

专家:高考到最后阶段,家长应该为孩子做什么 PDF转换可能丢失图片或格式, 建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/100/2021_2022__E4_B8_93_E5_AE_B6__E9_AB_98_c65_100002.htm

保持良好的心态去参加高考,是考生正常发挥水平的重要保证。要让考生做到这一点,首先家长就要调整好心态。我们在接待高考咨询时发现,有些家长比考生还要焦虑不安。既想孩子考出好成绩,顺利进入理想学校,又怕给孩子造成压力,影响临场发挥,左右为难。选择院校志愿的时候,想填报好一点的学校吧,又怕万一进不去,影响其它志愿的录取。一些家长还想方设法为孩子购买营养保健品。殊不知,家长的一言一行都会对孩子产生一定的心理暗示。所以调整心态就要从家长做起。首先,从孩子的实际学业水平出发,帮助孩子设立奋斗目标,选择院校志愿和专业。这样就能让目标成为孩子的动力而不是压力。其次,对于想冲刺较好院校的考生家长来说,做好万一冲刺不成功的后续方案。有了这样的心理准备,就不会焦虑不安了。第三,只问耕耘,不问收获。孩子努力了,什么样的结果都能坦然接受。成材的途径有多种,只要不懈地努力,都能获得成功。第四,帮助孩子做好考前的各种准备工作,比如了解考点,备齐考试工具,提醒出门前检查必带的各种证件等等。最后,要关心孩子的身体健康,但不要过度。饮食正常,保证充足的睡眠和适当的放松。100Test 下载频道开通,各类考试题目直接下载。详细请访问

www.100test.com