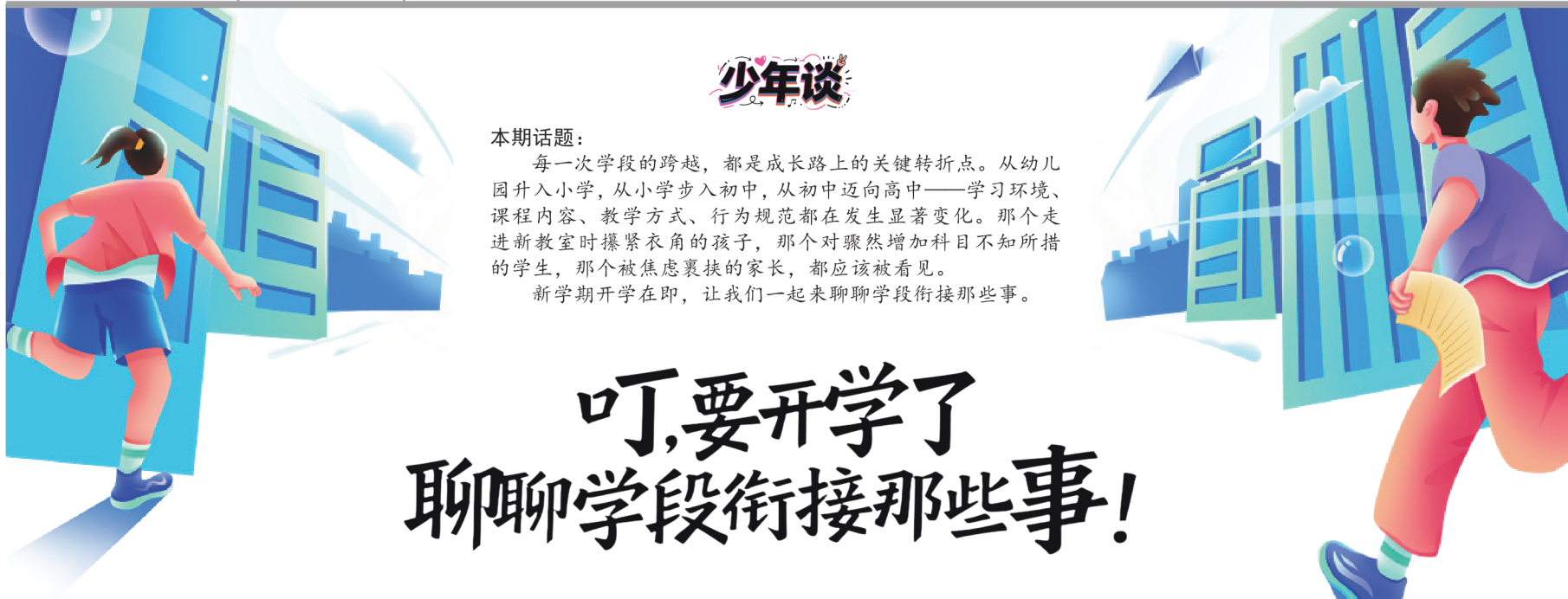




少年谈

本期话题：

每一次学段的跨越，都是成长路上的关键转折点。从幼儿园升入小学，从小学步入初中，从初中迈向高中——学习环境、课程内容、教学方式、行为规范都在发生显著变化。那个走进新教室时攥紧衣角的孩子，那个对骤然增加科目不知所措的学生，那个被焦虑裹挟的家长，都应该被看见。

新学期开学在即，让我们一起来聊聊学段衔接那些事。

叮,要开学了 聊聊学段衔接那些事!

写给孩子：带着担忧与底气出发

还有几天，你们就要正式成为一年级新生了。你将告别幼儿园的肆意奔跑，走向教室里的端坐聆听；将告别以自我为中心的快乐游戏，走向规则约束下的知识加码。你有信心过好一年级生活吗？

或有担忧，但我相信你有足够的底气出发。接下来，我们不妨从以下几个方面准备起来——

尝试建立秩序感。每晚睡前独自整理第二天的物品，让书包、文具、水杯回到它们的家。从管理物品到管理时间，从而管理学习。当课堂铃响起，这种秩序感会帮你懂得倾听的乐趣，快速进入学习状态。

尝试发展抗挫力。为了系好自己的鞋带，你会

重复练习几十遍；一个拼音记不住，也会反复读上一遍又一遍。这颗名为“抗挫力”的种子，会在未来求学路上帮你逢山开路，遇水搭桥。

尝试敬畏边界感。每天十五分钟，只读书，不交谈，不走动。动如脱兔，静如止水。在动与静间自由切换，正是送给自己最好的礼物——它让你明白，自由不是随心所欲，而是拥有选择安静或喧闹的能力。

只要你在细小日常中不断建立秩序感、提升抗挫力、把握边界感，信心就会越来越充足！

文 / 李宣霖（长沙市天心区兴隆小学教研主任）

我用三年，在心里养着一片森林

下个月我将去往南京，开启四年大学生活。得知录取结果的那个晚上，我正站在海南尖峰岭的半山腰，灯诱的白布刚刚挂好，趋光性昆虫陆续靠拢。手机屏幕亮起——南京农业大学植物保护专业，我被录取了。那一刻，我的爱好和专业终于相遇。

回过头看，高中三年我没有淹没在题海里，也没有被焦虑吞噬。这三年中，我登上过青海的高原，看金雕盘旋在雪山之巅；在大熊猫国家公园的村子里做过田野调查；也站上过联合国教科文组织的会场，分享自然观察的心得。我不是被推着走的，而是被吸引着往前跑。

很幸运，我早早找到了自己的兴趣——自然。从小喜欢看昆虫和鸟类，琢磨植物的生存智慧。这份喜爱慢慢成为学习的动力：生物课上的知识，我会联想野外见闻；英语阅读里遇到人与自然的主题，我会格外认真；语文课上读到“行到水穷处，坐看云起时”，我真的体会到了那种从容。

当学习和热爱连在一起，其实根本不需要别人催。

如果你现在还没找到这样的热爱，也没关系。高一正是尝试的好时候。别把课余时间都交给电子屏幕，多去亲身体验：打一场球、画一幅画、爬一座山、逛一座博物馆……哪件事让你做完还想继续，哪件事让你一想起来就坐不住——那束光，就在那里。

高中三年，很多人用分数衡量自己。但对我来说，最清晰的回响不是考场上的笔尖沙沙，而是内心那个声音——我已经知道自己想成为什么样的人。这比任何排名都珍贵。学习不是为了取悦别人，而是每一次翻开课本，都在为那个想成为的自己铺路。

最值得庆幸的是，我从未把梦想寄放在“高考之后”。我没有对自己说“等考上大学再去做热爱的事”，而是一边解着方程、背着单词，一边在心里养着一片森林。学习与追梦，在我这里不是先后关系，而是同一件事。

文 / 谢燕翔（湖南师大附中梅溪湖中学高2307班毕业生，南京农业大学植保学院准大一学生）

写给家长：一年级，读书那些事儿

作为一个有三十五年教龄的语文老师，我想跟家长聊聊“一年级读书那些事儿”。

零起点入学，不识字也能“阅读”。不是因为认字才能开始阅读，而是因为阅读能更好地帮助我们认字。亲子共读、先听书再读书、看图画书，都是非常好的幼儿阅读方式。阅读的价值远不只认识汉字，它还拥有温暖的治愈力量——孩子成长中的困惑、情绪上的小烦恼，大多能在书本里找到答案。

对于低年级学生而言，爱读书比会读书重要一百倍。所以一年级选书的第一准则是选孩子愿意读、喜欢读的书。其次，优先选择孩子能大致“看懂”的书，绘本里生动的图画可以辅助理解。适当时候兼顾学用结合，如入学前后挑选缓解焦虑的读物，如《小学有什么》《小魔怪要上学》等；也可选优质注音读物，学习拼音，拓展识字量。

要让一年级娃儿爱上阅读，不妨实现四个转变：从“玩”到“读”——选择与孩子爱玩内容相关

的图书，开启阅读之旅。

从“陪”到“养”——建议家长每天留出固定亲子共读时光，你一段我一段轮流朗读，或角色扮演，或大小声跟读。当阅读等于快乐的亲子陪伴，孩子会缠着你一起读。

从“必须”到“奖励”——别板着脸催“你今天又没看书”，可以把“读书”“买书”当作奖励，或用彩纸包好书，以抽盲盒形式增添仪式感与趣味。

从“考问”到“聊书”——别总问“你读懂了什么”，把自己当成共读者，平等地聊：翻开扉页猜故事，看到插图猜情节，读完全书分享最喜欢的人物。让孩子觉得阅读没有压力，只有乐趣。

为孩子种下“爱阅读”的种子，待到生根发芽，拼音、生字、课文理解、书面表达，都会自然而然生长出来。

文 / 李虹（湖南大学子弟小学语文教师、特级教师）

给孩子们搭一个缓坡

长郡梅溪湖智谷学校是一所九年一贯制学校，学段衔接这件事，我特别有感触。

幼小衔接，最让我心疼的是一年级新生的眼神。开学头几周，总有几个孩子哭得满脸通红。不是孩子脆弱，是他们在幼儿园过的是另一种生活——跟着老师唱歌、做游戏，不用坐四十分钟，更不用独立开展学科学习。还有家长的焦虑：一年级孩子的专注力上限只有十五到二十分钟，可不少家长在家给孩子加码，一坐就是一个小时。坐不住就被批评，他从此觉得学习是件痛苦的事，这笔账怎么算？

所以我们给一年级设一个月的“适应期”。老师带着孩子认识厕所、水房、自己的课桌；教他们听到铃声回教室、发言前先举手……一个月下来，孩子眼里那点怯生生的光，慢慢变成笃定。

小初衔接，我们同样花了大力气。六年级孩子不知道初中的课堂长什么样，于是我们把初中和小学的老师拢在一起搞联合教研，开设小初衔接课程——初中老师到六年级上课，六年级孩子到初中实验室来上课。初中语文教师要给六年级学生上《三借芭蕉扇》，我手把手指导他：衔接课不追求“把知识讲透”，核心目标是“提前体验，缓解焦虑”。几番调整后，这位老师的课上有了动漫片段、开放提问、讨论和笑声。结束时，一个男孩跑来问：“老师，初中的课都这么有意思吗？”当他们对初中燃起热情，一切都好办起来。

我们要给孩子们搭一个缓坡、一个缓冲带——这是我常跟老师们说的一句话。

口述 / 张素梅（长沙市长郡梅溪湖智谷学校校长），整理 / 刘秋香