

家长课堂



如何抓好教育关键期

家庭教育是一个科学、复杂的系统工程，而很多家长在实际生活中都是“见招拆招”。那么，家长该如何规划自家的家庭教育呢？这就需要了解孩子的成长规律，抓好、抓牢每一个教育关键期。

一、3-6岁，父母要做好榜样示范，在孩子心里种下“健康、正确”的种子

中国文化中有“三岁看大，七岁看老”之说，这不是民间笑谈，确实有它的教育意义。三岁的孩子在成长期中是一个很重要的节点。皮亚杰的儿童认知发展阶段论中，这个年龄段的儿童开始具备了一定的模仿和判断能力，同时孩子的思维又具有自我中心性。家长需要把重心放在以下两个方面。

首先，要注重家长自身和周围人的言行对孩子产生的影响，身教重于言教。这一时期是孩子性格、行为习惯逐步形成的时期，家长要注重孩子行为习惯的养成。比如有有的七八岁的青年还存在乱扔垃圾的问题、不会收纳整理等问题，就是在这一时期缺乏养成教育。另外，这一时期的孩子对新鲜事物、情景都比较感兴趣，有尝试去做的愿望，家长要通过示范大胆让孩子去做，不要怕孩子做不好。

其次，要理解孩子此时的以“自我为中心”的思维，做好引导教育。这个阶段的孩子思维具有“自我”性，这是孩子的第一次“叛逆期”，开始习惯用“我”来回答问题，这是孩子成长中重要的阶段，家长要积极加以肯定和引导，不要简单认为孩子还小不懂事，要引导孩子

学着去换位思考，同时培养孩子的共情能力。

二、7-12岁，父母要及时调整教育方法，关注孩子心理健康

七岁的孩子逻辑思维能力开始出现，进入学校学习。男孩子一般会晚熟一点，所以七八岁的男孩子比起同龄的女孩子会显得“幼稚”。这个时期家长要特别注意教育方式的改变，很多家长还没有适应孩子的成长变化，教育方式还停留在幼儿期间，但教育内容却从关注孩子生活习惯的养成、品德的培养转变为关注学习，或者是关注学习成绩。这样就出现严重的失衡现象，因为孩子年龄还小，对家长的话基本上还能言听计从，家长尚未察觉出任何变化，这也使得家长在孩子青春时期，很难接受孩子的“叛逆”，显得手足无措。

当家庭教育出现问题时，痛苦的不仅仅是家长，还有孩子。那么，在这个阶段的家庭教育该注意些什么呢？无论男孩还是女孩，如果在12岁之前，家长能够关注到孩子的生理、心理变化，了解孩子的成长规律，从而及时调整自己的家庭教育方式和内容，培养好的亲子关系以及沟通方式，那么青春就不会那么可怕。比如，女孩的家长要关注她的身体变化以及由此带来的心理变化，要尊重她的长大，给予她足够的安全感，学会倾听，而不是强势说教；还要鼓励她积极参加各种活动，增加孩子的生活体验，并对孩子的表现给予肯定，引导孩子主动去思考问题。

据《今晚报》作者：郭燕峰

课间一刻钟，贵在真延长

新华社记者 郑明鸿

新学期伊始，在北京和贵州织金县等地，义务教育阶段学校的课间十分钟延长5分钟，变成课间一刻钟。此前，青岛等地也有类似尝试。对于处于身心健康发展关键期的中小学生而言，这是个有益的尝试，让他们有更充裕的时间，走出教室、走向户外、走进阳光，调节情绪、放松身心、增强体质和防控近视。

课间十分钟变成课间一刻钟，是个好政策。政策一出，一些担忧随之而来——课间虽然更长了，但孩子能否走出教室自由活动，完全享有这一分钟？如何防止“课间延长5分钟”变成“让孩子在教室多坐5分钟”？好政策要产生好效果，关键在落实。课间十分钟变一刻钟，贵在真延长。

课间的延长，要在软硬件上下功夫。课间延长了，学生可以有更多选择，要保障他们完全享有课间时光，需要学校拓展活动空间，增设合适的运动项目，因地制宜规划课间活动，让孩子们的一分钟更加充实、有趣、有益。

课间的延长，要把安全顶在头上。课间延长了，孩子们在操场活动发生磕碰的几率可能增大。保障学生安全、有序、完全享有课间时光，首先要加强学校安全管理，及时排查整改安全隐患。其次要以学生喜闻乐见的方式开展安全教育，提高学生安全意识，让他们知

晓什么可为、什么不可为，从源头上降低学生课间外出活动时发生意外伤害的可能。

课间的延长，要有更多的理解包容。孩子蹦蹦跳跳，难免磕磕碰碰。相关部门应细化校内安全事故有关的法律法规，明确学校和老师的责任。学生家长需要给予学校更多包容，实现家校良性互动，让学校卸下“包袱”，放开手脚。学校则要杜绝以安全为由不让学

生离开教室、教师提前上课或拖堂挤占学生课间等事情发生，把课间一刻钟原本本交给孩子，交给操场，让孩子拥抱阳光，收获汗水。

课间时间虽然不长，却浓缩了孩子求学生涯中的七彩阳光。把课间一刻钟交给孩子，让他们快乐健康地成长，本身就是教育的应有之义。



常见成语辨析

出头露面：指显露头角，出面活动或公开出现于公众场合。有时有爱出风头，好表现自己的意思。近义词：抛头露面。反义词：缩头缩脑。例：早该有这么个人出头露面，碰碰他们的行，取消这个老规矩。用于形容人的行为。一般作谓语、定语、宾语。

川流不息：川：河流；息：停止。像河水那样流个不停。一般比喻来往的人或车辆、船只很多。出处：《论语·子罕》：“子在川上曰：逝者如斯夫，不舍昼夜。”近义词：络绎不绝。反义词：时断时续。例：电灯把井下照得通亮，一列列车在巷道里川流不息地来往行驶。多用于形容车、马、船、人的来往，也用于形容其

他。多作谓语、定语，也作状语。穿云裂石：穿透云天，震裂石头。形容声音高亢嘹亮。出处：宋·苏轼《东坡词·水龙吟序》：“善吹铁笛，嘹然有穿云裂石之声。”近义词：石破天惊。反义词：浅斟低唱。例：一声高呼如穿云裂石，吓得刽子手魂飞魄散。一般作谓语、定语。（未完待续）



我为山西朔州代言：崇福寺

《朔州日报》小记者社会系列活动之一



威严的佛像、雄伟的建筑，伴随世俗烟火而生，它们承载的不只是信仰，更是千年的日常。为了让小记者们了解家乡古迹，8月31日上午，《朔州日报》小记者们走进崇福寺开展“我为山西朔州代言”社会系列活动。

来到崇福寺，讲解员为大家讲述了崇福寺的历史背景。崇福寺始建于唐高宗麟德二年(公元665年)，又经过金扩建。自山门由南向北共5重院落，寺内弥陀殿、观音殿为金代建筑，山门为清代建筑，其余为明代建筑，是我国现存辽金时代规模最大的三大佛寺之一。大家依次参观了金刚殿、千佛阁、大雄殿、弥陀殿、观音殿五座大殿，其中弥陀殿作为主殿最为恢弘，也最具特色，其“五绝”让小记者们叹为观止。它完整保存了金代木构建筑，匾额、塑像、壁画、雕花门窗、脊饰琉璃等原作，堪称中国辽金建筑中的珍贵巨构，被誉为“金代文化艺术殿堂”。

五座大殿的建筑特点也让人惊叹，作为中国知名的早期大型木结构建筑，也是辽金木构的典型代表，不管是其屋顶的减柱营造技术，还是佛像和壁画艺术，都是中国古建筑和艺术史登峰造极的存在。

金代，一个遥远而又陌生的朝代，但在崇福寺，让我们重新认识了这个朝代。不禁感叹，历史那么远，又那么近。

来到马邑博物馆，在这里，小记者们跟随着讲解员的讲解，穿越了历史，看到了草原上肆意奔跑的马儿，看到了尉迟恭大帝的威风凛凛，看到了“马邑”，原来我们家乡的名字是这么来的。随后，大家认识了家乡的历史名人，西汉成帝妃班婕妤、中华门神尉迟恭、骁勇善战张辽等，我们的家乡真是人才辈出。大家还参观了各个文物博物馆展厅，看到了镇馆之宝——北魏曹天度九层千佛石塔的塔刹，造型非常精美，亭亭玉立彩雕回首衔鱼的雁鱼灯，春秋战国时期的各种货币、彩陶石刻以及唐朝等时期的书法字画。一座博物馆沉淀了一座城，文物沉默不语，却又与今人进行着一场跨越时空的对话，拥有着属于自己的故事，它虽不知时光，“却守护着时光”。

此次活动深受家长和小记者们的欢迎，孩子们了解了家乡文化，加深了对家乡文化的感情。同时，开拓了眼界，增长了见识，感受到了历史文物的魅力。



朔州，一座等了千年的城

最近首款国产3A游戏《黑神话：悟空》的热潮席卷全国，那些震撼人心的画面均源自实地取景，而其中超过一半灵感就来自山西。因此，这个夏天我们这座塞外小城也热闹了起来，崇福寺成了热门打卡地。朔州，一座等了千年的城，等待着人们缓缓走来……

崇福寺始建于唐高宗时期，又经辽金扩建，自山门由南向北共五重院落，寺内弥陀殿、观音殿为金代建筑，山门为清代建筑，其余为明代建筑，是我国现存辽金时代规模最大的三大佛寺之一。跟随导游姐姐，我一边听讲，一边被威严的大殿、壮观的佛像和精美壁画深深吸引。

漫步在翠柏青青的寺院里，声声钟鸣入耳，让人心旷神怡。踏着古朴的方砖，导游姐姐带领大家参观了金刚殿、千佛阁、大雄殿、弥陀殿、观音殿五座大殿。其中弥陀殿

作为主殿最为恢弘，也是游戏中的取景地之一。崇福寺的“五绝”让我赞叹不已，它完整保存了金代木构建筑，匾额、塑像、壁画、雕花门窗、脊饰琉璃等，堪称中国辽金建筑中的珍贵巨构，被誉为“金代文化艺术殿堂”。

随后我们来到马邑博物馆，大家看到了镇馆之宝——北魏曹天度九层千佛石塔的塔刹，造型精美、亭亭玉立彩雕回首衔鱼的雁鱼灯，春秋战国时期的各种货币、彩陶石刻以及唐朝等时期的书法字画。参观完毕，我们意犹未尽，恋恋不舍地离开了。

一座博物馆沉淀了一座城，站在博物馆大厅，我屏气凝神，仿佛看到历史和未来在握手，游戏里虚拟和现实双向奔赴，我仿佛听到塞外的金戈铁马阵阵回响……

市二小五(6)班 赵泓泽(本报小记者)

探寻古韵，崇福寺之行

在一个阳光明媚的周末，我，作为一名充满好奇心的《朔州日报》小记者，踏上了去往历史悠久的崇福寺的路。崇福寺，这座承载着无数故事与传说的古老庙宇，如同一位沉默的老者，静静地守候在岁月的长河中，等待着每一位访客的到来，揭开它那神秘而迷人的面纱。

踏入寺门，首先映入眼帘的是庄严古朴的建筑群，红墙灰瓦、飞檐翘角，仿佛穿越回了千年前的辽金时代，让人不由自主地静下心来，感受这份难得的宁静与祥和。

崇福寺的建筑群布局严谨，错落有致，展现了古代工匠的精湛技艺和卓越智慧。尤其是屋顶的琉璃瓦、脊饰、斗拱等构件，都体现了辽金时期建筑的独特风格。崇福寺包含金刚殿、千佛阁、大雄殿、弥陀殿、观音殿五座大殿，其中弥陀殿作为主殿最为恢弘，也最具特色，其“五绝”：匾额、塑像、壁

画、雕花门窗、脊饰琉璃让人叹为观止，被誉为“金代文化艺术殿堂”。

漫步在寺内，我被一件件珍贵的文物深深吸引，它们以生动的形象和丰富的色彩，展示了古代人民的审美观念和智慧。

在参观过程中，讲解员姐姐用她那生动有趣的语言，为我们讲述了崇福寺的传奇故事和背后的文化意义。我拿起笔记本，记录下那些珍贵的瞬间，同时也用心去感受那份跨越时空的文化传承。

随着烈日高悬，我依依不舍地告别了崇福寺。这次探索活动不仅让我领略到了古代建筑的魅力与智慧，更让我深刻体会到了中华文化的博大精深和源远流长。崇福寺，这个充满神秘与魅力的地方，也将永远镌刻在我的记忆之中。

市实验小学五(4)班 胡雨桐(本报小记者)

寻梦桑源

今天，我们和《朔州日报》小记者站的老师一起到金沙植物园观看《寻梦桑源》表演。

来到金沙植物园，表演很快就开始了。第一个节目是开场舞，许多漂亮的演员跳着优美的舞蹈，她们的脚下不时有水花升起，时而缓慢，时而急促，偶尔空中还会出现好看的光影。随后我们又表演了我们朔州的历史，蒙恬在我们这养马、北击匈奴，这就是马邑的由来。在节目的最后，我们见识了大秦铁骑的威武勇猛和雄壮。《老城往事》这个节目展现了老城的繁华景象，有沿街的地摊，有行人匆匆，好不热闹，这让我不由想起了大唐不夜城。最后一个节目是全体演员的集合表演，大家欢呼雀跃，伴着灯光、雾气以及火花尽情舞蹈，让我感受到了祖国的繁荣强大和美好的生活。最让我记忆深刻的是《千古忠义》这个节目，描述了关二爷的忠肝义胆和武艺高强。关二爷攻打樊城的时候还水淹七军，这感震华夏的一幕永远刻在了人们心中。

《寻梦桑源》是一部让人们在消夏休闲时刻尽享人文情怀、共话寻梦传奇的演出，将朔州这座老城悠远的历史文化展现得淋漓尽致。市七小三(5)班 郝好(本报小记者)

三千年历史看陕西，五千年历史看山西。山西朔州，我的家乡，拥有着丰富的历史底蕴。今天我和《朔州日报》小记者站的老师来到金沙植物园，观看《寻梦桑源》表演，了解朔州三万年前峙峪石族至新时代的文明旅程。

来到演出地点，我非常兴奋，在领到门票后，我们便跟着老师检票入园。晚上凉飕飕的，但是人却非常多，看得出人们对这场演出充满了期待。表演开始了，第一个节目就非常震撼，

夏日，是一幅浓墨重彩的画卷。它以绵延不绝的高山为背景，古人曾云：“绿遍山原白满川，子规声里雨如烟。”这幅画，仿佛是大自然最悠扬的乐章，让人心旷神怡。夏天，还是一篮丰收的喜悦。金黄的梅子与绚烂的花朵交相辉映，正如诗句所言：“梅子金黄杏子肥，麦花雪白菜花稀。”然而，谈及夏天，最不能忘却的，莫过于那亭亭玉立的荷花，她不仅是季节的使者，更是无数文人墨客笔下不朽的篇章。

王昌龄的《采莲曲》轻吟着“荷叶罗裙一色裁，芙蓉向脸两边开”，以其独特的视角展现了采莲女的纯真与荷花的娇艳；卢照邻的《曲池荷》则描绘了“浮香绕曲岸，圆影覆华池”的景致，令人仿佛置身于那香远益清的世界；而杨万里的《小池》更是以“小荷才露

观看《寻梦桑源》

演员们在舞台上翩翩起舞，脚下的湖水倒映着她们的的身影，就像一幅绝美画卷一样。随后我们又观看了班婕妤的团扇舞，马邑传奇，还有北击匈奴、骁勇善战的尉迟恭。让我感悟最深的节目是《昭君出塞》，表演中，共有两个“王昭君”，一个穿着金黄的衣服，一个穿着红色的衣服，不一样的衣服展现出不一样的风采，王昭君本来就

美，再配上柔美轻盈的舞姿和山水融为一体，真的好美。据了解，《寻梦桑源》演出以天为幕、湖为台、山水为景，运用声、光、电、影、水幕、喷泉等技术，将自然景观与人文历史融合，唯美地展示朔州儿女建设美丽家园的奋斗精神。

朔城区二小六(8)班 路承轩(本报小记者)



夏天的诗笺

尖尖角，早有蜻蜓立上头”的细腻笔触，捕捉了夏日清晨的第一抹生机。“莲溪先生”周敦颐以“出淤泥而不染，濯清涟而不妖”高度概括了荷花的高洁品质，这不仅是对荷花的赞美，更是对高尚人格的颂扬。在炎炎烈日下，荷花仿佛拥有天然的护盾，不畏酷暑，独守一方清凉。漫步于荷塘边，微风拂面，携带着淡淡的荷香，令人心旷神怡，仿佛所有的烦恼都随之消散。

站绿意盎然，我的目光总会被那几点嫩粉所吸引，它们如同羞涩的少女，亭亭玉立于碧波之上。细看之下，白的如雪，纯洁无瑕；粉的似霞，温婉动人；而那白里透红的荷花，更像是穿着花边彩裙的小姑娘，活泼又不失端庄。荷花之美，不仅在于其形态之雅、色彩之艳，更在于其蕴含的高洁之志与纯洁之心。

“叶上初阳干宿雨，水面清圆，一一风荷举。”每当读到这句诗我的眼前就会浮现出夏天那荷叶田田，荷花亭亭的画面，心灵便也在这份宁静与美好中得到洗礼与升华。

平鲁区启明实验学校六(10)班 孟繁梓(本报小记者) 指导教师：郝爱平