

多认几个字更有优势吗?别造“预制娃”啦 小学生活 这样“准”入

暑期悄然过半,又一批“准一年级新生”站在了成长的关键节点——从以游戏为伴的幼儿,转变为遵守规则、自主学习的小学生,身份的跨越不仅是成长的里程碑,也考验着家庭的科学引导能力。如何利用剩余假期做好过渡,帮助孩子从容踏入新起点?带着众多家庭共同的关切,记者特邀泉州市实验小学副校长陈璐与鲤城区第三中心小学教坛新秀、一线教师彭瑞华,共同拆解幼小衔接适应难题,为新生家庭提供平稳过渡的实用路径。

□融媒体记者 洪娜娜

慢养三项“软实力” 帮助孩子融入集体

在陈璐看来,从幼儿到小学生,最核心的变化是学习生活由游戏活动为主转向课堂学习为主,学习环境从自由松弛走向规则自律。

她提到,面对全新的学习环境、校园生活及陌生的老师、同伴,孩子能否平稳过渡,关键在于是否具备三项核心能力。一是生活自理能力,这是孩子独立面对校园生活的底气;二是社会交往能力,是帮助孩子快速融入集体的钥匙;三是情绪管理能力,决定了孩子的心理韧性,是平稳适应新环境的基石。

“学校最期待的,并非孩子能认多少字、算多少题,而是孩子们是否具备了适应集体生活的‘软实力’。”陈璐表示,面对学段衔接的未知,家长产生焦虑实属正常,但部分家庭将焦虑转化为“抢跑式”学习,用密集的衔接课程填满孩子假期。这种做法虽能带来短期知识优势,却容易透支孩子的学习兴趣,得不偿失。

她强调,家长应摒弃拔苗助长的心态,遵循孩子的成长规律,重点培养能增强软实力的良好习惯,包括培养良好的阅读习惯,让孩子在阅读中伴随思考,从“想”读到“享”读、从阅读到悦读,涵养专注与静气;培育运动习惯,树立“健康第一”理念,坚持每天2小时户外运动,让孩子在坚持中体会突破,铸就直面挑战的坚韧与底气;养成守时习惯,借助可视化工具让孩子“看见”时间流逝、理解时间长度,培育规则意识与规划能力,做到“言而有信,时而有矩”。“小学是成长的起步阶段,人生却是一场长跑。”陈璐表示,在习惯培养下的每一分“慢功夫”,最终都会沉淀为支撑孩子终身成长的真正“快车道”。

瞄准适应“痛点” 练好四项基本功

结合一线教学观察,彭瑞华梳理出新生入学首月常见的几类适应问题:课堂专注力不足,频繁摆弄文具、随意起身,跟不上授课节奏;不熟悉举手发言等课堂规范,有疑问不愿主动表达;作息不规律,早晨起床困难、课上精神不振;自理能力薄弱,不会整理课本文具;心理上留恋幼儿园宽松环境,产生抵触上学的情绪。

“这些适应难点,恰恰是暑假可以提前铺垫、逐步改善的。”她建议家长重点做好以下四件事。

第一,做好心理引导,完成角色转换。她建议,家长日常多和孩子描绘小学生活,有条件可带孩子到小学周边实地感受,或通过短视频直观了解小学课堂与课间状态,清晰平和地讲明课堂规则与行为边界。同时,居家可开展课堂角色扮演游戏,家长模拟教师、孩子扮演学生,在端正坐姿、举手发言等场景中反复练习,在趣味互动中强化规则意识。她特别提醒,应避免用“上学就得受约束”“老师会批评你”等负面话语制造恐惧感。

第二,同步调整作息,贴合校园节奏。逐步纠正熬夜、睡懒觉的习惯,参照小学作息固定入睡与起床时间,中午安排短时午休,让身体提前适应校园节奏,避免开学后因作息断层出现精神不济。

第三,每日短时训练,涵养学习习惯。不必安排大量超前学习内容,每天预留15至20分钟专属安静时段,桌面清空玩具等干扰物,只留书本与纸笔。陪同孩子练习标准坐姿与握笔姿势,引导孩子主动说出困惑与想法,循序渐进提升专注力与表达意愿。

第四,放手自主管理,锻炼自理能力。整理绘本、收纳文具、收拾小书包等事务,均交由孩子独立完成,家长尽量不代劳。从日常小事中培育自主管理意识,切实减少开学后手忙脚乱的情况。



幼儿园小朋友提前参观小学(王球球 摄)

做足仪式感 认同新身份

陈璐建议,假期后半段,家长不妨带着孩子做些充满仪式感的准备,让入学从抽象概念变为可感可知。具体期待,在沉浸式体验中强化孩子的身份认知与心理准备。

参观一次新校园。在校门口拍照留念,郑重读出学校的全称;走访教学楼、运动场、图书馆等主要场所,让校园从陌生的名字变为熟悉的空间,激发孩子对新生活的向往。

体验一周新作息。启动“小学作息模拟周”,按早7点起床、晚9点前入睡的节奏调整生物钟,保证每日10小时睡眠。

晚。晚间提前完成洗漱与物品整理,用一周时间让身体形成新的作息记忆。

规划一条新路线。与孩子共同走一遍上下学路径,计算步行或车行所需时间。沿途指认安全标识与红绿灯,约定固定接送点位,将交通规则与自我保护意识融入实地行走,让安全意识悄然生根。

进行一次大采购。与孩子商议入学用品清单,自主挑选书包、文具、水壶等物品,家长仅提建议、不做包办。同步在家中布置一处固定的安静学习角,移除干扰物,为专注力培养营造专属空间。

召开一次家庭会。正式向孩子宣告“你即将成为一名小学生”,明确每位家庭成员的分工与保障职责。认真倾听孩子的期待与顾虑,及时化解不安情绪,让孩子感受到全家的陪伴与支撑,安心迎接新身份的开启。



►在家中提前为“准小学生”布置一处固定的安静学习角,为专注力培养营造专属空间。(CFP 图)



家长体验专注力游戏(本报资料图)



通过角色台词与互动培养语言表达和倾听能力,在趣味活动中提升专注力、逻辑思维等基础素养。(本报资料图)



培养良好的阅读习惯,有助于顺利适应“小学生”角色。(李雅真 摄)



坐姿握笔练习(本报资料图)

家校同频协力 搭建过渡阶梯

“每年新生入学,学校都会系统规划、整体设计,通过课程与教学的双重调整、家校之间的双向配合,助力孩子平稳过渡、从容起跑。”陈璐介绍,开学前,该校开展一年级教师专项教研沙龙,深度研讨、传承经验;配套研发入学启慧课程,以趣味儿歌、情景模拟等形式培育自主能力;学科教学采用活动化、游戏化、生活化设计,适度放缓进度,为新生搭建平缓

过渡阶梯。

暑期准备是“预热”,开学后的持续跟进才是“保温”。彭瑞华则表示,入学后,家校之间保持信息畅通、标准一致、步调协同,才能让孩子在熟悉而稳定的支持系统中,真正从容地完成从幼儿到小学生的身份跨越。

彭瑞华建议,家长需与学校保持规则统一,同步落实课堂纪律、作息要求,不设双重标准,杜绝边学边玩、拖沓敷衍

等行为;入学首月应将重心放在习惯养成上,聚焦听课状态、课堂表达、自理能力等维度。同时她还提到,家长需密切关注孩子情绪状态,若出现入学抵触、厌学情绪,避免一味批评,应及时与班主任沟通,协同做好心理疏导。日常可延续暑期养成的作息与阅读习惯,每日预留短时复盘交流时间,维护居家学习空间整洁有序,助力孩子平稳适配校园节奏。

一球牵海峡 少年聚同心



互动现场,体验特色课程魅力。

本报讯(融媒体记者陈森森/文 受访学校/供图)日前,台湾钢铁犀牛棒球队26名教练和队员跨越海峡,走进泉州第五中学城东校区,以棒球为媒,开展体育切磋、课堂互动、非遗体验、文化探访系列交流活动,搭建起泉州青少年相知相融的友谊桥梁。

交流期间,台湾队员们走进泉州五中的课堂,参与学校精心设计的特色课程互动。从文化课堂到社团活动,两岸学子在轻松愉快的氛围中交流学习心得、分享成长故事。在非遗传体验环节,两岸少年携手制作纸艺团扇,亲手体验闽南传统工艺魅力,沉浸式感受闽南非遗文化的独特底蕴与人文温度。

此外,交流团先后走访走进泉州西街、中国闽台缘博物馆、开元寺、洛阳桥等城市地标。漫步千年古城街巷,观赏红砖古厝风貌,体悟闽南民俗风情与千年文脉,真切感知泉州同根同源、一脉相承的民俗文化。活动最后,两岸青少年以棒球赛事切磋收官,在赛场协作、奋力拼搏中凝聚默契、增进情谊。

棒球虽小,却承载着两岸青少年共同的梦想与热情。本次交流活动以体育为纽带、文化为根基,两岸少年深化了解、厚植情谊,让跨越海峡的青春友谊生生不息。

闯关打卡世遗点 亲子共弈“海丝棋”



“海丝棋迹·世遗闯关”亲子总决赛在丰泽区湖心实验小学举行

本报讯(融媒体记者张沼坤 彭燕珍 实习生黄新新 文/图)8月8日,全国第18个“全民健身日”如约而至。当日下午,丰泽区湖心实验小学操场上气氛热烈,“海丝棋迹·世遗闯关”亲子总决赛正式拉开帷幕。16组从初赛脱颖而出的亲子家庭齐聚一堂,以棋为媒、以动强身,在协作闯关中感受世遗魅力,践行全民健身理念。

今年是泉州申遗成功五周年。本次活动紧扣“全民健身 你我同行”年度主题,将世遗文化、棋类益智与体育健身深度融合。

活动开始,全体人员向学校正大门,开启世遗口令快闪互动——“开元寺”全员举手,“洛阳桥”全员转身,“安平桥”全员踏步18下,以整齐划一的动作纪念第18个全民健身日;“清源山”全员比心,现场气氛热烈。紧接着,伴随着欢快的音乐,全体亲子家庭共同完成了一段活力四射的集体亲子舞展演。

“深耕世遗文脉,强健少年体魄!海丝少年,奋勇争先!”在全场震撼的口号声中,总决赛正式启动。16组晋级家庭现场抽签,分为四个小组。每组决出小组第一名,晋级终极PK。赛场上,家长与孩子默契配合、协同闯关,将运动热情与世遗知识融于一体。最终,决出冠军家庭、亚军家庭、季军家庭及最佳默契亲子家庭各一组。

据悉,活动采用“小组赛—晋级赛—决赛”阶梯式竞技,将泉州22处世遗点融入闯关打卡,通过“听、学、做、传、玩”五大板块,让亲子家庭在挥洒汗水区读懂海丝故事。活动还设有飞行棋体验区等趣味活动,供学生赛后游玩。

“传承海丝精神,首先要有一副好筋骨。”本次活动以创新方式让家乡文化真正走进孩子心里,也为全民健身注入了浓厚的世遗底色。