

# 开启新学期

## 2 小升初 更要关注孩子内在心理的变化

### A 孩子马上“小升初” 家长很焦虑

嘉宾俞芬分享了身边的一个家长案例:孩子上初中了,家长最担心的是学习成绩。一放暑假就张罗着给孩子补一些初中的课程。离开学越来越近,她的焦虑更加严重,孩子能不能分到一个好的班级、遇到一个好的班主任?初中的教学方式,孩子能不能适应?新的环境伙伴关系是否可以处理好?以及孩子读初中若是出现了叛逆怎么应对?

为什么会产生这些焦虑的情绪?俞芬分析道,一方面是对初中生活的未知。人之所以感到焦虑,一部分是因为对未知的恐惧。因为你没有遇到过,你不知道它是怎样的,疑惑的同时就会产生焦虑的情绪。另一方面是源于学业的压力。初中学习科目多起来,作业多起来,考试多起来,学业上的“三多”,让家长倍感压力。

那么,为了做好小升初的衔接,就是要在暑期超前学习吗?嘉

宾王飞在现场厘清了一个概念:小升初的衔接,并不是提前学习初中知识,而是家长和孩子一起从身体、心理、习惯、知识、能力多方面进行调整和准备,以适应初中的学习生活。家长要把焦虑转化为行动,了解初中的特点,了解孩子的成长规律,从而更好地让孩子适应初中生活。

针对这个问题,嘉宾张红波介绍,小升初衔接阶段的学生处于心理半幼稚、半成熟阶段,他们非常渴望独立,有较强的自尊心,但缺乏自我管理,情绪不稳定,自我意识显著提高,认知能力增强。

进入初中后,与老师、同学交往的范围扩大了,获取的信息也大大增加了。同学们各自所生活的地域范围更广了,同学之间的家庭情况更加复杂。孩子的交友观念、标准也随着身心的发展在变化,如何帮助孩子正确处理人际关系成为家长的新课题。

### B 小学时成绩不错 为什么初中只能考六七十

经常会接到很多家长提问:“为什么我的孩子小学能考八九十分,到了初中就只能考六七十了呢?”

几位嘉宾分享道,在小学课堂上,老师会借助多样化的教学手段,创设各种各样的教学情境,去吸引学生;老师会用自身丰富的表情语言、肢体语言去感染学生。教学过程中老师会一步一步教给孩子解题的方法,孩子不懂的地方会耐心地一遍两遍讲解,力求每个孩子掌握基本的知识。

初中比小学教材在难度上有很大的提升,记忆性、重复性知识减少,理解性知识增多,需要人具备充分理解事物并掌握其原理的

能力,死记硬背显然是行不通的。小学习题基本与例题相似,而中学的习题与例题相比题型变化较大,即使学生在课上听懂了,有可能课后仍不会做题。所以,初中生如果还是用小学的学习方式,效果自然不理想。

小升初不光要关注孩子学习上的变化,更要关注孩子内在心理的变化。孩子从小学迈向初中,也是从童年期的幼稚向青少年期的成熟过渡。孩子突然一下子从小学升到了初中,身边的校园环境、同伴、老师都是陌生的,学生自然会产生一定的心理落差,甚至还会有一些抵触的情绪产生。

### C “小升初”衔接期 做好这几点很重要

从环境、学习、心理等不同方面探讨了小学和初中的区别后,三位嘉宾给家有新初一孩子的家长分享了几个关键点。

适应。适应初中生的角色,例如暑期带孩子到初中校园走一走,请初中生与孩子一起聊聊初中的学习节奏、交往方式等,提前有认知。

顺应。很多家长会发现孩子领地意识增强了,经常一言不合,房门一锁;变得不喜欢跟父母沟通了,甚至学会“顶嘴”了,把心事写在那本永远锁上的日记本上。这个时候如果家长还是用命令的方式,强硬的态度,唠叨的言语,只会让孩子的门关得越来越紧。家长要做

的就是跟着孩子的成长而成长,理解孩子、尊重孩子,平等地交流,温柔而坚定地守住底线。

沟通和信任。了解孩子是教育孩子的基础,家长学会正确的了解孩子是教育孩子的前提,这就需要和老师、孩子进行恰当的交流沟通。当孩子遇到困难时,家长要帮助孩子分析问题,给孩子以安慰、鼓励和信任,让孩子获得前进的动力和信心。当然,信任孩子并不是对孩子不闻不问,家长还是要做好督促工作,对一些玩心比较重,缺乏自制力的孩子,就需要家长制定一张可以执行的时间表和家长的善意的监督和提醒。

## 嘉宾



张红波:宁波幼儿师范高等专科学校(宁波教育学院)教育培训学院副院长、副教授,宁波市首届名教师。



俞芬:宁波市奉化区实验小学教师,宁波市首届名班主任。



王飞:镇海区立人中学副校长,宁波市首届名班主任。

## 嘉宾



郑东辉:宁波大学基础教育评估研究中心主任,教授,博士生导师。



杨云生:宁波市惠贞书院院长,宁波市首批名校长。



石晓为:宁波外国语学校教师,宁波市首届名班主任。

## 3 进入普高 该准备些什么?

### A “抢跑”不可取 培养自主学习能力

相比初中学习内容,普高课程内容多、难度高、进度快。初升高有两个非常重要的挑战:一是数量上,初中纸笔考试是5门课程,而高中是10门课。二是内容上,高一要全开9门课程,高一要进行学业水平测试,选课怎么选、怎么组合,哪些是学考要准备的,哪些是高考选考要准备的。

受当前社会竞争的影响,甚至网络上部分文章鼓吹“假期是弯道超车的,不是休息的”,因此,许多家长让学生提前上高一新课。对于这样的做法,嘉宾们建议家长慎重考虑。因为,学生虽然在比较短的时间内学了新课,但是内化吸收、对知识的了解是比较肤浅的,在短时间内看可能会有些优势,但是代价却很大,比如开学后,这批学生上课容易开小差,会觉得“我已经学过了,不听也可以”,随着学习进度的推进,这或许会成为学习进步的阻碍。

嘉宾们建议,正处“初升高”衔接期的学生要合理安排假期生活,做好规划,自律意识、时间管理能力非常重要。假期里可以做一些在学期中做不了的事情,比如参加社会实践活动、培养兴趣爱好等,还可以开展一些项目化的研究性学习,提高跨学科解决真实问题的能力、自主学习能力和创新能力。当然,自学部分高中新课也可以,但是不要一出校门就送进校外培训机构去,抢跑不可取。

### B 做好时间和生涯规划 找到兴趣所在

学习内容、进度、难度等都发生了变化,那就意味着合理的学习方法方式非常关键,嘉宾们给出以下几点建议。

做好时间规划。要想获得良好的学习效果,小学更关注养成“习惯”,初中在“习惯”基础上讲究“方法”,高中在“习惯”“方法”基础上还讲究“效率”。效率从何而来?合理地分配学习时间非常重要,要根据自己的学习节奏,做好课堂、夜自修、午间、寒暑假的学习时间安排。合理地安排娱乐时间不可忽视,随着学习内容、学业压力变大,就需要保持良好体力,锻炼不跟进,会出大问题。有目的地分配社团时间,高中社团有丰富多彩的活动,学生要根据自己的兴趣从中选择。

调整学习方式。不要让老师来适应你,学生要主动地适应老师、适应学校。高中的学习比初中的学习需要更大的自主性。所以,新生要逐步学会自主学习,自己确定学习目标、制定学习计划、检查学习效果,主动请教老师问题,更大程度地发挥学习的主动性,以适应高中的学习生活。

做好生涯规划。建议学生在高一就开始做三年的规划,甚至要和大学衔接、和今后的就业联系。生涯规划是长周期的,是学生认识自我的一个过程。包括根据兴趣和意向选科、规划高考的出口、关注未来专业取向等。这些事情,学生可能不会自己主动去做,这时候就需要家长、班主任等给予支持,跟孩子沟通了解他的兴趣爱好,这样的规划才有起点,以便尽快找到最适合自己的目标和方法,早日适应高中学习生活。