



# 快来晒晒自己的暑假生活

本报“多彩的暑假”有奖征文活动仍在继续,美景照片、书画作品也可

□晚报记者 臧秋花

**本报讯** “暑假生活像一个五彩斑斓的梦，使人留恋，使人向往；暑假发生的一件件有趣的事，常常把我带进美好的回忆中。”很快，两个月的暑假生活即将过去，在这个五彩缤纷的暑假里，小记者们都做了哪些有意义的事情？哪些事情对你印象最深刻？和家人一起旅行的途中，看到了哪些风景秀丽的景色，看到这些美景你又有何感想呢？那就赶紧拿起你手中的笔，把你的想法和感受写成文字告诉我们，让我们大家一同分享你精彩的暑假生活。

暑假开始后,“小记者周刊”就开始面向所有小记者征集“多彩的暑假”主题作文。从已经发表的习作看,编辑阿姨发现,小记者们重点围绕自己的暑期生活,或参观、或体验、或实践,写人、记事、抒怀。从文化、从生活的细微处,叙写真事、讲述真情、探知真理。童真童趣跳跃在字里行间,风格各异,百花齐放。

“多彩的暑假”主题征文活动目前仍在进行中。“今年暑假你学会哪些特长和爱好,游泳、打篮球、画画、跳舞或者暑假你看了一本自己最喜爱的书、读了一篇文章、看了一部电视剧或电影……”在这些暑假的生活片段、插曲中,只要是你认为有意义的,都可以构成文章的主题写下来,让小伙伴们一起为你喝彩这个丰富多彩的暑假。

暑假里,你如果和家人一起去旅行,那么,沿途中的一处风景、途中发生的趣事以及你在景区看到的风景如画的大好河山发出的感慨、收获的知识等等,这些也可以用你手中的笔记



录,也可以拿起手中的相机、手机拍一张美景,发到小记者邮箱,编辑阿姨也可以在“小记者周刊”上给你刊发。

暑假里,你如果在补习班、兴趣班中和同学之间发生了很有意思的事情,或者你在兴趣班中,感觉自己最满意的一篇作文、一幅绘画、一幅书法等作品也可以发到小记者邮箱,让你的家

人、好朋友一起分享你的学习趣事和学习成果。

大家要记清了，我们的投稿邮箱是 [zkwbxjz@126.com](mailto:zkwbxjz@126.com)，投稿时请写清楚自己的姓名、编号、学校、班级及辅导老师。到时候刊发的作品还可以参与“德克士杯”“多彩的暑假”有奖作文评选呢。小记者们还等什么，赶紧投稿吧！

## 本期导读

作家摇篮：  
“德克士杯”“多彩的暑假”  
作品联展

## B2 版

家长学堂：  
多数父母误区：重智商轻情商

### 作文小课堂： 巧用民间熟语提高写作能力

中招满分作文赏析：  
走在回家的小路上

## B4 版

## 小记者热线



投稿邮箱:zkwbxjz@126.com  
小记者 QQ 群:243851178  
小记者家长 QQ 群:213230112  
热线电话:13592220007  
18736240557

## 小记者风采



## 小记者活动让我受益无穷

小记者:赵烨  
学校:周口实验小学五(3)班  
年龄:12岁  
爱好:看书、打篮球、写作  
座右铭:天下无难事,只怕有心人!

大家好！我叫赵辉，今年12岁。我喜欢打篮球，还喜欢看书和写作。我是去年加入周口晚报小记者队伍的，能成为一名小记者是我这一年中最快乐的一件事。

成为小记者后,我积极参加小记者举行的各项活动,小记者活动不仅丰富了我的学习生活,还开阔了视野,增长了见识。

由于我本人爱好写作,经常把生活中发生

的有趣事记录下来。记得第一次投稿时,我写了一篇题为《我的小妹》的作文,写好后我让爸爸帮忙投到报社。自从投稿那天起,我就天天看《周口晚报》,盼望着我的作文能在报纸上变成铅字。当时那个心情呀,真是既紧张又焦急。过了几天我在“小记者周刊”上看到了我的作文,我高兴得跳了起来。爸爸和妈妈知道后鼓励我再接再厉,老师还表扬了我。我把自己的稿费买成了小礼品和同学分享,同学们非常羡慕我。

参加小记者活动,让我近距离接触和了解了生活的方方面面,也让我提高了写作水平。我相信小记者活动一定会让我收获更多。

# 新学期来临赶紧收收心

### 专家建议:家长应帮助孩子调整生物钟

暑假只剩一周左右的时间,新学期日益临近。但是,仍有不少学生沉浸在暑假的玩耍中,丝毫没有感觉到新学期即将来临的迹象。这时,家长们就开始犯愁了:孩子暑期作业没做完怎么办?孩子暑假的坏习惯带进新学期怎么办?孩子要懒了不想学习怎么办……

经历了一个长长的暑假,很多学生都会因为暑假作息时间不规律,从而导致开学后生物钟无法调整到正常状态;面对新学期紧张的学习氛围,也会逐渐产生排斥心理,就有可能出现新学期一开始就在学习上落后的情况。

其实,每一位学生都是可塑的,只要端正了学习态度,找对学习方法,每一位学生都能在新学期里有新收获,突破自身取得进步。如何抓住开学前的时间,让孩子快速收心?教育专家提出以下建议:

### 安排与学习有关的活动

一是让孩子把暑假作业理一理，分门别类，按学科检查一下，看有没有没做或漏做的地方，以这种检查作业的方式让孩子进入学习生活；二是通过检查作业，还可以回顾一下上学期的知识要点，温故知新；三是为孩子选择

一些惊险、有吸引力和刺激的书籍,激发孩子的阅读兴趣,有助于孩子尽快改掉沉迷电脑、电视的坏习惯。

### 制定新学年的学习计划

进入新学期,孩子应该有新的计划和打算。家长可以指导孩子在开学前计划好本学期的目标。比如,下学期要提高哪些科目的成绩,要掌握哪种解题方法等,计划的内容是孩子经过努力可以实现的,不要要求太高。另外,可以指导孩子预习新学期的功课,如语文课文,英语单词等。

## 消除孩子畏难情绪

家长可以对孩子说一些健康的“甜言蜜语”,以此激发他们对新知识的兴趣,引导孩子进入新角色。家长还应引导孩子把注意力逐渐转移到学习上,对孩子的娱乐活动进行适当控制。同时,家长也可以通过帮助孩子购买必需的学习用品、检查作业等给孩子一个积极的心理暗示。

## 帮助孩子调整生物钟

家长应该适当加强对“电脑”“电视”的控制,在开学前一周就开始用上学时的作息时间来督促孩子起床、学习、睡觉,给孩子创造一个“紧张”的学习氛围,帮助孩子改掉赖床、偷懒的毛病,让孩子在暑假中逐渐适应开学后的作息时间。另外,有条件的家长可对孩子进行陪伴式学习,帮助孩子对上学期课程进行回顾和梳理。

(王讯)

(王讯)