



青春期教育：该放手时就放手

每个家长都要做好入学的过渡工作，尤其是小升初的家长更要注意：因为孩子开始进入青春期了。

准备一：该放手时就放手

13岁，孩子开始进入青春期，无论身体还是心理都有了很大的变化。比如小学时孩子要父母接送，初中时孩子就不愿意父母接送，觉得会很没面子。

专家支招：家长要调整自己的心态，孩子进入中学阶段后，要求独立的意识比较强，父母应该放手。

准备二：性心理发育莫忽视

孩子为什么会把裤头改短，会要求发型更好看，开始特立独行？这是初中孩子在青春期的自我表现。

专家支招：孩子进入初中阶段，也是父母最为担心、辛苦的阶段。家长要关心孩子的身体发育，尤其是性心理发育，青春期教育在这个年龄段非常重要。家长跟孩子相处时，要把自己当做孩子的朋友，如果以居高临下的姿态给孩子讲道理，孩子会有逆反心理。如果说13岁以前的孩子要养成自主学习的习惯以及生活自理的能力，那么，13岁以后，先期养成的好习惯开始发生作用，坏习惯要改变，就显得极为艰难。

准备三：培养兴趣爱好

如今有着越来越多的网瘾少年，且

大多发生在初中阶段。孩子除了沉迷“两电”（电脑、电视）之外，是否别无选择？还有这样的现象：孩子放学回来就上网，不是在打游戏、聊天，而是在看网络爱情小说（色情小说）。有些家长以为孩子在阅读文学作品，于是也没多加关注，殊不知，孩子正处于发育高峰期，看完色情小说之后，晚上睡不着，白天没精神。

专家支招：培养孩子几项兴趣爱好，如爱好某一项体育运动、某一种乐器或者养成良好的阅读习惯，孩子就不会出现除了上网、看电视外就感到无聊的现象。兴趣的培养不是一朝一夕的事，要坚持下去。

（廖诚）



作文课堂

做个勤练笔的小记者

要当好一名小记者，首先要有好思想，要有扎实的文学功底和过硬的文字表达能力。只有这样，才能达到以最快的速度、最准确的语言、最适合的文体去传播新闻的目的。小记者要能够发现、挖掘乃至争抢新闻，就要善于“听”别人说，准确深刻地理解；“说”给别人听，简洁明快，扣人心弦；“读”人家的文章，能快速抓住中心，高度概括，提炼出中心；“写”文章给别人读，要条理通顺，层次清楚，直奔主题……总之，要当好小记者，必须具有比别人更高更强的听、说、读、写的能力。那怎么才能写好习作呢？

【教你几招】

1. 我们一定要多读书，读好书，好读书。书是人类进步的阶梯，书籍不仅可以开阔人的眼界，增加我们的知识面，还能陶冶情操，更重要的是能让我们在写作时，不会感觉没有东西可以写。就像作家一样，提起笔来一气呵成，自己觉得满意，别人看着也高兴。

2. 写作离不开想象。只有我们展开自己那对想象的翅膀，才能写出令人称赞的作文。如：有人把半圆形的月亮比作半个西瓜，这是一个再普通不过的比喻句了。如果加上自己的想象：半圆的月亮如同切开的半个西瓜似的，可是，西瓜的那一半去哪了呢？它的籽是不是挂在天上那一闪一闪的星星呢？只要我们善于观察，善于想象，在别人联想的基础上再加上自己的想象，就可以使原本枯燥的句子仿佛瞬间有了灵性！

3. 写作更需要勤奋。没有了勤奋，你上学时不会成为一个好学生，工作时不会成为一个好的工作人员。在我们成长的过程中，谁不遇到一些坎坷呢？又有几个人的成长会一帆风顺呢？要勤奋，有坚持不懈的意志力，不管是什结果，你努力了，你勤奋了，就能改变现实，实现梦想。

（肖季哲）



采访经验我来谈

大家好，我是张依滢。我一共采访了两次：一次是在学校，第二次是在一个国际会展中心。这两次采访中，我都犯了一个共同的错误：就是没背过提纲，再就是刚开始的时候有点紧张。不过，我也有优点，就是我记录的速度快，采访的速度也快。

我总结的经验是：

1. 采访时，如果你打算采访的那位叔叔或阿姨走得匆匆忙忙的，就不要去采访了。

2. 如果你采访的人跟你说没时间的话，你就说“只耽误您两三分钟时间”，如果他还说没时间，就说：“打扰您了。”

3. 采访时，如果别人跟你说“去厕所”、“有急事”等，都是不接受你采访的理由，这样的话，你就不要再说“就耽误您两三分钟时间”了，免得人家心烦。

4. 采访时，不要忘了介绍自己，如果不介绍的话，会给采访带来很大的麻烦。所以为了让自己采访得顺利一点，还是先介绍一下自己比较好。如果别人问你《周口晚报》的事，一定要回答人家。

5. 做一名优秀的小记者，要做到懂礼貌、守时、守约。所以，如果跟别人约好了什么时间采访时，一定要守时守约，不然别人会说《周口晚报》的小记者很没有诚信，当然别人就不会接受我们的采访了。

6. 一定要学会追问，一定要打破砂锅问到底，如果不会追问的话，采访出来的资料就没有价值，就连稿子也没法写，即使写出来了，也没有看点，所以追问是很重要的。

这就是我总结出来的采访经验，希望大家能吸取我的不足，下次采访时才不会犯我犯过的错误，从而提高你的采访速度，也能让你知道采访时应该注意什么。如果你有些害羞，就上网搜个小品或相声在家里演，锻炼锻炼，不知不觉地就改掉害羞的毛病了。

（张依滢）



坐着的寂寞远去了

周口实验小学六(3)班 李浩宇
编号：2759

奶奶住在姑姑家，已经80多岁了。白天，姑姑和叔叔要上班，表哥也住校，家中只有奶奶一个人，奶奶怎样打发时间呢？

奶奶不识字，也看不懂电视，有时，看见扫把断了，奶奶就用布条缠上。当然，不是天天都有扫把会断，因此，白天奶奶大多数时候都是坐着，孤独地坐着，时间在她年迈的眼角上刻上了深深的皱纹。

周末下午，我去姑姑家找书，看见奶奶又在那儿坐着，眼神里充满了孤单和寂寞，看见这种情况，我默默地坐在了奶奶身边。奶奶见了我，笑了起来，好像好久没笑了似的：嘴巴咧开了，脸上的皮肤像皱巴巴的核桃皮，只是眼神很和蔼。奶奶用沙哑的声音问我：“吃饭了吗？”

吃饭？这半晌不夜的，吃什么饭？我不禁有点惊讶，问道：“中午饭吗？”“你迷糊了吧，我问你吃没吃晚上饭。这孩子，时间都分不清了。”奶奶乐呵呵地说。

我抬头看看表，3点半，一定是奶奶坐在这里时间太长，以为已经到了晚上。

我一直陪着奶奶，跟她聊天，看着奶奶的笑脸，感受着奶奶的开心。

可是，我只能陪奶奶这一时，奶奶也只能得到这一时的快乐，等我走了，或者开学了，没有时间陪她了，她还是会寂寞吗？

怎么让奶奶心里充实些呢？让奶奶做些什么，她才会充实些呢？我突然茅塞顿开：奶奶种了一辈子的地，让奶奶劳动着，她就不会寂寞了！我和爸爸在楼顶给奶奶开了一个小菜园，假期里，我们一起运土，菜园就完工了。

现在，奶奶有事做了，她在土地上撒了各种蔬菜种子，每天浇水施肥，忙得不亦乐乎，一边锻炼身体，一边打发时间，我们也吃上了新鲜绿色的蔬菜。现在奶奶很少坐着打发时间，偶尔坐下休息时，脸上也充满了开心的笑容，坐着的寂寞终于离她远去了！

（辅导老师：于慧丽）

老师点评：在物质生活日益富足的今天，老年人的精神生活是我们应该关注的主要问题。老年人最难排遣是无所事事，是精神上的孤独和寂寞。小作者用细腻的笔触，记录了一个不识字的农村老人，在城市里每天坐着打发时光时精神上的空虚，又用灵活的头脑给老人找到了一个排遣空虚的方法。多么孝顺的孙子，多么聪明的孩子！

