

# 高考家长篇之 营造和谐家庭氛围

高考是广大考生们人生的转折点,也是家长们密切关注的重中之重。临近高考,石家庄二中西校区教务处副主任、高三年级主任郭鹏飞老师为家长们“出谋划策”,帮助家长积极参与备考过程,正确理解考生心理,为孩子的备考提供助力。

本报记者 王君星

## 1 保持良好状态,避免情绪波动

郭鹏飞老师强调,家长们都尽量不要对考生已经形成的习惯饮食、作息和其他活动进行大的调整,同时也要尽可能保证考生的情绪不出现较大波动。家长可通过感染、暗示等心理机制,帮助考生稳定情绪,调整心态。郭鹏飞老师特意提醒家长们考试当天的注意事项:“可以为考生准备日常饭菜,不必特意加强营养,保证夏天时节的饮食卫生,使考生参加高考时精力充沛。”另外,不要过多询问孩子的复习情况,否则容易引起孩子情绪波动,不利于孩子考试信心的加强,反而增加了考试的压力。



## 2 重视家庭氛围,营造温馨环境

家庭应是孩子学习和生活的平静港湾,高考临近,创造一个轻松和睦的家庭氛围,将对孩子的复习和备考状态产生极大的促进作用。“父母是孩子最亲最爱的人,孩子需要父母的信任、鼓励、

支持、理解,来度过人生最重要、紧迫的一段时光。”郭鹏飞老师说。如果家庭关系紧张,对孩子的要求意见不一,使父母的紧张情绪作用到孩子身上,就必然会影响到孩子的备考质量。

## 3 注重沟通引导,避免考前冲突

临近高考,大小考试密集频繁,对考生的复习状态和心理素质都是一个很大的考验。此时,家长也要避免为孩子增添不必要的负担。郭鹏飞老师认为:“家长要正确看待孩子考试的分数,少埋怨,多沟通,讲讲你的想法,听听孩子的意见。”对孩子偶

然的失利,状态的波动,家长应和老师配合,给予及时的疏导和消除。对孩子的每一个优点,每一次进步,也应给予鼓励和赞扬,以增强孩子的自信心。注意正确引导,冷静分析,避免不必要的矛盾和冲突,与孩子共同促进,共同提高。

### 教育资讯

## 石家庄一中五名学生 通过新加坡全额奖学金项目

本报讯(通讯员任庆良)在5月19日结束的河北省2018年新加坡全额奖学金项目(SM2项目)面试选拔中,来自石家庄一中高二年级的五位参加面试的理科同学全部通过考核,均被排名世界前二十的新加坡南洋理工大学、新加坡国立大学和新加坡科技设计大学提前录取。

据了解,该选拔分笔试和面试两部分。新加坡全额奖学金项目为选拔前

去新加坡就读的学生,并由新加坡国家提供包括学费、全部食宿费用和每月的生活补助全额约120万人民币的项目。近几年在河北省的选拔人数都维持在25人左右。今年我省有来自石家庄一中、衡水中学、石家庄二中、河北师大附中等多所名校的学生参加这一项目的选拔。石家庄一中已有数十名学生通过此项目进入新加坡顶尖名校学习。

## 石家庄四十一中举办家长课堂

本报讯(通讯员刘松林)近日,石家庄四十一中举办了题为“让爱更有智慧”的家长课堂。特邀心理学博士、吉林大学心理学系教授李兆良以“学习力的提升”“什么是亲子沟通”“家长沟通技巧”三大板块进行开讲。

李兆良教授首先解读了我国的教育方向,提出家庭教育将是未来的重中之重,父母一定要以身作则,言传身教,

“作为新时代的父母,要有负责任的心态和积极的教育心态、教育状态。”李兆良教授说。学校负责老师介绍,家庭教育的重要性和迫切性在现代社会日益彰显,已逐渐成为家长、学校、社会的必修课。“家长课堂”通过普及科学的家庭教育理念,不仅能够帮助家长解决教育困惑,促进家庭和谐,更能成就孩子的真正幸福。

## 青园学区举行捐赠活动

本报讯(通讯员倪丽炜)万木吐绿,繁花盛开,近日,石家庄青园街小学的师生们齐聚操场,共同举行“优质均衡 合作共赢”青园学区主题捐赠活动。

青园学区自去年1月份成立以来,学区三所学校携手合作,共谋发展。三校联合开展了丰富多彩交流活动,包含了校际之间的比赛和集

体教研、集体培训、送课等全方位角度的学习及切磋。

为了更好地开展体育运动,促进学区阳光体育课间均衡发展,青园街小学购进120个足球、篮球,将其赠予学区成员校。本次活动不仅仅是一次体育器材的捐赠,这更是一份爱心的传递,传递给学区所有孩子的是一份健康、一份快乐。

# 青春辉映新时代 衡水市第五中学初中部校园文化艺术节隆重启幕

本报讯(通讯员李秋菊)五月繁花成海,五月春潮澎湃。17日,衡水市第五中学(衡水桃城中学)初中部校园文化艺术节,在迎宾馆衡水会堂隆重启幕。衡水市、桃城区相关部门领导莅临现场,与全校1000余名学生、教师及家长代表共同观看了此次文艺汇演。

校园文化艺术节以水鼓舞《中国龙》开场,同学们用激扬的鼓点演奏出生命怒放的豪迈之情;“少年强,心飞扬,断了路梦在天上,败不降,最坚强,泪擦干挺起脊梁……”歌舞《少年强》淋漓尽致地表达了同学们内心深处的强烈爱国情怀;在素洁老师、李昊宇同学领诵、韩萍老师演唱的音诗画《志》中,百名师生在美轮美奂的舞台灯光背景下,朗诵着“少年易老学难成,一寸光阴不可轻”,展现了五中学子昂扬向上、激情奋进的精神风貌;郝一驰同学表演的单口相声《幸福童年》,以或扬或抑的艺术表现手法讲述着童年趣事,让人真切地感受到在五中的学习是快乐幸福的,其诙谐幽默的语言赢得全场阵阵掌声;古香古韵、绵绵浓情,一支舞蹈《采薇》,一曲古筝演奏《渔舟唱晚》,为大家呈现出一幅幅唯美的画面;由陈满良、谢林等老师,陈孟媛、杨晓涵等同学演唱的《不忘初心》,其悠扬的旋律、铿锵的唱词,激励大家在新时代不忘初心、继续前进、坚持梦想、无惧风雨……压轴歌舞《我爱你,祖国》将现场氛围推向高潮,师生们和着节拍,尽情地抒发着对祖国



的热爱之情。

在盛会现场,衡水市美术家协会理事、五中教师宋芳,中国沙画品牌资格导师团成员、五中教师樊晓冰,同书法、绘画班的同学们一起,为在场师生带来了书法、绘画、沙画表演,他们精湛的技术赢得全场热烈掌声。

此次文艺汇演持续了两个多小时,包含了歌舞、合唱、独唱、相声、经典诵读、器乐演奏等艺术形式,风格多样、丰富多彩,一次次引爆全场师生的观赏热情。

文艺汇演结束,七年级杨自磊老师由衷地赞叹道:“节目编排相当精彩,表演也让人感到很震撼!”

她说,此次演出展现了五中学子的青春活力,有利于进一步丰富校园文化生活,陶冶学生性情,展现师生良好的精神风貌,培养学生健康的审美情趣和良好的艺术素养。

衡水五中(桃城中学)初中部校长刘希锋表示:“在衡水市第五

中学(衡水桃城中学)初中部建校40周年之际,举办此次活动旨在使全体师生铭记五中人同舟共济、追求卓越的历史,并携手迈向更美好、灿烂、辉煌的未来!”

一直以来,衡水市第五中学(衡水桃城中学)初中部以“创建中华名校,培育民族英才”为办学目标,始终秉承“育德育智、探本求真,为学生成功人生奠基”的办学理念,发扬“心系祖国,放眼世界,使命担当”的办学精神,以“挖掘潜能,改变学生命运;造福家庭,圆万千家长梦;缔造精英,共筑民族魂魄”为办学宗旨,以“精英教育、大才教育、高分教育、素质教育”为办学定位,以“自强不息”为校训,先后荣获“国家级示范校”“河北省示范家长学校”“衡水市体育工作先进单位”“桃城区文明单位”等荣誉称号。

2017年,衡水市第五中学(衡水桃城中学)初中部中考成绩又攀新高度,以580分(高出第二名11分)的高分,再夺桃城区衡中公费录取分数线第一名,赢得了“中考九连冠”的辉煌业绩,再一次向世人展现了五中的超强实力!同时,2017年,衡水市第五中学(衡水桃城中学)初中部凭借科学、先进的教育管理模式和优异的教学成绩,被艾索市场咨询机构、择木教育等多家教育评定机构评为“2017年度全国初中教育影响力榜首中学”,真正成为全国初中教育一面耀眼的旗帜!