



核心提示

又是一年开学季,精彩的校园生活正在向莘莘学子招手,追梦少年将再次起航。秋高气爽,阳光灿烂。新学年,新起点。你,准备好了吗?

# 你好,新学年!

本报记者 于嘉晨 赵晓凤 申昕

## 怀揣梦想 开启新旅途

开学在即,对于那些将要迈入新学校的孩子们而言,更是满怀斗志,准备好在新的起点迎接新的挑战。

程家宁将在新学期成为一名初中生,他难掩兴奋:“小学6年转瞬即逝,再开学,我将到一所新的学校,踏上一个新的起点,开始一段新的求学之旅。在小学的最后暑假,我通过自学预习了初中课本,对新学期充满信心、充满期待!”

康书涵在今年夏季经历了中考,即将迈入安阳市第一中学的校门。在她看来,新学校,新学年就像手

握一本全新的故事书,每一页都充满了无限的可能和未知的冒险。“我觉得高中阶段是我们求学道路上至关重要的阶段。作为一名高一新生,面对陌生的环境和全新的挑战,难免会有些紧张,但我并不畏惧,我会保持积极的心态和坚定的信念,尽快调整好自己的状态,适应新环境,消除心理压力,更好地融入校园学习和生活。”康书涵说。

高考过后,路文佳收到了来自中国消防救援学院的录取通知书,9月,他将作为一名大学新生去往

首都北京开始求学生涯。“今年暑假我收获颇多,去驾校学车,考了驾驶证,学会了一项新技能;在自家门市帮助爸妈装货、看店,体会到了父母的辛苦;计划好的健身和学英语虽然进度不快,但也在坚持。”路文佳说,“青春逢盛世,奋斗正当时。大学生活对我而言是陌生的,是新的机遇、新的挑战,孕育着新的希望和憧憬,我渴望在新学校体验不同的精彩,同时也期待自己在这段崭新的旅途中激扬青春,不负韶华。”

## 全力冲刺 迎接新挑战

随着新学期的钟声敲响,即将步入九年级、高三和大四的学生,都将在这一年为阶段性的学习画上一个句号,同时,以全力冲刺的姿态,迎接即将到来的挑战与机遇。

“新学期意味着我们将正式踏入初中学习的最后一年,也是为中考做准备的关键时期。”即将升入九年级的学生王子瑜表示,这一年是他能否顺利进入理想高中的关键年,也是未来学习之路中关键的一环。因此,他会带着饱满的热情和坚定的信念投入紧张而有序的学习。“课堂上,认真听讲,积极思考;

课后,主动复习,查漏补缺。我相信,只要全力以赴,就一定能在中考中取得优异的成绩,考入理想高中。”王子瑜说。

而对于即将上高三的学生来说,新学年则意味着他们即将迎来人生的一次重要考验——高考。“高中课程基本上已经学完了,高三这一年,是知识与心理的双重考验,我要做的就是调整到自己的最佳状态。”即将升入高三的马鹏举表示,暑假期间,他制订了详细的学习计划,并且按部就班地进行课业复习。“我要做的就是调整好心态,保持积极乐观的态度,以

最佳的状态迎接高考。”马鹏举说。

而对于即将毕业的大四学生来说,新学年则意味着他们即将走出象牙塔,步入社会的“大熔炉”。这一年的努力也将决定他们未来的职业发展和人生道路。“是考研还是尝试就业,我现在也是两手准备。”即将升入大四的学生魏豆豆说,无论选择哪条路,在新学期,她都将以更高、更严格的标准要求自己,投入毕业论文的撰写、实习求职以及职业规划,提升自己的专业技能和综合素质,积极寻找适合自己的工作机会和发展平台。

## 茁壮成长 完成新目标

如何更好地从暑假轻松惬意的状态中调整过来,顺利过渡到紧张而充实的学习生活中,是同学们需要完成的第一个小目标。

赵语婕将成为二年级的学生,她兴奋地谈起了即将开始的新学年:“对于二年级的生活,我特别期待。因为我们会学到更多有趣的新知识,也会有更多的课外活动可以参加,我会更加努力地学习,让自己的成绩更上一层楼。”

“暑假我已经提前预习了八年级的新科目——物理。”即将升入八年级的赵润初说,八年级是初中阶段的一个重要转折点,所以他在暑假期间就已做好学习准备和安排,随时迎接新的挑战。“万事开头难,在新学期,我会让自己时刻保持兴奋和努力,一直坚持到最后。”赵润初说。

“时间过得真快,感觉中考刚结束,高考就快来了。我现在要做的就是在高一、高二打下扎实的

基础,学习上不留任何‘债务’。”即将升入高二的李宇航说,认真、勤奋地搞好基础学习和双基训练是他当前的主要任务。为了提高学习效率,暑假期间,他和班里的几名同学组成了学习小组,从未停下学习的脚步。“我的目标是航空航天领域,我一定要考上心仪的大学,学习自己热爱的专业,为祖国的发展建设贡献力量。”李宇航的脸上写满了坚定与自信。

## 安全教育 护航新学期

在老师心中,安全教育是“开学第一课”至关重要的内容。

“马上就要开学了,我希望同学们在新学期要调整好心态,合理安排时间,早睡早起,将作息规律从‘假期模式’调整为‘开学模式’,以良好的身心状态投入新学期的学习生活。另外,学校可能会在刚开学时组织比较多的活动,比如升旗仪式、课间操等,我会叮嘱孩子们一定要有组织、有纪律地按照规定的路线走,杜绝上下楼梯踩踏等安全事故的发生。”安阳县白

壁镇白壁集中小学教师张攀说。

在安东第一实验学校教师李静看来,“开学第一课”要先上安全课。“我总是告诉学生,安全最重要,一定要学会保护自己。比如,未满12周岁的学生不能骑自行车上路;不要带危险物品、违禁物品来学校,如果美术课需要使用剪刀也要选择安全剪刀;在学校遇到任何情况、任何事情,要第一时间找老师,老师是最帮助你解决校园问题的人……安全工作一直是学校工作的重中之重,希望每个孩子都能快

快乐上学来,平平安安回家去。”李静说。

朱紫灵是安阳市第二十一中学的一名历史老师,她说:“安全永远是第一位的,它关乎每一个学生的生命和未来。我在每个学期的‘开学第一课’都会反复强调安全的重要性,防溺水、防诈骗、防欺凌,注重交通安全、食品安全,不要和社会不良人员接触交往,不参与违法乱纪活动。希望每个孩子都能树立起‘人人学安全,人人懂安全,人人都平安’的理念,健康、快乐、平安地成长。”

## 信任陪伴 点亮新希望

面对“开学模式”的重启,家长同孩子一样,提前做好各种准备,精神饱满地迎接新学期的到来。

王博博是七年级新生周小楨的家长。近来,她看了许多有关教育的书籍、课程。“孩子的茁壮成长包括让他拥有健康体魄、成熟心智、正确的价值观,这并非易事。升入初中,无论对孩子还是家长,都是全新的开始,比如辅导初中生功课,与青春少年的沟通等,这些对于我和孩子爸爸来说都是新课题。所以我们也抓紧学习,希望能找到与青春孩子相处、交流

的正确方法,当合格父母。”王博博说。

这个学期,高中生王昊将成为寄宿生,开始集体生活。他的父母跟他一样,期待中又有一丝焦虑:孩子能适应吗?能很好地消解分离焦虑情绪吗?孩子总要成长,寄宿对提升孩子与人交往能力、独立自主能力都有很大帮助。作为家长,应该鼓励、引导、教育孩子学习掌握一些必要的生活技能,并给予孩子信任和支持。”王昊的父亲表示,为帮助孩子更好地适应寄宿生活,暑假期间,他有意识地培养王昊洗衣叠被、

卫生保持、时间管理等日常生活的管理能力。

面对开学,小学生李恒恒的母亲、从事教育工作的李慧则显得游刃有余。她提前两周帮助孩子按照学校的作息时间安排好生活,比如,减少孩子看电视、玩游戏的时间,与孩子一起制定新学期的目标和计划等。她自己减少了玩手机的时间,身体力行地影响、感染孩子。“新学期,我对恒恒有一如既往的希冀,希望他能多读书、读好书,多实践、多探索,做到全面发展。”李慧说。

## 开足马力 打造新亮点

焕然一新的教室、丰富多彩的活动、形式多样的“开学第一课”……近来,我市各中小学校纷纷开足马力,用“新”迎接返校学子,确保平安、顺利开学。

心理教育、爱国教育、安全教育、法治教育、思政教育……连日来,我市各中小学校以“开学第一课”为契机,准备了精彩纷呈的人学教育活动。

“形式新颖、精彩纷呈的活动不仅能让学生迅速了解学校,融入校园生活,更重要的是可以将理想信

念教育、价值观念引领、学习生活帮扶、文明安全教育等传递到每名学子心中,激励他们以奋斗姿态迎接新学年的到来。”市南关小学校长董晨毅表示,“开学后,我们还会针对不同年龄段学生的特点,在班级内开展诸如暑期生活分享会、新目标交流会等活动,缓解学生的紧张心情,引导鼓励学生以积极心态投入新学期的学习和生活。”

开学在即,沉寂了一个暑期的校园将再次充满欢

声笑语。位于文峰区的市北门西小学已经装扮一新,静待学生返校。“暑期,我们对校园内外进行了净化、绿化、美化,并新增设了诗词教育展厅(风雅诗轩),帮助学生更好地学习、理解中华优秀传统文化,丰富学生的校园生活。”市北门西小学校长党海珍表示,学校将继续加强校园文化建设,让学生在浓郁的文化氛围中树立文化自信,让中华优秀传统文化可感、可知、可学。



北关区莲花学校老师提前到校布置教室 (本报记者 王嘉晨 摄)



新生报到现场(本报记者 王嘉晨 摄)

### 踏上新旅程 迎接新挑战

@水培小猫咪:新学年,迈进新校园,对于一年级新生来说就像是踏上一段全新的旅程,将要迎接全新的挑战。不管是小学一年级,还是初中、高中、大学的一年级,学生都要积极调整好心态,努力学习本领,去实现自己的理想。



### 开学收心再续航

@哟哟哟哟哟:开学的钟声响起,收复一下假期的玩心,整理一下亢奋中凌乱的思绪,恢复一下愉悦兴奋状态中迷茫的自己,调节一下新学年、新起点的脚步,积极向上地面对新学期的学习状态。

### 全速奔跑 向梦想出发

@傲娇的猫七七:高三是一场关于知识的竞赛,也是一场关于意志、毅力与心态的较量。在这一年里,你可能会遇到各种各样的困难和挫折,但请记住,每一次挑战都是一次成长的机会。不要害怕失败,因为失败并不可怕,可怕的是失去再次尝试的勇气。当你感到疲惫和迷茫时,不妨停下脚步,深呼吸,告诉自己“我可以做到!”然后重新调整状态,继续前行。

### “开学第一课”安全最重要

@宇宙小百科:每次新学期的“开学第一课”,老师都会向我们强调安全的重要性。消防安全、交通安全、校园安全……只有在生活中保护好自己,才能健康成长、好好学习,走好人生每一步。

### 做好角色转换 与孩子一同成长

@minmin:这一代孩子有着更强的自我意识和独立思考能力,有无限潜能,我们要学着做情绪稳定的、智慧的家,主动调整心态,做好角色转换,与孩子一同成长。

### 加强校园文化建设

@黑糖:精心组织校园文化活动,加强校园文化建设,把德育、智育、体育、美育、劳育渗透到校园文化活动中和校园环境中,可以使学生在潜移默化中受到影响,思想感情得到熏陶、精神生活得到充实、道德境界得到升华。



参加军训的学生精神饱满(本报记者 王嘉晨 摄)