



市场星报电子版  
www.scxb.com.cn  
安徽财经网  
www.ahcaijing.com

## 高考临近 避免过度关心增加孩子压力



还有二十多天,2021年高考将开启。为缓解考前的紧张气氛,近两年,各种新潮的幽默减压方式流行开来。淘宝数据显示,近一个月,“高考励志风”袜子、T恤等物品销量暴增。

尽管有人觉得“没必要搞这些花里胡哨的”,但也有教育专家认为,“(孩子们)减压而已,也算是一种良好的心愿祝福,对这些所谓的迷惑行为,没必要过于上纲上线。”虽然适当的焦虑有利于提高学习效率,但如果强压或助长本来正常的焦虑情绪,情绪量值超出正常的波动范围,就不利于考生考场的发挥了。因此,考前掌控焦虑情绪是减压的关键。

■ 记者 谢静 整理

### 励志可乐罐、袜子 高考励志品销量暴增

记者搜索发现,淘宝上“加油鸭”、励志可乐罐、袜子等物品,近期也销量暴增。

数据还显示,这些物品的大多数购买者是父母,还有朋友,不少人留言表示来讨个好意头。这些受欢迎的励志物品,除了设计多数萌趣,文案方面也是很对年

轻人胃口,类似“考神附体”“考的全会蒙的全对”“你要偷偷的拔尖,然后惊艳所有人”,让人会心一笑。

在评论区,很多买家都表达了“希望一举成名”“金榜题名”等愿望。店铺工作人员还表示,最近此类产品销量大。

### 幽默鼓励表心意

#### 避免过度关心增加孩子考前压力

不止学生紧张,家长内心也不轻松,一些家长担心自己的无心之举增加了儿子的压力。最近,家长林丽(化名)在和其他陪读妈妈交流时,发现了一种新式的“鼓励+减压”方法——就是淘宝上各种新奇的高考励志物品。林丽和先生分别挑了一条紫色内裤和红色袜子送给儿子,内裤背面有个大大的勾,寓意“考试全对”“紫旋对(指定对)”。

收到礼物时,儿子既惊讶,又有掩饰不住的开心,林丽也觉得满意,“二三十来块钱的东西,我们的心意与祝愿达到了,也不至于让他产生什么压力,他虽然笑话内裤太土,但还是开开心心地穿上了。”

尽管有人觉得“没必要搞这些花里胡哨的”,但也有教育专家认为,“(孩子们)减压而已,也算是一种良好的心愿祝福,对这些所谓的迷惑行为,没必要过于上纲上线。”



## 如何理性应对幼小衔接?



从幼儿园升入小学,孩子面临着从外部环境到内在心理的转变与适应。基于儿童学习与发展在幼儿园和小学的学段差异又前后连续,如何应对“幼小衔接”,为孩子入小学做好准备,更是为家长所关切。

■ 记者 谢静 整理

### 树立正确的教育观念

第一,坚持科学的儿童发展观,避免片面的“小学化”。

做好“幼小衔接”,需要遵循儿童学习与发展的规律与特点,避开片面的“小学化”误区。这种“小学化”主要是指采用成人强制的、违背幼儿学习特点与兴趣,不适宜地提前将小学阶段的学习任务或教学内容移植到幼儿阶段,例如生硬而机械地让孩子学拼音、写汉字、珠心算等。

第二,树立正确的教育评价观,关注孩子的核心素养。

### 做好学习 适应的入学准备

第一,激发孩子的学习兴趣,产生入学愿望。

幼小衔接阶段,家长应更重视激

发幼儿直接学习兴趣,引导幼儿对小学阶段的生活产生兴趣,产生入学的向往和愿望。

首先,支持幼儿的好奇与探索。当幼儿展现好奇心时,家长予以及时的回应和支持,有意识地给幼儿提供独立解决问题的机会。

其次,给予幼儿成功的机会。孩子天性是喜欢成功的,在保护孩子好奇心的基础上,幼小衔接阶段家长给幼儿的学习任务,应是跳一跳就能够到的难度,并赞许孩子的每一次小进步。

有针对性地引发幼儿的入学愿望。可以和幼儿讨论小学生活是什么样的,小学老师都教什么,哥哥或姐姐在小学都发生过哪些趣事等话题。这样,既能引发幼儿对小学生活的兴趣和期待,也可避免入学后陌生的环境使幼儿产生紧张感。

第二,培养孩子的学习品质,适应小学学习特点。

幼儿园集体活动一般为20至30分钟,而小学一堂课长达40分钟,对注意力持续时长的要求提高,训练孩子的注意力。其次,给幼儿明确可以完成的学习目标。根据幼儿的注意力水平,给幼儿一个明确的时间期限。有了明确的学习目标和时间期限,孩子学习时能保持一定的紧张状态,有利于专注力的发展。

升入小学后就要有家庭作业。为了避免孩子入学后产生拖欠作业、忘记作业的坏习惯,需要引导孩子树立任务意识和规则意识,养成今日事今日毕的习惯。

### 做好生活 适应的入学准备

第一,督促孩子生活自理,以适应小学生独立性的要求。

首先,家长需要教会孩子必要的生活自理技能,如整理书包及文具盒、按天气增减衣物、扫地等。其次,家长需要帮助孩子形成生活自理的责任感,让孩子多做力所能及的事,意识到自己的事情需要自己做。比如,可以让孩子自己决定第二天要穿的衣物、自己根据课程表收拾书包、自行制定简单的学习计划。再其次,引导孩子形成时间概念,适应小学的一日作息要求。

第二,锻炼孩子的人际交往,以适应入学后的社交关系。

进入小学后,孩子有了陌生的新老师和新同学,会出现“同桌”“班长”“组长”“值日生”等新名词,这对于孩子来说是全新的学校社交关系。如果不能具备良好的人际交往能力,不能主动地和老师、同伴互动与交往,遇到难题

也无法向他人求助,极易产生孤独、畏缩、害怕上学等消极情绪。

家长可以从以下两个方面加强和锻炼孩子人际交往的意识与能力。

首先,家庭关系和亲子关系是儿童社会交往的“底色”。因此,家长应创造出民主开放的家庭氛围,尽可能让孩子对家中大小事有发言权,尤其是与孩子相关的事情,应该听听孩子的意见,鼓励孩子主动地表达自己的想法和要求。

其次,幼儿园为儿童与儿童之间的交往提供了大量机会,而家庭和社区就是儿童与成人交往的理想场所。教孩子给长辈打招呼,带孩子去别人家里做客,请孩子帮忙去便利店买东西,鼓励孩子到邻居家借东西等,这些在日常生活中的人际交往,都会帮助孩子克服羞怯、怕生的心理,培养孩子主动交往的意识和礼貌大方的社交品质。

