

# 小朋友们，醒醒吧，开学了

## 省城不少小学生开学首日哭着去报名，建议家长和学生要提前“收收心”

睡觉睡到自然醒、玩耍玩到腿抽筋……昨天是合肥市中小学生春学期报名首日，这对部分玩“疯”了的学生来说，一下子回到校园，有点难适应。昨天，记者在省城部分中小学采访时发现，一些低年级学生哭着去报名，另有一些没有完成寒假作业的学生被吓得不敢去学校。对此，一线教师建议，家长和学生开学后都要“收收心”。

记者 桑红青/文 王恒/图

### 动态

## 省教育厅部署开学工作 “开学第一课” 重头戏是安全

星报讯(王华维 记者 桑红青) 昨天，我省各地中小学陆续开始报名，省教育厅将今年春季“开学第一课”确定为安全教育课，在全省各中小学校集中开展一次安全教育。

据介绍，为提高全省广大中小学师生的安全意识和自救自护能力，减少各类安全事故的发生，省教育厅把今年中小学“春季开学第一课”重头戏放在安全上，重点做好防震减灾、游泳安全和预防溺水、交通安全、消防安全等方面的教育。省教育厅要求，全省各中小学校要选择其中的专题，多形式开展安全专题教育，特别是处于郟庐地震带的中小学校要重点开展防震减灾逃生演练活动。

同时，各校要根据不同年龄段学生的心理特点，通过国旗下讲话、参观校园安全知识挂图、组织安全教育知识竞赛、应急疏散演练等多种形式，充分利用“校讯通”、校园广播系统、网络等现代化手段，广泛开展教育，努力增强教育活动的趣味性、参与性，减少各类安全事故的发生。

## 如何应对 寒假综合征？

星报讯(苏洁 记者 王松青) 昨天，合肥中小学开学报名了。疯玩了整个寒假的学子们，如何应对即将可能出现的情绪低落、烦躁不安等寒假综合征？怎样度过这段不适应期？记者为此采访了合肥市第一人民医院儿保中心刘亦芳主任。

刘亦芳主任建议，首先要恢复健康的生活规律。调整好作息时间，早起早睡。保证充足的睡眠，否则上课时精神不集中，注意力分散；其次要恢复正常的饮食规律。假期里，走亲访友，难免大鱼大肉、零食不断、暴饮暴食，假期结束了，也要让肠胃歇歇，一日三餐，有节制有规律地进食。

另外，专家提醒，很重要的一点，就是家长要帮助孩子调整好心理状态。

## 蜀山区为4万学子 作业本“买单”



星报讯(蔡竹平 薛辉 记者 刘元媛/文 王婧莹/图) 记者昨日从合肥市蜀山区获悉，该区政府将自掏腰包为辖区内的小学生、初中生的作业本费“买单”。

据悉，从今年开始，蜀山区每年将拿出约110万元，为包括外来务工人员子弟在内的46000多名义务教育阶段学生作业本买单。这一举措在合肥市尚属首次。



教辅书热卖

## 望 开学首日，哭着去报名

“我不干，我不干……”昨天八点钟，记者在合肥滨湖新区一小采访时，一位小朋友哭着被抱进校门，小朋友的父亲梁先生说，自己儿子今年才上一年级，最近这几天他和妻子开始有意识地和孩子说，要开学了，要做些开学的准备工作，可是一提到上学，孩子就不开心，昨天一大早就赖在床上不起来，后来是抱

着到学校的。

记者在采访中还了解到，多数小学生还是盼着开学的，但有部分小学高年级和初中学生却是提到开学就焦虑，“感觉年还没过完就开学了，一百个不情愿。”合肥45中要求学生早晨八点钟到校报名，绝大多数学生都赶在八点前到校，然后到教室里交各科寒假作业。该

校多位班主任在接受记者采访时均表示，90%的学生在昨天上午前就把寒假作业做完了，但也有部分学生寒假作业没有完成。记者在合肥46中、48中等校采访时，类似缺“作业”而害怕去学校报到的学生都有，不少学生寒假“太愉快”而忘记写作业，导致开学后怕见老师，甚至谎称生病等。

## 闻 不愿上学，因为有压力

合肥48中政教处主任李雅俊分析说，不少学生放假后彻底和学习说拜拜，电视可以看了，网络准许上了，打游戏打到手软，跟着父母一起走亲戚串朋友，部分克制能力差的学生，开始忘记还有学习这回事，这些学生到开学最后一两天才想到作业没有做完，因害怕被老师批评，所以一下子紧张起来，连天加夜地赶

做作业，结果时间分配不够，开学了寒假作业没完成，担心老师批评，这样就会让学生在开学前产生畏惧情绪，出现焦虑等症状，就是常说的“开学综合征”。

对于孩子怕开学的现象，合肥市卫岗中心小学校长徐翠银有自己的看法，她认为孩子害怕去学校，那是因为学校在孩子心目中不是一个好玩的地

方，或者说学校给学生的压力大了。对此，该校在布置寒假作业时进行了改革，尽量少布置书面作业，多给学生留实践性作业，比如创编一首童谣、给长辈制作一张新年贺卡、给自己父母做一道菜等，这样不仅能培养孩子动手能力，还能让孩子在完成作业过程中体验生活中的乐趣。

## 问 家长支招：订合理计划

昨天，合肥38中一位吴姓家长打电话说，自己孩子今年读九年级，体质不是太好，随着体育中考的临近，他结合学校

安排的寒假体育锻炼计划，按照立定跳远、跑步、做俯卧撑等六个小项，要求整个寒假每个项目锻炼不少于10次，一个

寒假下来，孩子在掷铅球、立定跳远等项目上成绩进步很快。所以建议家长在假期制订一个合理计划很有必要。

## 切 准备开学，提前“收收心”

中小学生们如何才能不怕上学？家长和学生开学前应该做哪些准备工作？李雅俊说，从往年开学的情况看，确实有少数学生开学前几天出现上课迟到、提不起精神等情况，这主要还是因为孩子生物钟没有调整过来，这些学生因为“娱乐

过度”，一下坐到教室里面很难收心。建议家长要在孩子长假期间合理安排作息时间，给孩子适度安排合理的学习计划，把作业分解到每一天。开学前的几天，尽量避免让孩子参加长途旅游和参与刺激的活动，严加控制玩游戏机、上网和看

电视的时间，让心情慢慢平静下来。开学前夕，家长和孩子都要提前“收收心”。作为老师和家长，也不要动不动就训斥孩子，要给孩子足够的宽容和理解，多说一些欣赏和鼓励的话语，给孩子以信心，让孩子对新学期充满期待。