

本报科教卫新闻部主编 | 第 353 期 | 2014 年 8 月 6 日 星期三 责编:王蕾 视觉:竹建英 编辑邮箱:wangl@xmwb.com.cn

小升初

现在就放手

让孩子管好自己

问题一

能不能生活自理?

静安区一位预初年级的年级组长说,每年新生入学总要乱上两三个月。“不少学生丢三落四,有忘做作业的,也有把课本落在家里的,甚至有些学生会‘忘了’上厕所,直到上课了才尿急。家长则成为‘救火队员’,往学校门房快递各种物品。中学生不会根据天气变化添减衣服,也是一大通病。”

自评标准:

静安区家庭教育指导中心常务副主任陈小文说,让孩子学会生活自理能帮助他树立责任心,也会更理解和尊重父母,更有利于亲子沟通。在假期中,可以做三阶段的考查——

■ **初级阶段:** 是否有良好的饮食习惯,能做好洗漱准备,临睡前自己铺床、摆放好自己的衣物等。

■ **中级阶段:** 起床后,能否整理床铺,定期整理书桌,用餐时能够为全家摆放碗筷、盛饭、洗碗,能够根据事先商议好的内容自行到商店去购物等。

■ **高级阶段:** 主动帮父母晾晒、收纳衣物,能清扫整个房间,为家人准备简单的早餐,知道家和学校之间的公共交通路线并能够乘坐公共交通等。

专家建议:

家长要放手让孩子自己打理自己的生活,包括:

- 1.让孩子学会用闹钟叫醒自己,自己收拾书包和作业。
- 2.为孩子提供家庭劳动的机会,比如,整



经历过小升初“择校大战”的家人们,在暑假又陷入新一轮的焦虑:我的孩子能不能适应初中学习?他需要提前准备什么知识?

专家和过来人建议,家长不妨和孩子一起在假期做张“自评表”,不只是知识储备,良好的学习习惯、健康的心理、自理生活能力才是顺利过渡的核心。

理床铺、打扫房间、洗涤衣物、帮助家长采买日常用品等。

问题二

会不会自己学习?

到了初中,学业难度上升,要求更高的学习的自主性。钟山初级中学校长徐铭安说,最首要的准备就是学习方式的转变。“小学生被动记忆,中学生需要主动建构,制定自己的学习计划。”

自评标准:

“小升初家长犯的通病是:暑假猛补预初知识,但其实,小升初也需要‘零起点’。”徐铭安说,初中学校也会设置“开学准备期”,课程难度在最初几周不会很难,以保证课程的顺利过渡,但是孩子的“抢跑”可能会让他觉得课程太简单而放松警惕,等到课程难度上去之后就会措手不及。

因此,衔接期需要训练的是良好的学习习惯和自主学习的能力,可以通过以下三方面来评估——

■ **是不是会思考、交流?** 小学阶段孩子只需记住老师上课要点,到了中学则要学会

举一反三,因此,要学会对自己提问,向老师请教,和同学讨论。

■ **是不是会主动预习?** 小学阶段的预习多由老师布置,到了中学阶段,指定行预习变少了,有些孩子就会忽视。

■ **是不是会及时小结,查遗补缺?** 中学课程内容多,一旦知识点不能及时掌握,极有可能影响后续学习。

专家建议:

- 1.写字速度要加快。关注孩子的握笔姿势,强调落笔要准,运笔要快,收笔要稳。
- 2.有意识规划每天作业,从通览全部作业,按科目性质交错安排的原则来划定作业次序,减少学习的随意性,使学习逐渐由自发转为自觉。
- 3.善用学习笔记本、错题本来自主规划学习。
- 4.学会科学复习,以每日、每周、阶段来划分复习的周期。

问题三

是不是小胖墩?

进入初中之后,孩子将逐渐步入青春期,

这是一个生长发育旺盛时期。陈小文说,女生的发育通常早于男孩,也更早地进入青春期,尤其是从五年级到七年级,女生各项发育均快于男生,身高变化尤其明显。

孩子迅速增高会让家长产生“孩子变瘦”的错觉,特意的加餐容易让造成营养过剩,导致“小胖墩”的诞生。

自评标准:

营养不良并不单指吃不好,也包含了营养不均衡的问题,尤其是早餐质量的下降和零食会对孩子健康的造成影响。家长可以从以下几个方面观察:

- 吃得好,不挑食,不偏食。
- 有规律的排便,每天一次,粪便软硬适中。
- 睡眠好,无磨牙和梦游等。
- 指甲粉红色,坚韧而呈现弧形。

专家建议:

- 1.早餐尽量在家用完,兼顾谷物类、牛奶/豆浆、肉类以及蔬菜等食材。
- 2.学校午餐难以实现小锅炒菜的口味,家长在家不要刻意迎合孩子口味制作某种类型的菜肴,比如,孩子不喜欢吃香菇,就不烧带香菇的菜。
- 3.假期尽量在家就餐,快餐食品要掌握次数和量。
- 4.增加体育运动的时间,在暑假中,尤其不要天天开空调,以免造成开学后的不适应。比如,可坚持让孩子每周游泳 1-2 次;开发家庭亲子体育活动,比如一起长跑、打球等。

本报记者 马丹

2015高考政策、学科要点、备考策略全解析

——本周六熊丙奇教授等专家联袂出席“昂立新课程第六届高考分析咨询会”

8月9日(本周六)，“昂立新课程第六届高考分析咨询会”将在上海图书馆如期拉开帷幕。本咨询会自2009年起,已连续举办六年,凭借专业的政策分析和实用的学科指导,在历届考生和家长中拥有良好的口碑。

本届咨询会将邀请到:知名教育专家熊丙奇教授,沪上知名高考政策、试题研究专家,以及高考资深教研专家等,为新高三的考生和家长提供新鲜的2015年高考备考指导。

熊丙奇现场解析:

2015高考趋势、选择专业与高校的关键

为了让广大新高三学生和家长了解最新高考政策和形势,掌握专业选择和高校定位的关键要素,上海交通大学教授、知名教育学者熊丙奇教授将在现场,进行以下精彩解析:

- 2015年高考政策变化及改革趋势;
- 选择专业和高校的关键要素是什么?
- 一本、二本目标的学生怎样权衡专业与高校?

高考资深教研专家点拨:
各学科重难点、高三复习策略

本次咨询会将特邀高考资深教研专家,结合2014年高考情况与2015年高考趋势,对各学科重点及复习方法进行详尽点拨:

- 近年高考试卷分析、高频考点回顾;
- 各学科题型变化趋势及应对策略;
- 实用高效的备考方法和复习建议。

针对高考改革最大的英语学科,咨询会特别邀请资深英语教研专家,独家带来:

- 2014 高考英语题型变化及难度分析
- 新题型考查难点及得分要点归纳

■ 展望和分析 2015 英语高考趋势

现场专家:
免费政策咨询及专业测评

咨询会特别安排“政策咨询及专业测评”环节,帮助考生和家长了解更准确的招生数据和目标定位,从而开展更科学的备考。

【专家面对面咨询】

在咨询会环节,专家老师将为广大家长 and 考生提供以下数据咨询:

- 沪上高校历年录取分数线;
- 各专业大类分数线及招生人数;
- 近年各专业的就业情况排行榜。

【高考目标定位测试】

系统整合上海各高中近3年的一本率、本科率等数据,只需填写学生基本信息及目标大学,就可智能测评:

- 适合报考的大学目标;
- 现阶段在全市同年级考生中的排名范围。

【MBTI 职业专业测试】

本测试以国际知名的职业测评——MBTI 测评体系为基础,结合中国高中生特点和国内高校专业设置进行定制,帮助学生快速了解:

- 自身的性格特点
- 适合的职业方向
- 推荐的专业大类

现场领取:
高考实用备考资料

针对高三考生的备考需要,咨询会现场还将提供大量实用备考资料,包括:

《2014 上海高考真题及答案解析》

时间	精彩内容	嘉宾
上午 9:30	政策解读: 2015年高考政策变化及改革趋势	教育专家熊丙奇教授
	专业选择: 一、二本目标的学生,选专业和高校的关键	教育专家熊丙奇教授
	考点解析: 近年高考试卷整体分析、高频考点回顾	高考资深教研专家
	学科点拨: 各科考试题型特点及实用复习建议	高考资深教研专家
下午 13:30	经验分享: 家长、孩子的分工安排及注意事项	高考高分学生和家長
	资料赠送: 《高考真题及答案》、《各专业录取分数及就业情况》	高考政策研究专家
	高考目标定位测试: 科学定位实力水平与目标院校	高考政策研究专家
	2014高考英语题型变化及难度分布解析	高考资深教研专家
	高考新题型的考查难点及得分要点归纳	高考资深教研专家
抽奖环节	独家: 展望和分析2015英语高考趋势	高考政策研究专家
	专家咨询: 沪上高校录取分数线、各专业招生数据及就业前景	高考政策研究专家
	MBTI职业专业测试: 找到适合孩子性格的专业	高考政策研究专家

- 包含语、数、英、物、化 5 门学科
- 涵盖参考答案及解题步骤(限理科)
- 《沪上高校各专业录取分数线及就业情况》
- 沪上高校历年各专业录取分数(含一本、二本院校)
- 近年各专业的就业情况排行

【来电预约】
送《历届各区一模考真题卷精选》

现在起,前30名来电预约的学生家庭,将获得独家编汇的《历届各区一模考真题卷精选》1本:

- 包含语、数、英 3 门学科
- 精选各区经典一模真题

【咨询会信息】

时间:2014年8月9日(本周六)
上午 9:30,下午 13:30

地点:上海图书馆西门 2 楼报告厅(淮海中路 1555 号,高安路口)

【重要提示】

由于历届咨询会参加人数众多,请务必提前致电 400-820-5563 提前预约,获得参与资格。短信预约号将是唯一入场凭证,无预约号将不得入场!

教民 131010574100871

第六届高考分析
咨询会

预约电话
400-820-5563
61132568