



过完这个暑假,又有一群小朋友将背起书包走进小学的校园。小学和幼儿园有许多不同,如,学习时间、生活制度、师资配备、教学形式等,家长需要提前做好哪些准备?如何帮助孩子快速适应小学生活,近日,一线老师陈阳给家长提出了建议。郑州晚报记者 吴幸歌

## 人生第一棒:幼升小

# 家长早准备,孩子早适应

### 增强孩子的角色感

从幼儿园到小学,无论教学内容,教学形式,作息时间,都将发生很大的变化,因此,陈阳提醒家长,一定要增强孩子的角色感,要让孩子明白,什么是一名小学生?小学生与幼儿园的小朋友有什么区别?成为一名小学生后意味着什么?要告诉孩子,上了小学,你就是一名大孩子了,不再是幼儿园里的小朋友了,要学会学习,主动承担责任,自己的事情自己做,遇到困难要勇敢面对。此外,利用节假日或散步的机会,也可以带着孩子到校园转一转,熟悉熟悉环境,乘机诱导孩子——这所学校多美丽,多干净呀!这里的老师可有学问啦,他们教小朋友认字、数数、唱歌、跳舞、学知识。使孩子对小学生的生活充满向往。

### 调整孩子的作息时间

明确了角色定位后,就要及时调整孩子的作息时间。陈阳介绍,小学和幼儿园的作息时间不同,幼儿园没有严格的入园时间,早上晚会儿也没事,中午还有休息的时间。小学早上8点要求上课,中午没有太多的休息时间,下午还要上课,晚上回家后老师还会留一定的家庭作业,家长如果不及调整孩子的生物钟,孩子上课

时很容易出现疲倦、瞌睡等状况,影响学习效果。因此,孩子进入一年级后,家长一定要指导孩子遵守学校作息制度,按时睡觉,按时起床,保证10小时睡眠时间。此外,还要指导孩子合理安排时间,有选择、有节制地观看电视节目,并要适当控制孩子观看电视的时间,督促孩子自觉遵守一天作息时间。

### 培养孩子的学习意识

“很多孩子在进入一年级后,仍然像在幼儿园一样,想学就学,想玩就玩,不写作业,不拿学习当回事。”对此,陈老师建议家长,利用暑假,可有意识地帮助孩子来建立学习意识。

具体做法如:问他一些上课的情况,有目的地让他回忆一些课堂上的内容,出

一些有兴趣的数学考一考他,孩子写完作业后,认真地夸奖作业中写得好的地方,指出需改进的方面等。孩子有了学习的兴趣,慢慢地就会转为自觉学习了。“必要时,家长也可以和孩子一块学习,在家庭中形成一种浓郁的学习氛围,孩子想不学都难。”陈阳说。

### 养成良好的学习习惯

良好的学习习惯会使孩子受益终身,而小学一二年级也是培养孩子良好学习习惯的关键。因此,陈老师提醒家长从现在开始就要帮助孩子养成良好的学习习惯。这些习惯包括:要养成良好的看书、读书、写字的学习方面的习惯;还要养成

书写整洁、学习专注、用眼卫生等行为方面的习惯。如:上课认真听课,课后认真完成作业,每天保持看书最少半个小时,读书要大声,有感情,眼睛离书本一尺远,握笔姿势正确,学习时不开小差,书写尽量做到不用橡皮擦等。

### 教会孩子与同伴相处

从幼儿园到小学,从处处老师围着、宠着到要独自面对一切,很多孩子进入一年级后不知道如何与同学相处,不知道如何交往,特别是一些性格古怪以及内向的孩子,他们内心希望有朋友,希望能和别人一块学习、玩耍,但行动上又不知如何表达。因此,陈老师提醒家长,进入一年级后,家长要教给孩子一些必要的相处技巧。如,教他们在新学校如何结识新的朋友,如何帮助别人,用真诚打动对方,得到友谊等。在得到这些友谊之后,还要教孩子如何珍惜朋友,珍惜这份友谊。

此外,家长应告诉孩子,在集体生活中需要互相体谅谦让,彼此关心帮助,不能以“我”为中心。每个人都会有遇到困难或意外的时候,都需要别人的安慰和帮助,所以当别人遇到困难时,自己应尽力帮助,这样才能成为一个受欢迎的人。

## “ACT”OR“SAT”,哪个更适合你?

对于准备参加美国高考的学生来说,到底是考SAT还是ACT是大家纠结的重点。这两个考试有什么区别?哪个更适合中国的学生呢?我们一起来听听专家的说法。郑州晚报记者 吴幸歌 夏琳

### SAT和ACT,美国所有大学同等接受

美国媒体曾用考试之间的战争来形容SAT和ACT之间的关系。打开美国大学的通用申请表,在标准水平考试一栏有个选项:你参加的是ACT

还是SAT考试。从这我们可以看出,这两个考试同时被美国大学接纳为大学入学标准,它们还是进入美国名校和申请奖学金的重要参考。

### 数理化基础好,考ACT更易得高分

它们是两种不同形式的考试,ACT由美国大学考试委员会研制推广官方ACT预科课程。SAT是基于智力因素的测试,考察批判性思维,并且没有考试范围,这些都是中国学生很难适应的。中国学生数理化基础好,对书本课程知识的掌握能力强,也有独立思考和判断能力,这些是中国学生擅长的。

ACT必考科目包括:英文、阅读、数学、科学四门,考试时间175分钟,满分36分。单科满分也是36分,四门取平均分即为ACT最终成绩。选考科目为:「ACT Plus Writing写作」。ACT每年5次考试,学生可以多次参加。与SAT不同,ACT允许学生选择最好的一次考试成绩申请大学。

### ACT考试在美国本土已远超SAT

据了解,全世界每年有近250万人次参加ACT考试,自2010年起参加ACT考试的美国本土高中生数量已经超过SAT,根据2012年ACT与SAT的官方年度报告数据显示,SAT美国高中

生考试人数为1,425,403人次,而ACT美国高中生考试人数达1,666,071人次,远超SAT24万人次,在美国ACT正逐渐取代SAT,成为美国参加人数最多、更为权威的本科标准化考试。

### 中国学生如何参加ACT考试

中国学生想在ACT考试中“胸有成竹”,中国学生须在国内授权中心学习ACT课程后参加考试。美国高中生可在校内参加ACT考试,非ACT课程学生只能赴香港等地参加考试。郑州市基石中学2007年成为河南唯一ACT授权教学中心,7年来21

次ACT考试组织经验,ACT平均分超美国高中生10%以上,先后有汤荆荆35分、王君楠34分,张晨昕34分等40余名学生考取30分以上成绩,2013年平均成绩达到25.5分,是目前中国国内成绩最为优异的ACT教学中心。

### 教育资讯

#### 郑州灵格风建校5周年庆典上周举行

7月4日下午5点,郑州灵格风英语培训中心建校5周年庆典在希尔顿酒店二楼宴会厅如期举行。该校全体员工、优秀学员代表、各友好合作单位及相关领导齐聚一堂,共同欢庆。

据悉,英国灵格风教育拥有113年历史,2009年海加利集团与英国灵格风

集团合作创办郑州灵格风,至今走过整整5年。5年来,灵格风凭借其完善的管理、独具特色的课程和卓越的中外师资让上千名优秀大河儿女走向世界,目前,该校已经发展壮大至拥有3家成人中心、2家少儿中心,灵格风已稳步成长为行业翘楚。 姜变亮

#### 第九届中国幼儿思维能力挑战赛郑州市成功举办

为让更多孩子一起经历成长过程中挑战的经验,提升个体抗挫折能力,充分展示在儿童成长的各个阶段思维能力的培养对学习能力提升的关键价值。7月6日,在继前八届大赛成功举办的基础上,第九届中国幼儿思维能力挑战赛郑州市选拔赛成功在郑州市青少年宫举办。比赛宗旨是通过“小脑筋转转转,逻辑狗伴

成长”,使更多的孩子都有展示和发展思维能力的舞台,提升思维、创想未来,激励他们的成长。我市30多个幼儿园孩子参加了此次选拔赛,参与家庭数量和参赛幼儿人数近5000人。比赛分初赛、复赛和决赛三个阶段,最后选出小、中、大各年龄组的第一名,将代表郑州赛区参加在北京举行的全国总决赛。 唐善普

#### 第一届中原亲子陶艺大赛圆满落幕

6月29日,为期一个月时间的“第一届中原亲子陶艺大赛”在河南陶瓷馆圆满落下帷幕。此次活动主题“中原小小陶艺家”以寻找瓷文化继承人为主线,开展系列招募及体验活动。活动共评出最具人气作品奖20名,及优秀小小陶艺家

3名,授予“中原小小陶艺家”称号。王爱纯会长及李玄同馆长表示,举行此次陶艺大赛意义深远,希望每位家长都珍惜孩子的艺术天赋,鼓励孩子进行艺术创作,他们是河南陶瓷艺术乃至中国陶瓷艺术复兴与发展的希望。 张翼飞

#### 傅波硬笔书法百卷长卷点评会上周举行

7月6日上午,傅波硬笔书法长卷100卷点评会在经七路将军宾馆举行,来自省硬笔书法协会、省直书法家协会和部分市县硬笔书法协会的有关负责人,以及收藏界、媒体记者等40余人莅临当天的点评会。

据介绍,傅波先生系中国硬笔书法协会理事、河南省硬笔书法协会副主席兼秘书长,研习硬笔书法32年躬耕不

辍。此次展出的长卷100卷是傅波先生用时4年倾心书写,共收录古、近现代诗文数百篇。河南省收藏家协会副会长付建州说:“傅先生的长卷将毛笔风格用在硬笔上,达到了传统与现代书法的完美结合,不失是一种创新,另外从长卷能看出来傅先生是下了一番真功夫的,而且书写的明快、清新,道法自然,很值得收藏。” 姜变亮