



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

开学倒计时 6份“收心锦囊”请打开

转眼间,暑假生活进入尾声。针对孩子开学前如何“收心”,本报记者整理了6个“收心锦囊”,助力孩子快乐迎开学。各位家长朋友们一起来看看吧。
■ 谢静 整理



动静结合,找回学习节奏

开学前第一件事,就是要让孩子静下心来走进课堂。营造读书氛围是让孩子静心的好办法。带孩子去书店,让他们自由地选购喜爱的图书,从阅读当中静心。

体育锻炼是摆脱懒散、提高效率的有效方式。开学前这一周,带上孩子去跑跑步,打打球,和您一起出出汗。这样可以提高摄氧量,有利于促进大脑高效工作,这对于孩子找回学习节奏极为重要。

做好假期总结

对照假期计划,和孩子一起进行假期总结。看哪些已完成,哪些未完成,让孩子讲讲自己这个假期的收获和遗憾。告诉孩子,未来还有很多假期,争取以后的假期过得更有意义,不留遗憾。对于孩子开学可能出现的负面情绪,我们应当理解。告诉孩子,迟早要开学,与其被动接受,不如主动迎接。

早睡早起,逐步调整作息

很多孩子在假期形成了晚睡、晚起的作息习惯,家长不妨和孩子一起制订一个和学校生活接近的作息时间表,按照平时上学的时间起床、睡觉,有规律地作息,从而更好地适应接下来紧张的学习生活。

适当关注孩子作业完成情况 查漏补缺

暑期作业是让孩子们在假期里查漏补缺、保持学科学习温度的重要媒介。趁时间还来得及,建议家长根据孩子剩余的作业量,适当

提醒孩子合理安排时间,努力完成作业。让孩子完成暑期作业并不是唯一目的,引导孩子形成合理安排时间、科学自我管理以及自主学习的习惯,才是更重要的教育目的。

制定新学期学习计划 明确奋斗目标

古人云:“凡事预则立,不预则废。”一份井然有序的学习安排,一个激励自己的学习目标,一定会帮助孩子取得更好的成绩。所以,在新学期开始之前,家长们应和孩子一块儿制定新学期学习计划和奋斗目标。制定计划和目标时,应本着“追求细致、恰到好处”的原则,切忌好高骛远,无法落实。最佳的状态是孩子努力蹦一蹦能够够得着。

进行励志教育,点燃学习激情

除了制定计划和目标,家长还应注意适时对孩子进行励志教育,点燃孩子的学习激情。

家长可结合建党百年的历史契机,引导孩子通过观看红色电影,学习共产党人为了民族独立和复兴而形成的坚持真理、坚守理想,践行初心、担当使命,不怕牺牲、英勇斗争,对党忠诚、不负人民的伟大建党精神,把个人的学习同实现民族复兴大任结合起来;通过回看东京奥运会中国运动员夺金时刻,结合他们训练及成长过程的励志故事,让孩子学习这些优秀运动员身上所展示出的“更快、更高、更强、更团结”的奥运精神,在以后的学习中不畏艰难、追求卓越。

除了上述措施,家长还要为孩子准备好新学期要用到的文具和工具书等,这在一定程度上能唤起孩子对新学期的期待。

注意这八点 新学期进步快

告别散漫

提前开始执行上学期间的作息时间表,以最饱满的精神迎接开学。

温故而知新

开学前将上学期的课本温习一遍,将薄弱部分加以巩固,为新学期的学习做铺垫。

无目标不学习

根据当前真实水平,对自己提出合理期望,确定新学期的进步目标。

训练专注力

关掉电子产品,找一段空白的的时间聚精会神地读一本书,将专注时间训练到一堂课时间以上。

摆脱拖延症

每天睁开眼,将今天要做的事情列下来,按轻重缓急程度排好序,优先完成必做的、重要的事情。

勤于动脑,动笔,动口

学习不仅仅是输入的过程,只有勤于思考、写作、表达,将知识活用起来,才是真正的学会了。

保持热爱劳动的品质

经历超长假期,很多孩子帮助家长做家务、研究烹饪、照料家人生活,请保持住这份独立的好品质,孩子将受益终生。

安抚开学焦虑症

一想到开学就感到焦虑?别担心!和同学聊一聊假期经历,和家人一起爬爬山、散散步、打打球,早睡早起都是舒缓情绪的好方法。



每年,总会有新入学的大学新生因各种原因而被骗,如电信诈骗、QQ微信转账陷阱、兼职陷阱等。小编在这里总结一些常见“套路”,提醒广大学生和家擦亮眼,不要上当受骗。
■ 吴笑文/整理

警惕针对学生的电信诈骗陷阱

每年高考录取和高校入学期间,都是针对学生各类电信诈骗的高发期。提醒同学们一定要提高警惕,不要成为不法人员的“工具人”。

案例一:2020年8月,某学院在校学生刘某学休学后,为尽快挣钱,主动加入贩卡团伙成为“收卡人”,期间收购、贩卖手机卡871张,获利人民币1.5万余元。

案例二:某高校在校学生吴某某等9人,向诈骗团伙出售9套银行卡资料。在明知本人银行账户内转入资金系他人犯罪所得的情况下,仍分别转移诈骗资金2.45万元至29.16万元不等……

提示:用自己的身份证办个手机卡、银行卡,转手“卖”给别人,就能拿到一笔可观的钱,这似乎是个无本万利的买卖。可是,一般人根本不会有用他人身份证注册手机卡、银行卡的需要,凡是需要这么做的,往往意味着其行为具有一定的法律风险。对出借“两卡”的人来说,很有可能给个人征信带来麻烦,甚至还因此承担法律责任。

新生入学前 要谨防这些“套路”

警惕套路交费入校园新生群

即将来到新的校园,新生们对学校里的一切都十分好奇,正在发愁如何对学校加深了解的时候,忽然遇到了热心的学姐学长,被拉进了人数众多的新生微信群、QQ群,忽然群里说起来需要交费,提醒大家擦亮眼,不要被有心人欺骗。

防范兼职陷阱

想要做份兼职挣到人生的第一桶金,提醒踌躇满志的学生们也要小心陷阱。

陷阱一:骗取中介费

一些不法中介在收取高额中介费后却不履行合同,不能及时为大学生推荐合适的工作,还以各种名义推脱。

提示:兼职要选择“三证”齐全的正常职业介绍机构。如果遇到虚假招工信息,扣押求职者财物等行为,可直接报警。

陷阱二:强行收取押金

一些用人单位要求学生支付押金或保证金,承诺交了押金才可以上岗,但又找各种借口拒绝退还押金。

提示:招聘单位以任何名义向求职者收取抵押

金等,都属于非法行为。

提示:在QQ群或微信群中,接到交费的通知,需保持警惕,不要着急转账。同时,QQ群、微信入群一定要开启身份验证功能,一旦发现可疑情况,要注意保存相关证据并及时报警。

陷阱三:警惕传销陷阱

传销公司经常会先安排学生以销售人员的名义上岗工作,让学生交纳一定的钱款,再让学生去哄骗他人。

提示:大家要认真甄别,及时报警。

陷阱四:警惕“刷单”陷阱

在社交网站、QQ群、微信群内发布类似招聘信息,吸引学生群体关注和应聘。

提示:“兼职刷单、足不出户”“日赚百元、月入过万”“只需动动手指、敲敲键盘即可”……挣钱哪有这么容易?广大同学千万不要贪图小利,让钱包遭遇大损失。
■ 据《北京青年报》《广州日报》