

名师释疑



居家学习也要有个好心情

在居家隔离的过程中,你可能会因为不能见到熟悉的同学而觉得寂寞,可能会因为不能出去玩而感到难过,可能会因为全家高度警戒防护疫情而觉得紧张。不用担心,遇到这样的变化,我们感到害怕是很正常的一件事。前些时,居家隔离是安全、有效、节约成本的疫情防控方式,学生要调整心态,以适应当下居家学习这种方式。同时我们要坚定信心,新冠疫情是会过去的。

怎样才能恢复轻松快乐的心情呢?我们先了解自身可能出现的心理反应。

分析:可能出现的心理不良反应

中学生正处于认知能力发展,对社会化的需求增加,有较多情绪体验但控制能力不足的阶段。对疫情信息的过分关注以及生活空间的缩小,都会让学生在认知、情绪、行为、人际交往和身体方面产生一些不良反应。

在认知上,学生可能因为过多摄入疫情相关新闻和真假难辨的消息而无法对疫情做出科学判断。在情绪上,学生会感到无聊、烦躁、憋屈、消沉、抑郁、易怒、恐惧等各种不同的情绪困扰。在行为上,学生会无所事事、懒于学习、不思读书或沉迷手机游戏网络电视。

在人际交往上,学生会因缺少同伴交往,产生人际交往范围极窄、交往能力和交往欲望下降、易与家人争吵等问题。

在身体反应上,学生可能会出现无明显原因的疼痛问题、消化系统问题、饮食问题和睡眠问题,也可能因为对疫情的担忧出现过度关心自己的身体症状而出现反复洗手、消毒等行为。

建议:做好自我防护

学生要保持健康积极的心理状态,

引领孩子学会自主复习

一个学期即将结束,孩子们又迎来了期末复习时光。通过复习,可以以一个学期的学习进行查漏补缺。如何复习,能让孩子获得最大的收获?在居家学习时长较多的情况下,家长应该如何引领孩子学会自主复习呢?

整理错题

比如语文学科,可以分类整理记录错题,包括字、词、句、段等。在出错的“字”“词”这一类别中,可以记录写错词条以及“看拼音写词语”习题中出现的错题;在出错的“句”这一类别中,可以记录在句子练习中出现的错题,包括扩句、缩句、修改病句、用关联词语造句、给句子排列顺序等。这样记录错题,便于复习。

在整理错题时,错的地方可以用红笔标红。比方说,“初”字应该是“礻”,有的同学粗心,写成了“礻”,那么在整理错题时,可以用红笔写“初”字的第四笔“撇”。这样复习的时候,便一目了然。

为了便于将同类型的错题放在一起,建议孩子采用活页本。

分析错因

在整理错题的时候,家长要引领孩子认真分析,是因何种原因导致出错:是粗心所致,还是审题不清?是答题不完整,还是书写不工整、计算有误?是复习不够全面,还是答题速度慢?

在分析完错因后,还需要提醒孩子仔细审题。

常见成语辨析

才子佳人:才子:有才华的男子;佳人:年轻貌美的女子。指才貌出众的青年男女。出处:唐·李隐《潇湘录·呼延冀》:“妾既与君匹偶,诸邻皆谓之才子佳人。”近义词:檀郎谢女。反义词:彩凤随鸦。例:一个画画,一个题字,真是才子佳人,天生一对。一般用于描写出色的青年男女。多就有婚姻、爱情关系和才貌相当而言。一般作宾语、主语、定语。

餐风宿露:餐:吃饭;宿:住宿。在风中吃饭,在露天地里睡眠。形容旅途或在野外生活的困难和艰苦。近义词:披星戴月。反义词:席丰履厚。例:南极考察队员不畏艰险,餐风宿露,终于把国旗插在了南极的冰原上。多作谓语,也作状语、定语。

(未完待续)



《朗读者:还记得你年少时的梦吗》观后感

今天的语文课上,老师带领我们一起观看了董卿主持的《朗读者》——还记得你年少时的梦吗?这一期的内容,令我感触颇深。

企业家曹德旺经营的福耀集团已经是世界上重要的汽车玻璃供应商。他的资产已经达到1600亿元。曹德旺将自己的成功归结为“四个自信”——文化自信、政治自信、行为自信、能力自信。他不仅是赫赫有名的“玻璃大王”,还被称为“中国首善”,他用于慈善的基金已经达到了100多亿元,用这些基金建立了很多所学校。他的童年生活在饥饿与贫苦中,因为幼时调皮,早早地辍了学,跟着自己的父亲经商。早上不到两点就要起床骑车去很远的地方进购水果,直到晚上8点才能回到家吃饭、睡觉。这些经历使他从

餐桌前的谈话

从小到大,和家人们在餐桌前谈话,已经是我们的习惯之一。然而近几年,我却发现同样是在餐桌前,话却越来越少了。

就说去年过年时吃饭吧。那天,我们坐在餐桌前,看着姥姥把一碟碟色香味俱全的饭菜端上,随即冲我们笑道:“多吃点,正是长身体的时候。”我点点头,竖起耳朵听着。爸爸关心地问:“您身体还好吗,腿还疼不疼了?”姥姥笑着说:“还好还好。”接着她开始问我们的学习情况,大人们的工作状况等等,这时大姨端上了最后的排骨汤,也坐下来开始吃饭。

原本我以为人都到齐了,饭桌上的气氛会越来越热闹,可谁知菜上齐后,大家渐渐沉默了,姥姥多次挑起话头,其他人也只是“嗯嗯啊啊”的附和一阵,她自说自话,也不说话了。舅舅正在用手机看新闻,大姨看着电视不说话,妈妈也在玩着她的微信,我和姨姐年龄相仿,也凑在一起看着手机里我们感兴趣的视频……气氛一时凝固。妹妹和姨弟一直想和大家说话,可是呼唤了一遍后谁都不理他们,他们也只好作罢,低头吃饭。

现在的社会,交通有了很大的发展,亲人相见绝非难事,可是团圆后的人们不但不珍惜相见的机会,还只是顾着自己的手机,让老年人黯然神伤,彼此成了最熟悉的陌生人。

亲人之间的谈话是一幅美好的画,每一次都充满温馨。可是现在,这种温馨逐渐流失,取而代之的是敷衍。不过我相信,只要我们都付出行动,家庭总会有真正“团圆”的那一天!

朔城区五中(335)班 张瑶

我的线上线下

因为新冠疫情的原因,我们从在学校教室上课到了线上上课。正所谓停课不停学。每个人在网上网课时的状态都有所不同。

在上课前,我先准备好上课用的课本和练习本。在上课时,老师讲课讲了一半后,我便觉得无聊,不过有些科目的老师讲得生动有趣。比如语文、生物、政治……

无聊也没用,老师讲得可都是重点。于是我只好硬着头皮听讲,不过好在老师讲的内容我都能跟上。有一次上数学课,老师突然点我的名字,叫我回答问题,我答对了。关了麦克风后,我心里十分开心,仿佛那是什么天大的好事。

下课了,我坐在沙发上弹了一会儿拇指琴,然后开始上课。在第二节课下课后,就立刻跑去做核酸。空余时间我还打扫了房间。上午的课程完了以后,就下楼跳绳。午饭后写作业,1点睡觉,下午继续上课。

一天的课程结束以后,我只玩了10分钟,就去吃饭。6点了,我立刻赶作业。完成后,交作业写口算。10点开始,背诵一天所学科目的概念。11点读书,11点30分睡觉。就这样一天就过去了,你们的线上线下是什么样的呢?

朔城区五中(324)班 张艺馨
指导老师:高红岩

忧患中学得智慧,苦痛中炼出美德。当他富裕以后,没有把所有的财富掌握在自己手中,选择以慈善的方式回赠社会,帮助有需要的人。他的品质深深影响了我,我们都应该向他学习。

演员周冬雨在少年时就萌发了要去艺考的梦想,为了省钱,自己乘坐火车去遥远的南京参加考试。这次艺考并不理想,但她没有因此放弃自己的梦想。她机缘巧合接到了著名导演的电话,也因此获得了参演的机会。之后她也一直在坚持演艺这条路,获得了惊人的成绩,也成功地圆了自己的梦。

在之后出场的中国载人航天工程总设计师周建平,他幼时对梦想的萌发,要追溯到1970年,我国第一颗人造卫星“东方红一号”直上云霄,遥远星

辰中微微泛红的光芒,激发他无穷的遥想与好奇,也因此埋下了对宇宙的向往。而如今的周建平成功地圆了一个又一个航天梦,为我国的航天事业做出了很大的贡献。通过聆听他的故事,我明白了就是因为有了航天人“一次成功不等于次次成功,每一次都要如履薄冰,如临深渊”的不气馁,才有了中国航天以惊人的速度发展,才有了中国空间站的建设,才让我们的航天事业屹立于世界前列。

年少时的梦,像清晨小草上的露珠晶莹剔透,像萤火虫闪烁着微弱的光芒。在圆梦的道路上会遇到很多的困难,但只要我们不言败、不放弃,就会收获自己想要的一切,就会完成自己的梦想。

朔城区五中(320)班 胡梓烨

节约资源从我做起

节约,是中华民族自古以来的传统美德。在当今时代,更需要这种美德。我们少用一些水,缺水地区便会多一份珍贵的水源;我们少浪费一些纸,几万棵大树便可重成小鸟的家园;我们多几次低碳出行,空气中的那一缕清烟就不会消散。

节约资源,要在发现别人浪费时及时制止。一次,我们家和小姨一家去吃自助餐,姨妹非常喜欢吃水果沙拉,便拿了好几份,由于美食太多,琳琅满目,她全然忘记了沙拉。最后,我们都结束了餐食,她还剩两大碗。她看着那两大碗水果沙拉,眉头皱成一团。找人帮忙,大家都吃得饱饱,显然是吃不下了。于是她小心翼翼地对小姨说:“要不剩下……”“不行,不能浪费”。姨妹叹了口气,最终还是硬着头皮吃了下去。在这之后,她再没浪费过粮食,也再没吃过水果沙拉。

节约资源,要以身作则。有这样一则新闻,同样是吃自助餐,孩子把一盘牛肉倒进垃圾桶里,爸爸不但没有责备他,反而是把垃圾桶里的肉捡起来吃了。我的家人虽然没有这样做,



但我认为我们也在为节约资源作出自己的努力。我爸爸从来不抽烟,我姐姐出门骑单车,当姐姐发现家里的水电费高出别人的一倍之多时,姐姐制定了家庭计划:谁出房间不关灯,罚款5元。果然,这个方法非常奏效。一月后,我家的水电费又回归了正常。

节约资源不仅是国家的大事,也是我们每个人的大事。我们要节约身边的一切,节约水、节约电、节约粮食。“谁知盘中餐,粒粒皆辛苦”。

朔城区五中(324)班 尹涵宇

《朗读者》观后感

“年少的梦,像风呼啸而来,呼啸而去,自由自在,无忧无虑,每一个人都会必定出发于他的少年时,只是很多年以后,蓦然回首,你是否还记得年少时的梦吗?”

伴随着主持人董卿娓娓道来的开场白,我开始了这一期《朗读者》的观看。其中,使我印象最深的一位嘉宾要属企业家曹德旺了。

曹德旺的父亲在一次搬家后弄丢了全部家当,这使得曹德旺从小就过起了贫苦艰难的生活。他9岁走进了学堂,14岁被迫辍学去放牛。他在街头卖过烟丝,在凌晨2点拉过板车,走10公里路卖水果,修过自行车,经年累月一日两餐食不果腹,在歧视者的白眼下艰难谋生,尝遍了常人难以想象的艰辛。那是精神和肉体蒙受的双重苦难,但他并未逆来顺受,而是不断地与命运抗争。只因母亲曾告诫他:“头抬起来,胸挺起来!”从那之后,梦想的种子便在他心中萌芽了,他想:“我一定要干一番事业来!”一次契机使他有了开玻璃厂的想法,于是他秉承着“小成靠智,大成靠德”的理念,将玻璃生意愈做愈大,最终世界领先。

我想,曹德旺的成功绝不是偶然

阅读,给了我快乐

阅读,是我们每个人人生中最重要的一环。阅读,是周恩来“为中华之崛起而读书。”是高尔基“读了一本书,就像对生活打开了一扇窗户。”是培根“读书给人以乐趣,给人以光彩,给人以才干。”由此,我们可以知道,阅读是多么重要,又讨人喜欢。

阅读,是非常重要的。现在的人们可能没有太多的时间去阅读,一心想着工作。在这里,我想劝劝你们:工作很重要,可读书比工作更重要。你的工作从哪里来?不就是读书读来的。你想想,如果你不读书,将来有一份工作必须是靠读很多书才可以胜任,那么到时候只能干坐着,而那些坚持读书的人却可以轻松搞定,这是相同的道理。

学生们也一样。尤其是学生,读书是增长我们才干的一条重要渠道。如



诸葛亮的《诫子书》中提到“才须学也”,意思是才干来自学习,学习和读书也是密切相关的。学习是光有课本上的知识,而课外书上有着无穷无尽的知识,这就是为何现在的老师都要求阅读课外书,比如四大名著、世界名著等。阅读是快乐的,我认为是这样的,也许有人觉得阅读是困难的。困难的主要

习作园地



一曲悠扬的音乐,一杯暖暖的清茶,一本感人肺腑的书。指法微动,纸张发出轻微的摩擦声。一个字一个字地看过去,就像吃进一粒粒不同的水果糖,或酸或甜,或苦或涩。透过文字,似乎都能看到作者的心。读一本好书,就像和一位高尚人的一次交谈。哲人的话,我深有同感。

因为阅读,我也做过一件糗事。有一次妈妈要出门,临走前叮嘱我把洗衣机里的衣服晾起来,当时我正在看书,根本没把妈妈的话放在心上,就敷衍了一句“知道了”。等到妈妈回来,看着洗衣机里的衣服,哭笑不得地说:“宝贝,我让你把衣服晾起来,你怎么又把衣服洗了一遍啊?”我冲妈妈尴尬地笑了笑,和妈妈一起晾起了衣服。

阅读,让我陶醉,每当我进入书的海洋时,仿佛进入了一个现实一个幻境;一个天,一个地,每当我在书的海滨遨游时,我会不禁地小声朗读出声来。深夜,在我的朗读下仿佛成了一个静谧的世界,偶尔来的一颗流星,一声蝉吟,一丝风声,都为静谧的深夜笼罩了一层黑幕,使原本静谧的深夜增加了一些神秘的色彩。

一本好书,胜过一顿山珍海味的大餐,超越一处美不胜收的风景。比起那些虚浮的奢华富贵,阅读要实在得多。让我们一起去感受书中那些独特的心声,聆听那唯美的音律,陶醉于书籍的长河中吧!

朔城区五中(324)班 康书瑶
指导老师:高红岩

那一次家长会

公元2022年12月5日,是一个难忘的日子,他别开生面,声势壮大;他充满向上精神,引人深思。他就是我们从开学到现在的第一次家长会,也是很特别,因为它是以网络的形式呈现在我面前,它很冰冷,同学、家长和老师们都隔着两层屏幕;它又很火热,尽管隔着那些屏幕,但是我们都能听到看到他人那些上进的心声。这次家长会给予了我很多学习的方法,同时,也让我体会到父母那望子成龙的心情。

通过家长会,我也总结了以下几点:第一,上课前一定要做好预习,课后还要抽时间复习。做到早预习,常复习。第二,上课时一定要认真听讲,紧跟老师的节奏,不能开小差,课上笔记很重要,要标记清楚。第三,下课后一定要按时完成老师布置的作业及任务,杜绝拖拉的毛病。完成固定作业后自己还要找题再多加练习,巩固知识点。另外,在空闲时间里帮父母做些力所能及的家务,它可以帮你增强动手能力,更好地充实你的生活,让你学会生活。

我是从哪看出父母对我的爱呢?自然是从家长会时她的喋喋不休和他的默默关注了。当时,母亲站在我旁边,她看到那些因成绩名列前茅的孩子而发言的家长时,羡慕极了。她对我说:“儿啊,你多会儿也能让我这样风光一回,那我就知足了!”当时我就下定决心要更加努力,实现妈妈这个愿望。家长会后,父亲和我们通了电话,说我的发言还不错,就是有些结巴。紧接着给我指点了一些发言的技巧,然后就嘱咐我早些睡觉。我嘴上不说什么,心里却暖暖的:爸,妈,我一定会努力的。

这真是一次回味无穷的家长会。
朔城区五中(324)班 任一茗

原因是什么?可能是被父母逼着去读,读不进去;也可能是读不懂,没读两页就扔下书去玩了,大多数同学可能是因为这两点而觉得读书困难吧。

阅读,是非常快乐的。我们在阅读中不仅可以学到很多知识,还可以细细揣摩作者的写作手法,写作思路举一反三,在平时的写作中都可以用上。和同伴一起阅读,我认为再好不过了。我们共同阅读,共同探究,营造良好的读书环境,同时,互相竞争互相协助。法国有一个城市,在那里你必须读过一万本书才可以在这座城市定居,可见读书甚至关系到我们的生活,因此,我们要把阅读看成是快乐的、轻松的,带着愉快的心情去读每一本书,你便会有很大的收获。

阅读,必须要有顽强的毅力,只有坚持,才可以增长知识,渐渐为你带来好处。

朔城区五中(335)班 孔令凯
指导老师:高红岩