因为开学前孩子没及时调整过来，从散漫的假期到紧张的学习，需要一个准备的过程。这个时候，家长可以跟孩子一起做迎接新学期的准备工作。

新华区联盟路小学政教主任赵俊鸽说，做准备工作前，家长首先跟孩子聊一聊新学期需要准备哪些学习用品，根据孩子的要求去商店或超市购买，让孩子在置办学习用品的过程中感受上学的重要，逐渐转变自己的态度。这个方法对于处在小学阶段的低龄孩子尤其管用。在购买书包、文具等学

用品的过程中，让孩子全程参与，无论是在实体店，还是在网络上购买，都邀请孩子参与选购的过程，让孩子深刻体会到开学是自己的事儿。

赵俊鸽说，通过这一系列的准备工作，孩子一点一滴地体会到新学期开学是一件庄重严肃的事情，给孩子带来一种仪式感。而在选购过程中，让孩子充分参与各种用品的选购，也会让孩子对即将到来的学习生活产生主人翁意识，孩子也就自然而然地从心里重视起来。

对孩子来说，最重要的是要让他们明白：自己将开始一段新的生活，它不同于以往，自己将承担新的任务，需要付出努力但它可能会很有意思，自己要好好准备，并且希望它还不错。用新装备给孩子新学期美好的祝福，让孩子带着愉快的心情走进新学期，孩子会更加期待开学的日子尽快到来，做好身心的双重准备。

准备过程：适当营造学习氛围

新华区新街小学校长梁晓力说，在孩子“收心”过程中，家长要有意识地营造新学

期氛围，我们首先要检查寒假学习计划完成情况。同时鼓励孩子重新整理上学期的课堂笔记、试卷等来回顾知识点，尤其是高年级学生，以达到“温故而知新”的效果。还可以对新学期的新知识做个初步预习，建立知识网络。毕竟只有把新旧知识连接起来，知识才能连贯，才具有系统性。

梁晓力说，开学前让孩子复习下之前学过的内容，然后再大致浏览下新学期的课本教材。熟悉住后一学期的的大纲目录，让孩子对新知识有所了解，这样学习起来才不会过于吃力。但是千万别把新知识重新学一遍，否则孩子真正上课时就没有了对知识的渴望，丧失新鲜感和兴趣，变得不想听课。孩子在“度假慢节奏”与“开学快节奏”两种模式切换时，难免会产生紧张、抗拒心理，如果我们不能帮助孩子以轻松、愉悦的心态进入新学期，将会影响孩子下学期的学习。

卫东区平马路小学校长胡忠慧说，开学前家长可以和孩子聊聊校园趣事，激发孩子对学校生活的回忆。新学期新气象，家长可以和孩子一起提前对新学期进行规划，帮助孩子做足准备的同时，让孩子对新学期有更

高的期望，帮助孩子顺利进入学习状态。

回归常态：逐步调整作息

新华区团结路小学小学校长苏豪珍说，寒假期间，大部分孩子比较放松，跟家长一起每天晚睡晚起，作息时间被彻底打乱。开学之前，一定要按照上学的作息规律，提前给孩子调整过来，否则开学头一周，孩子在课堂上会出现打瞌睡、上课没办法集中注意力等，听课效果大打折扣。建议家长提前三五天帮助孩子调整生物钟，有计划地每天提早一点，逐步回归到合适的时间段。

苏豪珍说，这个过程可以借助闹钟，逐步帮助孩子调整晨起和午睡时间。同时可以安排上午起床后进行晨读，再制订个看书练字的计划，下午午睡后进行课外阅读、户外运动等项目，把一天的时间安排得充实而有趣，提前帮助孩子调整好心态和作息时间。有条件的家长可以模拟开学节奏，按开学后作息时间起居，按时准备一日三餐，早睡早起，调整生物钟，让孩子顺利适应开学后的“时差”变化。

(本报记者 耿剑)

春节过去了，不少小朋友压岁钱又赚得“盆满钵满”，怎么支配这笔数目不小的钱？记者在采访中发现，大部分家长都尊重孩子的权利，注重在使用中引导孩子树立正确的金钱观，对天生不爱花钱的孩子，有的家长甚至有意识地培养他们的“财商”。

引导孩子合理支配压岁钱

还在上学前班的萌萌今年春节收到了不少压岁钱，其中有1000元是爷爷直接给孩子的钱，在场的萌萌爸爸刘先生以为孩子对钱没概念，就把钱装进了自己口袋里，没想到才6岁的萌萌当时就较了真，说：“这是爷爷给我的钱，你为啥要拿走？”刘先生好一通解释才让孩子相信“爸爸不会拿她的钱”，但萌萌还是为自己争取到了可自由支配的100元，其他由爸爸暂时保管，并商定剩下的900元可以用来买学习用品。

湛河区实验小学三年级的朵朵今年春节收到了2000元压岁钱，她妈妈徐女士发现，以前对钱没概念的孩子也开始喜欢钱了，明确表达“这钱是我的”。对孩子的觉醒，徐女士只能尊重，经过商量和讨价还价，决定1800元由妈妈代管，200元由孩子自由支配，双方郑重地写下了“保管条”，约定购买学习用品和部分个人物品时从中支取，并每次作记录。

徐女士对记者说，孩子手里有钱后并没有乱花，相反格外仔细，每花一笔钱都反复掂量，而且还特别“认真”，比如有一次她带孩子去买衣服，挑好了孩子却不买了，原来，孩子一直以为这是自己要自己的，嫌衣服太贵舍不得花。

真有不爱花钱的孩子

新华区光明路小学六年级学生玥玥春节收到三四千元的压岁钱，孩子主动提出交给妈妈处理，不过妈妈觉得孩子长大了，手里应该有可以自己支配的钱了，想给女儿500块钱，孩子爸爸王先生觉得女儿一贯不乱花钱，可以适当多给一点，于是最终给了女儿1000元钱。

王先生的这份自信是从哪儿来的呢？他对记者说，孩子需要买东西该由父母花钱哪些该由自己花钱在他们家有明确规定，比如衣食住行包括学习用品，明确是由父母花钱，那么孩子需要花钱的地方就不多了，实际上，从几年前他们就让孩子留下一点压岁钱自由支配，但孩子每次都主动把钱用在了家庭开支中，比如旅行、家庭聚餐等，所以他很愿意让女儿学习支配更大数目的钱，在他看来，这也是一种必需的能力。

如果说大多数父母是怕孩子乱花钱，市城乡一体化示范区湖光小学一年级学生多多的父母面对的却是相反问题：跟同龄孩子相比，孩子一直没有花钱的欲望。据多多的妈妈刘女士说，她儿子对花钱没啥概念，以前给他零花钱根本都不花，全存到一个大花瓶里。孩子的爸爸认为也要培养孩子花钱的能力，于是就定了每周给他10元，而且规定必须花，如果连续一个月一分不花，就停零花钱。刚开始时执行得还可以，每周带他去超市，诱导他买个零食吃，但后来就执行不下去了，“还是不花”，就真的把10元零花钱给停了。后来还规定期末如果考95分以上给奖励，100分奖100元，授权他可以买玩具等，但孩子花钱的积极性也不高。是不是这孩子完全对钱无感觉呢？刘女士说：“应该不是，同样的东西别人掏钱买他就挺高兴，让他自己花钱就没兴趣。”

专家：花钱心疼才懂珍惜

市一高心理健康教师、心理咨询师景文录认为，学会花钱应该成为家庭教育不可缺少的一部分，让孩子学会花钱和存钱同样重要。儿时对钱的认识和实际经验会影响孩子良好消费习惯的养成。因此，勤俭节约的同时也要引导孩子正确认识金钱，学会花钱，学会用钱为生活增色。

景文录说，学花钱之前先要给孩子树立基本的金钱意识和观念，最初家长可以通过游戏，借助游戏币让孩子进行交换实践，在孩子基本了解消费的相关知识后，再用真实的钱币替换游戏币。比如孩子参与学校活动需要花钱，家长可以陪同孩子去超市购物，让孩子去付账结算，使孩子明白用钱可以换来自己需要的东西，直观地让孩子知道金钱的用途，认识到把钱花在有意义的事情上，才能体现钱的价值。花钱时孩子可能会感到有些心疼，正是这样，孩子也学会了珍惜，这时教育孩子可以通过扫地、洗碗、整理房间等家务劳动获取金钱。孩子获得了金钱，家长再教导孩子如何规划自己的钱，管理好自己的“小金库”，在有限的金额范围内购买自己心仪的物品，这样也锻炼了孩子的计算管理能力。但是，家长给孩子自由支配的金钱数目不宜过大，控制在基本的零钱范围内就好。生活中我们会经常遇到需要帮助的人，这时可以让孩子拿出钱来奉献爱心，并对其行为及时给予表扬，促使孩子养成既勤劳节俭又善于理财的良好品格。

(本报记者 姜刚)

晚报小记者年味不一般

大扫除、贴春联、包饺子、做元宵……今年春节，晚报小记者们少了外出游玩的乐趣，却在参与、体验、寻找传统文化的过程中，感受到了不一样的年味。

寻找年味：重温传统习俗

新华区继红小学五(2)班崔宸宸在迎接新年到来时，帮助家人打扫卫生、张贴春联，还学会了做元宵，这个春节对她来说既丰富又充满乐趣。

卫东区雷锋小学四(3)班小记者冉博文说，春节前妈妈带他去置办年货，看到妈妈要买对联，他自告奋勇接了写对联的任务。因为是第一次写对联，他用了整整一个下午时间，虽然写得不是很完美，可是看到自己写的对联贴到门上，幸福感充满整个春节。他还暗下决心明年一定要写得更好。

感受年味：一起做团圆饭

过年很多家庭都有蒸枣花馒头的习俗。卫东区雷锋小学三(1)班张晨源在家人的指导下，学会了蒸枣花馍，除了枣花馍，他还学会了做动物造型馍。

“刚上一年级的女儿今年第一次跟我们一起做年夜饭，剥饺子馅、包饺子，都做得有模有样。”新华区建设街小学小记者王怡涵的妈妈表示，“孩子有了这样的体验，以后过年时自然会传承和发扬这些老传统。”

记录年味：感受传统文化魅力

新华区体育路小学三(1)班小记者卢沐泽把自己书写春联的过程拍成图片记录下来。为了充分学习节日习俗，感受节日乐趣，只要能动手参与的，卢沐泽都参与其中。

市城乡一体化示范区公明路小学一年级小记者吴锦萱春节第一次学做灯笼，并在家人的指导下学会了煮饺子。在做灯笼、煮饺子的过程中，她体会到传统文化的魅力。

今年，新华区体育路小学三(1)班小记者褚宸希精心录制了快板贺新年小视频，欢快的快板节奏、喜庆的新春祝福让人耳目一新，收获了不少赞誉。

(本报记者 耿剑)

书香伴新春

2月20日下午，几名小学生在市区一家小型图书馆专心看书。

寒假期间，我市不少学生到开放的图书馆借书，丰富自己的寒假生活。市民李女士告诉记者，这个假期，她放弃了带孩子回洛阳和亲朋团聚，只要有时间就陪孩子去看书，春节孩子借了10多本课外读物，收获非常大，书香陪伴孩子的假期，春节过得很有意义。

本报记者 耿剑 摄



喜庆灯笼挂起来



胖嘟嘟的卡通牛拿着大大的福字、喜庆的红灯笼贴着祝福语……大年初六过后，新华区新街小学各班的班级微信群开始热闹起来，学生们开始在班级群里以图片或视频形式展示自己做的花灯笼，这不仅是该校的一项特殊寒假作业，也是为迎接该校第六届元宵节，各班学生精心准备的参赛作品。

新街小学校长郭勇介绍，为了让学生感受传统节日的魅力，学校利用春节和元宵节这两个特殊节日，动员学生动手制作年画和灯笼，体验节日的乐趣。寒假伊始，学校各班老师在班级微信群里推送了这项寒假作业，并附上制作要求和方法，鼓励学生们积极参与，利用假期动手制作的乐趣。

大年初六过后，该校二(3)班学生邢心一的妈妈把孩子在家制作灯笼的过程拍成图片发到班级群里。紧接着，班级群内其他家长也陆续将孩子制作过程展示出来，有的是图片，有的是精美的小视频，孩子和灯笼的合影最受欢迎，不少家长纷纷在群里点赞。

二(3)班学生家长卢熙硕妈妈说，孩子动手制作的灯笼不仅分享到班级群里，还发到亲朋好友群里，孩子很有成就感，盼着早点开学，早点参加学校元宵节的灯笼展，这样的寒假作业对学生来说非常有意义。

右图为学生在展示自己的作品。

本报记者 耿剑 摄影报道

2021年晚报小记者开始招募啦!

他们是耀眼的小明星，去调查采访，去社会实践，去进行职业体验，去参加公益活动……

他们通过培训和锻炼，用手中笔写出漂亮文章，在各种场合中沟通自如，承担起更多的社会责任。

他们是校园里的正能量，他们是城市文明的倡导者、践行者，他们是——平顶山晚报小记者。

晚报小记者团成立于2003年，17年来，晚报小记者团每年开展上百场丰富而有意义的活动，培养了数万名优秀小记者。

小记者们通过《平顶山晚报》刊发自己的文章和作品，充分展示自我，收获了不可复制的成长经历，留下了独一无二的成长回忆!

报名即送价值598元小记者专属写作培训
招募热线:4973519 4973585 15937506769

详情请关注
“鹰城小记者”
微信公众号