

本报公益活动进校园帮孩子减压

心理专家进校园”首站松雷中学,特邀专家“开方”助力中考

□本报记者
杨茉 梁潇
文/摄

中考考验的不仅是考生的知识储备,更是考生的心理素质。中考临近,焦虑、易怒、失眠等各种“考前病”困扰着考生和家长。为了让考生和家长能以积极平稳的心态去面对中考,让孩子摆脱心理的“魔咒”,考出更理想的成绩,新晚报启动了“心理专家进校园”公益行活动,特邀心理专家在昨日首站来到松雷中学,现场为考生家长传授如何攻破考试心理难关的诀窍,“开方”减压助力中考。

考前易出现四类心理问题 多鼓励和尊重比打骂好使

此次活动由新晚报主办,精锐教育协办,首场公益行活动在松雷中学举行。哈三中资深心理高级教师,国家二级心理咨询师、心理催眠师冯素艳老师,向在座现场数百名初四考生家长传授“心经”:考试前大多数学生会出现学习动机不强、自信心不足;任意无知、盲目乐观;期望值高、压力大、复习效果不佳;逃避现实、顾左右而言他四类心理问题。

当孩子出现学习动机不强、对短时间内提高成绩自信心不足的问题时,家长需要从建立信心、多鼓励孩子方面入手。因为中考前三个月的复习很关键,不要放弃,后期努力的作用也很大。当孩子出现贪玩、压力过小的情况,则需要家长经常督促,可以适当增加压力,但要注意语言别过激。

当孩子因期望过高压力过大时,家长要让孩子尽量降低压力,以有效的复习行为代替想要超常发挥的渴望。如果孩子出现早恋、“单相思”、沉湎于网络游戏等逃避



心理专家传授减压诀窍,助力中考。

现实的行为时,家长一定要将“尊重”孩子作为解决这类问题的前提,帮助孩子将注意力转移回备考上来。

之后,哈医大四院精神心理科医生金婷和冯素艳老师,接受了家长的现场提问,就考生们出现的不同问题进行了个性化分析,得到了参会家长的广泛好评。

中考在即学会分配精力 打造高效课堂

距离中考仅剩70天,现在是

考生拼毅力、拼学习方法的时候,如何有的放矢地高效复习?精锐教育老师提醒考生,针对近日各区进行的中考一模考试,家长一定要积极督促孩子找到试卷中所暴露出的问题。同时,学生要向课堂要效率,不要疲劳战术,上好每一堂课,要达到集查缺补漏+专项题型强化+考试能力三个方面的综合提升。在知识点掌握清晰以及对应类型题完全会做的情况下,考生要努力提升应试方面的技巧,确保在会知识会做题的情况下拿到尽量高的分数,避免

丢“冤枉分”。

集体午睡体育课全员上 保证考生身心健康

新晚报记者在活动现场采访时了解到,随着中考临近,初四学生备考心理上会出现很多起伏。对此,除了日常教学工作外,松雷中学初四学年的老师们特别关注孩子的心理健康,发现学生有任何心理异常都会主动沟通,找学生们谈心帮他们解决现有困惑。

学校还为学生们开设了很多人性化服务,为了保持学生学习体力,学校中午为学生安排了午睡时间。虽然初四学生学习紧张,但学校特别强调体育课必须全员参加,让学生能够劳逸结合,放松身心。



“马云乡村教师奖”申报 截止日期推迟至5月20日

门槛不高,符合这个条件即可申报

本报讯(记者 王骁)昨日,马云公益基金会发布消息,“马云乡村教师奖”及“马云乡村校长计划”申报截止日期推迟至5月20日。新晚报记者获悉,从3月20日报名启动以来,我省已有11人正式报名。

2018届“马云乡村教师奖”和“马云乡村校长计划”于3月20日起开始接受一线乡村教师、校长申报,原定截止日期为4月30日。新晚报记者获悉,截至昨天,“马云乡村教师奖”已有430人申报;乡村校长计划由于采用推荐制,已有41名校长的材料被推荐至基金会。

对于此次推迟截止日期,马云公益基金会表示,一是今年申报面向全国832个集中连片特困地区县、国家级扶贫县及浙江省的一线乡村教师,这些县域的乡村教师由于网络等原因,接到申报信息相对会有延迟;二是为了选拔出更多优秀的乡村教师和校长。

据介绍,具体的申报须知和条件已在马云公益基金会官网、APP以及微信公众号和官方微博公布,申报者的申请材料须统一通过官网(www.mayun.xin)提交,项目进

展等相关信息也会统一通过官网发布。

新晚报作为该活动东北地区唯一合作媒体,多年来参与申报、评选的全过程。目前,马云公益基金会各项目接受申报已近一月,在申报中他们得知很多乡村一线教师和校长担心不符合条件不敢申报。据了解,乡村教师计划和校长计划满足申报的条件并不高,不需要任何证书、盖章证明材料,简单来说,只需符合“连续任教或担任正校长职务三年以上”即可申报。

■提示

马云公益基金会提醒申报者,在线申报前必须先注册,之后一定要牢记注册的登录账号和密码,成功提交后再次登录可预览申报的内容。

在申报过程中有任何问题,均可通过如下方式进行咨询:

“马云乡村教师奖”邮箱:teacher@mayun.xin

“马云乡村校长计划”邮箱:headmaster@mayun.xin



操作机器人,小选手老“溜”了。

夺球投篮 搬运木块 勇闯迷宫 全市学机器人的学生 昨天来了场“大比武”

本报讯(记者 王铁军 文/摄)夺球投篮、搬运木块、折返跑竞速、循轨迹勇闯迷宫,操控无人飞机飞过障碍……昨天,在群力三中球馆内举办的哈市中小学生信息技术综合比赛总决赛现场,这些各式各样的机器人被学生们在手上玩得既听话又“无所不能”。

新晚报记者昨天在大赛现场看到,来自全市中小学校的选手们齐聚在这里,参加由哈尔滨市科协、哈尔滨市教育局主办的2018年哈尔滨市中小学生信息技术综合比赛总决赛。据了

解,本次比赛共有3000多人报名参加。经过各区、县(市)的选拔,有1000多名选手参加了昨天的总决赛。

据介绍,2018年哈尔滨市中小学生信息技术综合比赛总决赛也是中国青少年机器人大赛和全国中小学生电脑制作活动的市级选拔赛,获胜的队伍将代表哈市出征省级、国家级机器人大赛。



扫码

看大赛视频

全英文实战分析企业案例 哈工大“会计”团队 进军全国大赛

本报讯(记者 李木双)14日,第八届“IMA校园管理会计案例大赛”东北三省赛区决赛在哈尔滨商业大学图书馆举行。哈工大hittersPt团队在决赛中获得冠军,并将参加全国比赛。据悉,全国总冠军将获得赴美参加全球IMA年会以及游学机会。

IMA全球董事、对外经贸大学教授浦军在接受新晚报记者采访时表示,IMA校园管理会计案例大赛是由美国管理会计师协会(IMA)组织的全球性校园公益活动,旨在给在校大学生提供透视商业环境、理解商业思维、提升职业竞争力,并在步入职场前获得一次充分提升职业意识和商业知识的机会。

该案例大赛于2009年首次向中国高校开放,至今已成功举办七届,共吸引1500多所高校超过200万名大学生关注,2.1万多名学生报名参赛,其中2000多名优秀参赛选手被知名企业选拔录用。此次的东北赛区决赛由IMA美国管理会计师协会中国教育分会、哈尔滨商业大学、汇智会计学校主办。

与往届不同,今年首次选用了国内企业真实案例作为大赛案例题。从东北三省报名参赛的54支队伍中脱颖而出6支队伍,参加了14日的决赛。各参赛团队全程用英文对案例分析,进行了阐述和讲解。最终,来自哈尔滨工业大学的团队获得东北赛区冠军,并赢得5000元奖金。在随后举行的“第一届哈尔滨管理会计高峰论坛”上,专家表示大赛也是很多企业提前选拔优秀后备人才的途径,东北赛区参赛者的经济理念感知以及英文能力比前七届都有所提高。