

宝宝变小一新生，



快乐游戏伴孩子成长。 记者 徐佳伟 摄



将要上学的小朋友在家长陪同下选购辅导书。 记者 唐严 摄

□记者 成良田 沈莉萍

“小呀么小儿郎，背着那书包上学堂……”再过一周，新学期就要开始了，学校门口又将出现小朋友们背着书包蹦蹦跳跳上学的身影。

按往年数据推算，预计今年宁波有8万多名小学新生走进校园。这些小朋友，从以游戏为主的幼儿园到以学习为主的小学，进入准时准点的规律生活，这个转变无疑是孩子一生中最重要的转折期之一。每年新学期开学，一些小学的校门口，总会有些哭着喊着要回家的小学新生，对家长来说，这是他们最不愿意看到的场面。

这个暑期家长做了哪些准备？孩子能适应学校吗？和小朋友交往会不会有问题？没学过拼音能赶上上过幼小衔接的同学吗？开学头几个月，应该怎么引导孩子？……这些有关新生开学的问题，都是家长们最为关切的话题。



家长说 “小豆包”要上学，家长要早动员

“小豆包”即将背上书包上学堂，做父母的做好准备了吗？怎样帮助孩子顺利升入小学？记者请几位家有“准一年级小豆包”的妈妈，聊聊她们的一些做法。

讲述一：按上学模式“实战”，提高自理能力

我家的“小豆包”辰辰要上学了，说实话，内心还是有些紧张的，不知道能否跟上小学的节奏？

大班的最后一学期，家长学校有一节课，请来小学部经验丰富的一线老师，指导家长做好幼小衔接。我对照了一下老师的建议，发现儿子最大的问题不在于知识的学习，而是自理能力比较薄弱。

辰辰在幼儿园表现不错，自己吃饭、喝水，玩具、文具用完自己收拾。可到了家里，却变了个样，吃饭常常要大人喂，穿衣服、倒水由大人代劳，玩具摊得一塌糊涂，他在前面丢，奶奶在后面捡。

老师说，自理能力弱，东西丢三落四，很容易成为学习进步的障碍。这个暑假，我决定放手，在自理能力上对孩子进行了有意识的培养，辰辰进步很快。

首先是独立睡觉。我跟儿子提出来，今后要独立一个房间睡觉了。没想到，儿子一口答应。我特意把他的小房间

布置了一番。当天晚上，他在被窝里放了一只玩具熊，开着小夜灯睡着了，一夜成功。

其次是按小学的作息节奏“虚拟实战”。市三区小学一、二年级实行弹性上学制，最晚8点40分到校，和幼儿园时间差不多。但是，不同的是，小学没有午睡，晚上的睡眠一定要充足，不然白天上课容易昏昏沉沉。我要求孩子每天晚上8点半睡觉，早上7点起床，中午不午睡。刚开始一两个星期，实行起来很困难，我们自己也做不到，孩子常常在9点半以后才上床，10点才入睡。3周过去后，基本养成了习惯。

孩子平时做事总要父母催，慢半拍。我给孩子准备了一个小闹钟，以培养孩子的时间观念，做事情不磨蹭，不拖拉。比如，10分钟内，完成起床穿衣，15分钟吃早饭。

我还给辰辰准备了一个背包，上兴趣班、外出旅游，书本衣物都由他自己整理。画完画，也要求他必须收拾好工具。另外，还让他学会了系鞋带、倒开水、用钥匙开门等事儿。

讲述二：放弃“花里胡哨”的文具，培养专注力

前天，我带文文去书城买了文具。现在的文具，花样多得眼花缭乱。女儿挑中的文具，兼具了玩具的功能。笔头上装了一个小弹簧，上面有一个可爱的喜羊羊造型，按一下弹簧，喜羊羊一抖一抖很可爱。文具盒上画着一只青蛙，打开有好几层。橡皮的形状就是一只皮卡丘，竖着两只长长的耳朵，闻起来香香的。

我闺蜜的孩子比我家的，读三年级了。我听说她，一年级的朋友，容易分神，太过花哨的文具，会分散孩子的注意力，上课时，东摸摸，西摸摸，影响学习。

于是，我对文文晓之以理：“这些文具看上去很漂亮，其实不好用，还会影响学习，还是换些简单实用的吧。”女儿一开始不愿意，不过，后来答应给她另外买个玩具，她接受了一个概念：文具就是文具，主要的功能是用来学习，而不是玩。

我们最后买了六支最普通的中华牌铅笔，买了最朴素

的绘图橡皮。买了两个卷笔刀，一个简单的，适合放在笔袋子里，还有一个比较“豪华”，卷出来的铅笔芯不容易断，放在家里。还买了一个分量轻但分层多的书包，放弃了时髦的拉杆书包。

为培养专注力，我们在家里玩起一些小游戏，比如我迅速报出一串数字：13678904，女儿在纸上写下：13678904。把几张扑克牌给她看，抽掉其中一张，问她少了什么花色的什么牌，孩子比较喜欢。

另外，小学对孩子来说，是一个陌生的环境。为了让孩子入学后尽快适应，平时会对文文说些学校里可以学到很多新知识，你的大脑将变得越来越强大之类的话，鼓励她对即将开始的学习充满好奇心。孩子进入小学后开不开心，还和有没有朋友有关。我在小区里打听了一下，哪些孩子同一年级入学，就约在一起玩，现在几个小朋友已经玩熟了，我相信她入学后不会觉得孤独。

讲述三：养成正确的习惯，预防近视

常常看到一些报道，孩子才读小学三、四年级，一个班级10多名孩子已经戴上了眼镜。到小学毕业，半数孩子已近视。而到了高考前，10个孩子去体检，其中9个是近视眼。用眼过度、用眼不卫生、姿势不当、饮食不合理，都是导致眼睛近视的因素。

这个暑假，我家孩子开始握笔练习书写自己的姓名、电话号码等。可是，小孩子写着写着，身体就开始往前倾斜，越靠越近，有一次就差鼻尖要碰到纸了。我一次又一次地提醒她要挺直背脊，要保持一拳一尺一寸的距离。可是，孩子总是开始时坐得好好的，过一会儿就忘记了，又不由自主地往前凑，身子拧得像“麻花”，眼睛像是在“打枪”。

我利用女孩子爱美的特点，对女儿说：“头太低，背不

挺直，女孩子要变得不漂亮了哦。”孩子一听，马上把背脊挺得直直的。

我又在淘宝上买来了几样巩固姿势的东西：背背佳、防近视铅笔、读书架、坐姿矫正器，辅助孩子养成良好的用眼习惯。

现在的小朋友非常容易受电子产品的诱惑，这些东西最容易伤眼睛。不过，我们家从小立下规矩，除了一些特殊的节目，或者节假日，平时很少让孩子看电视，大人自己也不看。一是为了防止眼睛近视，二是要给孩子创造一个良好的学习环境。她看看绘本阅读，我有时候和她一起进行亲子阅读，有时候也拿本书，安静地在一旁看，不去打扰她。半小时到了，我会提醒她放松一下眼睛。至于一些电脑游戏、手机游戏、IPAD游戏，我们也不允许她随便乱玩。