



8天短训 帮学生搞定月考

陈中数理化十一短训班开始招生

面向全省招收初一至高三年各年级学生,请预约报名

8天短训,帮孩子搞定月考

“对于刚升入初一和高一学生来说,新学期第一次月考不仅是检验孩子的学习成效,同时,其成绩将决定孩子能否成为班主任及各任课老师重点的关注对象,这对孩子今后的学习和冲刺名校非常重要。”晨钟(陈中)教育集团董事长、陈中数理化学校校长陈中提醒学生家长,中学生,特别是初三和高三学生利用好十一假期8天时间,不但

可以把上学期的漏洞补上去,还能将本学期的学习内容学得更加扎实,在放松自己的同时,千万别错过提升自己的好机会。

据介绍,陈中数理化每年国庆节黄金周期间都会推出相关短训班,并且深受欢迎。该校专家级名师团队成员个个“身怀绝技”,对各学校月考把握到位,精准了解各科目考的重点和难点,能够帮助孩子打牢基础,轻松应对月考。

因材施教,陈中VIP一对一辅导更贴心

据悉,在即将到来的8天假期,陈中数理化本着因材施教、分层教学的原则,根据广大学生、家长的要求,他们还将安排国庆黄金周开展VIP一对一个性化辅导,由该校各科名师执教,教学质量家长尽可放心。

在陈中看来,学生选择陈中数理化VIP一对一个性化辅导,他们的老师将依据孩子的学习情况,按照VIP一对一辅导流程,从心理到态度,从基础到方法进行手把手的教学和陪练,帮助孩子分析存在的问题,找到解决的办法,从而让孩子全面提升。“我们不仅教孩子独特的学习方法,同时经过辅导还将进一步增强孩子的自信心,提高学习的主动性,这是多少钱都买不到的”。

需要特别提醒家长的是,因近来陈中数理化各科VIP报名人数激增,国庆期间如有需要进行一对一辅导的学生,请务必提前预约。

衔接教育,谨防孩子在新学期“掉队”

采访时,一位初一的孩子家长告诉记者,她家的孩子在小学时成绩中上等,今年新学期开学后,面对科目的增加和学习节奏的加快,孩子到家后经常喊累,有时候还发脾气,这在小学时是不怎么出现的现象,家长是干着急没有办法,担心孩子跟不上“掉队”,就来陈中数理化给报了同步辅导班。

陈中分析说:“这个孩子的情况不是个案,刚升入初一和高一孩子,都会出现程度不同的不适应现象,进入青春期的孩子如果在心理、学习等方面调整不到位,很容易造成学习跟不上而‘掉队’造成成绩下滑,作为学生家长要及时发现问题,应借助专业教育机构帮助孩子调整状态和学习方法,做好衔接让孩子迅速适应新学期。”

陈中数理化金国总部十一黄金周课程表

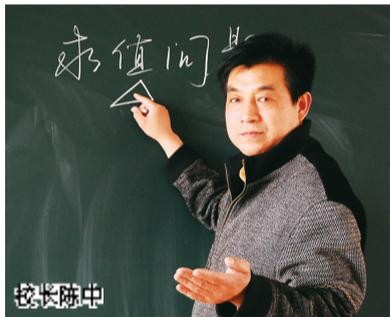
时间	初中	高中
8:00~10:00	初一数学、初二物理	高一数学、高二化学
10:00~12:00	初一英语、初二数学、初三英语语法强化班	高一物理、高二数学
14:30~16:30	初二数学、初三物理	高一化学、高二物理
16:30~18:30	初二物理、初三数学	高一数学、高三英语
18:30~20:30	初二英语、初三化学	高一物理、高三数学

左边课程表为陈中数理化金国总部假期安排,其他两大校区假期课程详情请电话或到校咨询。

陈中数理化三大校区地址、电话:

- 1.陈中数理化总部:郑州市农业路与文化路交叉口金国商厦5楼
电话:0371-63695557 63697866 69139333
- 2.凯旋门总校:郑州市陇海路与桐柏路交叉口凯旋门A座5楼
电话:0371-60127730 68629318
- 3.紫荆山总校:郑州市紫荆山路与商城路交叉口裕鸿国际D座4楼
电话:0371-88887156 88887106

温馨提示



“暑假后遗症”导致“开学综合征”

快速适应新学期 关键要有“平常心”

调整心态和作息时间,合理安排学习计划,逐步进入学习状态

核心提示

进入新学年的学生都会有不同程度的紧张,特别是初三和高三新生,面对升学压力,心理上会出现很多问题。另外,不少学生还在延续暑假的生活习惯和作息时间,没有适应新的学习生活。

面对种种由“暑假后遗症”引起的“开学综合征”,老师通常要花一两周甚至一个月的时间给学生“收心”。而一些家长也显得忧心忡忡,怕影响到学习成绩。记者就此问题走访了一些教育界人士,请他们给出一些合理的建议。

记者 唐善普



核心 孩子得了“开学综合征”

赵同学在重点中学班级排名前20名。他的父亲说,在开学的前两天,孩子显得对学习没信心,看书也不专心。上周与老师沟通时了解到,孩子听课不用心,做题磨蹭。

近两周,记者接到一些家长电话,针对孩子的“开学综合征”不知如何帮助孩子,使孩子快速回到新学期的学习中,担心这样会影响学习。

联大教育集团农大校区主管校长鹿轶分析认为,由于自我控制和调节能力较弱,许多孩子在暑假过后很难进入学习状态,出现烦躁、焦虑、精神不济等症状。这就是常见的“开学综合征”。

“赵同学处在重点中学,平时压力很大。老师和家长要多鼓励,有意识地为孩子减压。”鹿轶说,另外,可多教些做题技巧,课堂上多提问,树立学习信心等。

现状 小学生、初高中新生和毕业班学生居多

据了解,“开学综合征”在小学生,初一、高一的新生以及初三、高三的学生表现的多些。

小学生年纪较小,适应性差,无忧无虑的暑假生活和开学后紧张的学习节奏形成反差,易产生巨大的心理反差。

初一或高一的新生刚进入全新的学习阶段,老师、同学、学校都是新面孔,加上学习内容和学习方法都有巨大改变,心理上和学习习惯上难以很快适应,易产生焦虑、倦怠心理。

初三、高三的学生面临中高考压力,学

习任务重、心理压力大。如果迟迟不能进入备考状态,会阻碍整个复习进度,影响中高考。

针对这些问题,睿源教育校长牛明亮建议家长和教师:对小学生的生活习惯,督促孩子早睡早起,按时就餐,将精力投入到新学期的学习中;对于新生,家长和教师要帮助孩子做好课程衔接和心理疏导的过渡,快速适应新的学习环境;毕业班的学生,家长和教师要及时与孩子沟通,让他们尽快适应紧张的学习节奏。

支招 要重点解决孩子“收心”问题

“新学期当务之急是要做个‘收心计划’,避免‘综合征’的影响。”牛明亮认为,关键是要调整心态和作息时间,合理安排新学期的学习计划,让学生逐步进入学习状态。

首先,帮助孩子调整心态。引导孩子正确面对开学,可做些能产生健康情绪的“甜蜜”诱导,如激发他们对新知识的兴趣和好奇,引导孩子进入新角色,唤醒其对校园生活和

同学友情的向往等。

其次,是制订学习目标和计划。根据孩子的实际确立学习目标,制订合适的学习计划。如这学期要提高哪几门科目成绩,掌握哪门新特长等。树立自信心,消除假期后的失落感。

最后,要给孩子一段过渡期。过渡期里多给孩子一些安慰与鼓励,避免产生厌学情绪。

提醒 “心理减压”最关键

在心理及家庭教育高级咨询师路应杰看来,新学期每个学生都会有积极向上的愿望,尤其是学习成绩不太理想的学生,更是萌发“从新开始”的心理,渴望新学期能引起老师的关注和肯定。老师的一个信任眼神,一句亲切的话语,一个鼓励的手势,都会在心里“激起千层浪”。

应以平和的心态帮助孩子消除“开学恐惧症”。学生有了厌学心理,家长和老师的批评指责解决不了问题,最好的办法是以平和的心态引导他们逐渐进入学习状态,可以让孩子一块交流假期见闻等。另外,先对上学期的内容做简要复习,也能利于学生进入状态。

引导孩子端正学习态度。认识到学习的重要性才能主动学习,才能不轻言放弃。在心理上要有知难而上的决心,特别是基础差的学生,更应知难而进,坚信自己是最有希望的。

另外,鼓励新生尽可能地多参加集体活动,让他认识到这是展示自己并融进班集体的好机会,同时还能培养兴趣爱好和能力。