

寒假“余额不足”

## 这份“收心指南”请你收好用好

愉快的假期生活即将结束,同学们又要开启紧张的学习生活了,请大家提前做好开学“收心”工作,调整状态,从容自信地迎接新学期的到来。

调整节奏,按时休息。假期里同学们常常跟着父母走亲访友、外出旅游,与小伙伴一起玩耍,比较自由快活,作息也不规律,每天可能晚睡晚起。但开学后,同学们就要开始新的学习生活了,要想保证有充沛的精力学习,必须按时作息,坚持早睡早起。同学们不妨制定一个作息时间表,规定自己每天起床、吃饭、学习、休息的时间,逐渐适应有规律的生活。当然,家长也要注意自己的作息时间,为孩子树立榜样。

整理物品,回顾假期。开学在即,同学们首先要认真完成假期作业,把假期作业做好归类整理,以便开学上交。其次要整理好自己的书籍、学习用品等,坚持自己的事情自己做。最后要认真回顾假期生活,总结收获,感受自己的成长和进步。

习惯养成,贵在坚持。良好的学习和生活习惯会让自己受益一生。返校前,希望同学们养成一些好习惯,每天坚持读书、练字,按时完成作业等。这些好习惯将伴随我们一生,也是我们人生成功的基石。

制订计划,提高效率。新的学期马上开始了,同学们要提前制订一个详细的学习计划,明确学习目标和任务,按照计划稳步前进。学习如行路,每天前进一小步,一个月、一学期、一年就是一大步。

调整心理,放松心态。开学了大家要放松心情,不要紧张,学校是我们的主阵地,学习是我们每位学生的主要任务。学习如行路,靠的是日积月累和不断努力。虽然在新的学期里,大家可能会面临一些压力和挑战,但是只要我们勇于面对,就能克难攻坚。在学习过程中还要讲究方法,做到劳逸结合,也可以参加一些户外活动或运动,缓解学习上的心理压力。

一年之计在于春。希望同学们在新的一年里能够播种一个信念,收获一个行动;播种一个行动,收获一个习惯;播种一个习惯,收获一个性格;播种一个性格,收获一个命运。

(周口市永宁路小学 王艳)



## 教师心语

本版组稿 王俊祥

## 逛春会 过大年



小朋友在挑选物品。

春节期间,周口关帝庙历史街区热闹非凡,年味儿浓郁,首届“三川十馆·春会”吸引了众多市民和游客前来游览。在关帝庙广场、关帝老街,孩子们在家人的陪同下兴奋地穿梭在各个摊位之间,观赏民俗表演,体验非遗文化,品尝名优小吃,好不惬意。一个个精心准备的节目接续上演,萌娃们在轻松愉悦的氛围中感悟中华优秀传统文化的内涵与魅力。

王俊祥 戚团结 摄



少儿在表演踩高跷。

## 内心觉醒则行稳致远

成长的方式有很多种,但不管是哪一种,只要不断前行,我们终将遇见更好的自己。经过多年付出,我在且思且行中逐渐成长。

课程教学改革不断推进,教师迎来新挑战。怎样顺应教学改革大潮,成为我每日思考的问题。于是,我专心研究数学理论和教学方法,将数学文化融入课堂,例如给学生讲述数学家的故事,激发学生的学习兴趣,让枯燥的课堂变得有趣有料,同时还丰富了我的教学语言,真是教学相长。

记忆中,我用“大漠孤烟直,长河落日圆”的诗句开启“图形的认识”一节课;用“一闪一闪亮晶晶”的歌曲,引出天上的星星有几颗的“科学记数法”……在“难题分享课”上,我引用名言诗句表扬学生,贴切的评价语,点亮了学生内心的光亮,激发了学生学习的热情,很多基础较差的学生,都变得愿学、乐学,而且取得明显进步。只有爱数学的老师,才能培养出一群爱数学的孩子。工作中,我把自己对数学的热爱,转化为学生对这门功课的喜爱。

有时候,在我的数学课堂上,整个班级变成了“游乐场”,黑板成了学生的“演练基地”,他们争先恐后地上台尝试。同学们在参与中,不知不觉爱上了数学。

每个学生都是一朵需要耐心浇灌的花朵,每个学生都是一支需要点燃的火把。正确的引导和温暖的鼓励,是开启学生心灵的钥匙。教学生涯中,我及时帮助学生总结各种经验和技巧,并将这种能力传授给他们,“授之以渔”才是最终教学目的。

热爱可抵岁月漫长,内心觉醒则行稳致远,这大概就是一位教师最幸福的职业状态吧!

(周口市实验学校 李洁琼)



周口市实验学校教师李洁琼。



## 教育故事