

平稳过渡幼升小，靠激进暑假

暑期又渐入尾声，又有一批幼儿的社会角色将发生变化，称呼也随之改为“小一新生”，家长们也随之有同样崭新的角色——小一生家长。有的家长在朋友圈晒出第一次老师家访给予的要准备的物品单，零零种种十几样，从铅笔规定削成什么样到需要什么材质样品的文具收纳，这么细致的制度虽说都是老师经验之谈，但着实让有些家长焦虑起来。当然也有抓紧这假期的尾巴带着小朋友再潇洒一回的乐天派，也有为了趁早让孩子适应小学生活上了各种补习班，也有笃定的爸爸妈妈说我们家孩子“早就盼着上学啦”。

但家长们对于这个新角色大都还是喜忧参半。喜的是入学是孩子生活的一个新起点，意味着要正式跨入以学习为主要任务的学生时代；忧的是离开父母会不会哭闹？每天七节课，孩子坐得住吗？下课会不会忘记上厕所？能不能跟老师、同学相处得融洽？

对于孩子来说，由于他们的角色和任务会发生很大的变化，第一次踏入一个属于他们自己的小型社会：生活、学习、人际关系等都会发生变化，所接触到的老师和同学也会有很多不同，这就需要帮助孩子提前做好适应这些变化的相关准备。其中最需要看重的就是孩子心理上对上学的准备。对孩子来说，这一适应过程是渐变的过程，如何尽量让孩子的心理顺利实现从幼儿园到小学的“软着陆”可能才是问题的关键。

青年报 邵炯 高彩云



卢湾一中心小学校长 吴蓉瑾

又到一年开学季，黄浦区卢湾一中心小学的校园里迎来了一批新成员——一年级新生。当天来报到的孩子领到了一项开学特别的“任务”——参加为期三天的新生培训，孩子要适应新环境，适应新伙伴，家长则要参加学校组织的家长会。

一大早，一切准备就绪，校领导老师们在门口迎接学生，指引家长带着孩子找到所在班级。随后前往六楼大礼堂参加由吴蓉瑾校长主持的家长会。

在班主任和各科老师的指导下，新生之间互相熟悉，同时教会孩子一些小学生应该遵守的规则，如：学校公共设施的位置和使用，如何站队、整理自己的物品，上学期间要爱护校园环境，尊敬老师和家长等，都是小学生要做的日常行为规范和礼仪，帮助孩子们尽快地适应校园生活，明确自己已经是一名小学生了，要遵守小学的规定。学校还为每个孩子配备了书

包、笔袋等学习用品。

培训旨在让小学一年级的新生了解校园生活，为开学能尽快适应新环境做好前期准备，同时也搭建了家校互动沟通的桥梁，对入学后孩子的学习和生活都有促进和提高的作用。

经过前一天的新生培训，孩子们对于学校已渐渐熟悉，能准确找到自己的教室。踏入门口，孩子们那一声声“老师好”“老师，早上好”如同一股股清泉滋润着老师们的心。此时的教室已不再是冰冷冷的建筑物，而是老师和孩子们共同构建的家。

到了午餐时间，家长们可以进校看学生就餐情况，看着孩子们一口口大快朵颐地吃着饭，多数的“光盘”，家长们脸上流露出了笑容，心里为孩子们点赞。下午，走廊里不时传出朗朗的读书声，声音整齐响亮。孩子们渐渐已能融入小学课堂，适应小学的教学，习惯35分钟一节课。

国家二级心理咨询师 刘贇

首先，家长不要吓唬孩子，“开学了，收骨头了”“以后不能像这么玩了”“你现在不听话，自有老师收拾你”这类话我们觉得听得都很多，但却不知会造成孩子紧张和抵触情绪。在他对一切都未知的时候，这些负面的词句会让他对这些事物产生负面的心里暗示，觉得小学是充满苦难的，甚至觉得小学是“不开心”的代名词。

其实我们要给孩子们灌输更多的“学习是轻松快乐的”这样正面的东西，比如可以认识新朋友，可以学到更多的知识等等。一开始每天回家的时候，可以让孩子说一说今天发生了什么开心的事儿，或者有什么新的经历和感受，让他们学会分享和表达自己的感受，家长也可以从孩子对各种事件的反馈中得知自己的孩子在哪里哪些方面得到了成长，哪些有欠缺，需

要家长和老师的正面帮助。

其次，不论孩子多么“熊”，都不要帮着老师大庭广众之下一起教育孩子。刚开始进小学，我的儿子也经常被老师批评，都是鸡毛蒜皮，我甚至会在老师告状的时候给我儿子拥抱，安慰他。如果真的是他做得不对，回家再教育，在那个当下，孩子心里其实非常紧张的，他也知道自己做错了，不要再增加他的压力。妈妈是孩子背后的大山，不是训人的“帮凶”！

第三，在完成作业方面，家长不要对作业过度紧张，在孩子刚步入正式学习的阶段，犯错误太正常了，不要用大人的标准来苛求孩子完美，给他们点时间慢慢适应。

最后，我想说让自己的孩子喜欢去学校，无论成绩怎么样，你就不是一个成功的父母了。

愚园路第一小学二(八)班诺拉妈妈 薛侃

我们家若拉今年开学升二年级，但去年刚进小学的模样依然历历在目。我记得当时三四月份就开始焦虑上学这件事了。可能因为我是激进型的性格，我很早让我女儿开始上培训班，拼音、英语等热门培优班。

我记得当年开学体验日的时候，诺拉认识了新的同学和老师，觉得很开心。可能因为诺拉补习

班上得比较早，对上课的概念并不陌生，她也早就知道了“作业”的概念，所以几乎没有不适应的过程。当然我觉得也有一部分原因是因为她是个女孩子吧，静下心来坐下来学习并不困难，也从没说过“我不想学了”之类的话，算是非常平稳地过渡到小学了。

以我过来人的经验来看，补习班还是需要报的，无论是学习

基础还是对学习习惯养成都是有益处的。我想强调的是英语基础，越早学越好，形式不限，只要能让孩子早些接触这门语言类课程，对孩子有很大的益处。我们有一群“志同道合”的妈妈们，经常会聊一些孩子的教育问题，分享一些经验，我们也彼此间互相督促鼓励，希望我们的孩子也能更好。

