



今日泰山

# 军训首日累出不少病号

有同学直言:放假光玩电脑看电视,身体“生锈”了



## 分享假期经历 和新学期打算

本报泰安9月1日讯(记者 王伟强 见习记者 王鹏) 1日,泰山博文中学的学生在班会上交流在暑假的经历和新学期的打算,作为新学期入学的第一课。

1日上午,记者来到泰山博文中学教学楼三楼,听见教室里传来了热烈的讨论声。走进北侧初二(4)班,只见教室的黑板上写着“放飞希望 成就梦想”八个大字,周围画满了花和竹子,学生们正七八个人一组,围坐在一起相互交流着暑假的生活。几分钟后,两位小主持人走上讲台,宣布新学期的第一堂课正式开始,接着下面的学生就涌上讲台,纷纷向大家分享他们的暑假经历和新学期的打算。

初二(4)班班主任侯晓燕介绍,这是他们新学期的第一堂课,因为学生们现在升入初二了,学会自主学习、确立学习目标显得尤为重要。“今天的这场班会,我们让学生自己组织、自由发言,在班会上说出他们假期有意义的经历和新学期的新打算,在相互交流中不仅能增进彼此之间的感情,同时还能借鉴学习经验,相互启发,让学生们尽快调整好心态。”侯晓燕说。

## 想成就好梦想 要先有好习惯

本报泰安9月1日讯(记者 王鹏) 今天上午,大型公益活动《开学第一课》在中央电视台播出。为了能更好地引导学生今后的发展,泰安市实验学校二年级十班的班主任“借题发挥”,专门为学生召开了《养成好习惯,成就好梦想》的主题班会。

“我长大以后想当警察”、“我想当一名老师”“我希望以后能成为诚实守信的商人”……1日上午10点左右,在泰安市实验学校二年级十班的主题班会上,小学生争先恐后地讲述自己的梦想。等大部分学生讲述完梦想后,班主任武晶发话了:“大家要实现理想,首先应该具备好习惯。”听到老师说到“好习惯”,学生们又按捺不住了,开始说自己的好习惯,有的学生甚至还自我批评在平时学习和生活中不好的习惯。

“之所以举行这场班会,主要是想借《开学第一课》,让学生更好地理解这堂课的意义,从身边的事说起。”二年级十班班主任武晶说。

本报泰安9月1日讯(记者 赵兴超 王伟强 见习记者 王鹏) 9月1日,泰城各中小学开学后纷纷开始军训,而不少学生经过安逸的假期,身体素质变差,在首日的军训中就有些吃不消。

1日,在泰山外国语学校的操场上,高一年级新生正在进行军训。虽然刚刚9点多钟,头顶上的烈日已经初显威力,不一会新生们的额头上就渗出了滴滴汗珠,不时有支撑不住的学生向教官申请休息。在树阴下的休息

点,一名因有些头晕而休息的高一男生说:“平时我的身体还是挺好的,不知是什么原因今天站了一会就晕倒了。可能是在暑假一直待在家里,除了玩电脑就是看电视,让身体‘生锈’了,得先休息一下。”另一位只穿了迷彩上衣的同学告诉记者,暑假他的体重增长了近20斤,最大号军训服也穿不上,只能穿自己带的裤子。刚站了半小时,他的汗就湿透了衣服,呼吸也有些困难。

同样在泰安市第二中学的军训现场,也有不少初一新生成了

军训场上的“逃兵”。上午9点左右,当时学校正在操场上举行新生军训的开训仪式,仪式开始没多久,好多站在后面的初一新生已经坐在了草地上,脸颊、后背上不断地淌着汗。这时记者看到有一位身穿迷彩服的女生被老师扶着从操场上走到树荫下,她坐下后就趴在桌子上,那位陪她一起来的老师忙倒了一杯水给她,还不停地安慰她。“孩子刚才站着的时候突然觉得喘不上气来,脸也有点发红。自己就扶着她过来休息一会,要是还好的

话,就打电话让她的父母过来接回家。”这位老师说道。这时记者注意到,有十几位学生正坐在操场北侧的这片树荫底下休息。后来当记者离开的时候,发现那位女生被她的家长领着走出校门。

据泰山博文中学初一(6)班的班主任张腾介绍,学生军训出现身体不适应的情况,一方面是由于学生刚刚经历一个假期,精神状态还没有调整过来,另一方面也和学生现在的身体素质差有关系。



▲1日上午,在泰山实验中学一零级五班门口,新生们排队等待进教室。 本报记者 陈琳 摄

## 790名新生领到新书包

刚上学就收到大礼,真恣儿!

本报泰安9月1日讯(记者 侯艳艳) 开学第一天,泰城两所小学的一年级新生就收到了一份开学大礼——新书包。当天,东风日产嘉信汽贸有限责任公司总经理蒋华和迎胜小学的于校长一起为这些新生代表发放了新书包(如图)。东风日产嘉信汽贸有限责任公司工作人员又来到泰安市仓库路小学,为学校的530名新生发放了新书包。

据了解,泰安市第一实验学校的新生还没有入学,待这些新生入学后,本报将与东风日产嘉信汽贸有限责任公司的工作人员一起,为650名新生送出开学礼包。



泰安市东风日产嘉信总经理蒋华(右一)为一年级新生发书包。 本报记者 刘丽 摄

## 28名“福娃” 就近入学

本报泰安9月1日讯(记者 侯海燕) “今天,我第一次用上了带彩色插图的课本,这书真好看!”1日,温泉路小学三年级新生徐杰告诉记者。与徐杰一样,泰安市儿童福利院的28名孩子背着新书包,开始了学习生活。

1日上午,记者在温泉路小学二年级1班,见到了正在上语文课的徐杰。11岁的徐杰说,在来温泉路小学之前,她一直在新泰老家的一所农村小学读书,在这之前她从来都没有用过有彩色插图的课本。“第一次用彩色课本,我晚上放学回家得赶紧给新书包上书皮儿,别弄坏了。”徐杰仔细地摸着新书包珍惜地说。泰安市儿童福利院副院长盛强介绍,为了让孩子们顺利适应学校的学习和生活,福利院的老师们在开学前一周就忙着给新入学的孩子准备上学物品了。今年,福利院的28名孩子全部就近到温泉路小学就读。

1日中午,儿童福利院的班车以及学校两名老师准时出现在温泉路小学门口。福利院的老师介绍,这28名孩子中,有2名孩子行动不方便,学校派专车每天接送他们。

## 有学生上课哈欠连连

快调整生物钟,收收心吧!

本报泰安9月1日讯(记者 侯艳艳) 轻松的暑假生活结束了,1日,泰安市的中小学生重新背起书包,开始新学期的学习。经过一个多月的假期,部分学生开学第一天出现了上课打哈欠等种种不适应情况。

1日上午11点,记者在仓库路小学二年级一教室外看到,几名学生在听讲过程中捂着嘴巴接连打起了哈欠。上课打哈欠的学生小李说:“我暑假里7点起床,现在起床时间

变成了6点半,头两节课还不犯困,后来上课就不断打起哈欠了。”学生小石告诉记者,她暑假里基本都是7点后起床,而且在家里做什么都很随意,“今天上课时就感觉犯困,听课也不能集中精力。”记者从这个班了解到,近一半学生暑假期间7点之后起床,虽然不少家长和老师要求学生开学前一周就开始调整生物钟,但仍有部分学生开学后出现打哈欠、忘带作业等不适应开学节奏

的情况。

针对部分学生开学首日出现的不适应状态,泰安阳光心灵心理咨询中心的刘琳主任介绍,学生需要经历一个开学适应期才能逐渐适应正常的学习生活,要逐渐进入角色,家长、老师首先应为孩子收心,使孩子从心理上重视起来。其次,家长要及时为孩子调整生物钟,不能再像暑假一样放纵孩子晚睡晚起,最好和孩子保持一致的作息时间。