

教育问答

如何培养孩子的专注力

咸宁日报全媒体记者    陈希子

孩子拖拉磨蹭，不好好写作业，对什么事情都是三分钟热度……其实，这些问题的根源都是注意力不集中，专注力差。

咸宁市紫荆花教育集团王老师介绍，专注力是决定一个孩子是否成功的一个关键因素。父母要引导孩子在规定时间内分阶段完成学习任务。如果孩子能够专心完成，父母要给予一定鼓励，并让他休息5-10分钟。

当孩子能够做得很好时，可逐步延长一次性集中做题的时间。让孩子在审题的过程中，自己把题目的要求、条件用笔勾出来，以防止走神出错。这些都可加强孩子的自信，让他感觉“我能自觉集中精力做好一件事”。

平时多鼓励，不干扰孩子喜欢做的事情。当孩子专注于小手工制作或观察小动物时，父母切记不要干扰孩子，而是耐心地等他把工作完成。要知道，孩子沉浸于他的兴趣同时，就是在无意中培养自己的注意力。

尽量减少对孩子唠叨和训斥的次数，让孩子感觉到他是时间的主人。教孩子学会分配时间，当他在相对短的时间内集中精力做好功课，便有更多的时间做其他事情。孩子能自己掌控时间，有成功的感觉，做事会更加自信。

大声读书有利于训练注意力。每天安排一个时间（10-20分钟）让孩子选择他们喜欢的文章段落，大声朗读，这是一个使孩子口、眼、脑相互协调的过程。孩子在读书的过程中，尽量不读错、不读丢、不读断。他的注意力必须高度集中，把这种训练一直坚持下去，有助于培养孩子的注意力。

营造一个有利于集中注意力的家庭学习环境。比如，孩子们都喜欢颜色鲜艳、图案精美、功能多样的铅笔盒，文具的功能则应该越简单越好，避免孩子把它们当作玩具来玩；孩子的书房也要收拾得简洁明快，幼年的玩具要收起来，不要放在显眼的地方；孩子学习的时候，更不能有电视机、电脑、音乐播放器等，影响孩子的专注力。父母尽可能不在孩子学习时进进出出，大声干扰。

学业的困难程度会影响孩子的专注力，在面对过量的、难度较大的学习任务时，孩子容易失去信心，缺少热情和积极性，进而导致专注力变差。因此，家长可以教孩子分解任务，把大目标分成一个个小目标，一步步地来完成，这样更有利于集中注意力。

孩子青春期叛逆怎么办

咸宁日报全媒体记者    张欢

每个家长都希望自己的孩子能够懂事，体恤自己，但是孩子毕竟还小，还没有到达成熟的年纪，所以难免有些幼稚和调皮。青春期的孩子叛逆不听话，喜欢与家长做对，面对这种情况，家长该怎么办？

温泉中学教师汪美丽认为，孩子出现叛逆的情况，主要有三大原因。

家庭的教育方式不当。一方面，随着孩子自我、独立等意识的增强，孩子开始提出更多的需求；另一方面，家长的能力和家庭的条件有限。如果家长一味地顺从孩子的需求，而不加以解释，那么当需求无法被满足时，孩子会任性地予以抵抗。

孩子的认知程度有限。很多孩子对自身学习的意义并不清楚，不了解一些不良习惯的危害。例如，孩子沉迷手机游戏，不仅会影响视力，还会影响脊柱发育。然而，面对学习和玩手机游戏，许多孩子更倾向于不做作业，而选择玩游戏。当老师或家长批评时，他们会认为这是干涉他的自由，感到委屈和气愤。

亲子之间因处事方法不当。现实中，部分家长的育儿观念还停留在“吃饱穿暖”上，对孩子的心灵世界较少关注，日常亲子互动时间不够，不利于亲子关系的培养。家长与孩子之间的关系越不融洽，或矛盾越深，孩子的叛逆性心理和行为就越强烈。如果亲子间不能平等友好地沟通，十之八九，就有严重叛逆性的孩子。

那么，对于叛逆的孩子怎么办？首先，家长千万不要打骂孩子。要和孩子心平气和的沟通，了解孩子的想法，拉近彼此的距离。只有让孩子感受到家长的真诚，孩子才会愿意听从教导，叛逆心理才会消失。使用打骂来管教不但没有效果，反而会加重孩子的逆反心理。

和孩子谈谈心。理解，单方面是不够的，需要亲子双方都互相配合。不妨找个合适的时间，和孩子坐下来心平气和地聊一聊，和孩子换位思考。孩子若是能理解父母，可以化解相当多的矛盾。

此外，试着给孩子一定的自由选择权。在不影响身体健康和人身安全的情况下，孩子喜欢穿什么款式颜色的鞋子、衣服、裤子等，可以交由孩子自主选择。如果孩子拿不定主意，再按家长的安排执行。

湖北省“楚天园丁奖”获得者张兴旺

桃李不言    下自成蹊

咸宁日报全媒体记者    朱亚平



家优秀论文一等奖、全国中学生创新作文大赛指导教师二等奖，获湖北省第四届“楚天园丁奖”、咸宁语文名师工作室主持人、咸宁名师、咸宁市骨干教师称号。

为了给學生一杯水，张兴旺把自己成了一条长河。

自1992年6月，张兴旺从湖北省阳新师范学校毕业后，先后求学于咸宁师专、湖北大学、华中师范大学。从教30年来，张兴旺先后主研、主持了七项课题实验研究。

在不断的实践探索中，张兴旺所带的班级语文平均分常年在联考中遥遥领先，张兴旺培养的一批批学生考取了香港理工大学、上海交通大学、北京航空航天大学等著名高校，张兴旺也因此荣获学校高考突出贡献奖。

一颗赤子之心

“她今年16岁，是一个怀揣考上复旦大学梦想的青春美丽女孩。半年前，她被确诊为急性白血病……”2014年，一篇《让我们用爱帮助一个白血病女孩圆梦吧》的散文引得社会各界关注。

2013年冬，为救治班里突发急性白血病的女学生小丽（化名），张兴旺白天冒着严寒在街头散发传单筹款，晚上向《香城都市报》、大楚网等媒体写信请求社会爱心人士资助……当看到女孩战胜病魔返校时，

师爱的力量不仅可以挽救一个鲜活

的生命，帮助一个困难的家庭，更可以凝聚社会正能量，教育影响学生的一辈子。

30年来，张兴旺始终抱以一颗赤子之心，爱自己从事的这份事业，爱学生如同爱自己的孩子。

一个名师孵化器

30年来，张兴旺除了承担语文教学兼班主任任务外，还担任学校管理工作，张兴旺每天工作时间达到了15个小时以上。繁忙的工作使张兴旺被朋友戏称为“生活在真空中的人”。

张兴旺对教育事业的赤诚，不仅表现在对学生的无私关爱上，还表现在对年轻教师的倾力帮助上。

2021年12月，咸宁院长城张兴旺高中语文名师工作室成立。工作室成立一年来，培养出一大批骨干教师、优秀班主任、优秀党务工作者。

工作室成员、通山一中语文教师胡明月，2022年9月被评为咸宁市学科带头人；工作室成员、通山县实验高中语文教师阮伶俐课例《古诗词诵读（《静女》等四首）》荣获2021年湖北省“基础教育精品课”省级二等奖……

通山县实验高级中学语文教研组长朱妤老师说，张兴旺以咸宁名师工作室为孵化器，推进青蓝工程，定期组织线上线下研修，毫无保留地传授教育教学经验，培养年轻教师快速成长。

张兴旺的倾心付出换来了工作室2本教育教学专著正式出版，5个省市级课题或结题或开题或立项，5节优质课荣获国、省、市级大奖，10篇论文荣获国、省级奖项，38名学生荣获全国作文比赛大奖……

通山县实验高级中学教科室主任吴继尧老师说，工作室非常关注年轻老师的素质培养，与华中师范大学文学院“云上中文”平台建立了深入交流与密切合作关系。工作室还不断组织成员线上聆听全国名师工作室联盟“百家讲堂”系列讲座、现场学习省市优秀名师工作室先进管理经验、推进工作室之间互动交流。

张兴旺说，名师工作室旨在培养一批名师，造就一所学校，带动整个教育。工作室会定期举办读书分享会，鼓励指导工作室成员参加教学教研比赛活动，全面提高工作室成员教育教学素质和能力。

高职院校应推进“1+X证书”制度建设

推进1+X证书制度建设是落实“职教20条”，提高人才培养质量的重要举措，是深化人才培养培训模式和评价模式改革的重要途径。作为1+X证书制度实施主体，高职院校要进一步明确1+X证书制度的实用价值，从学校实际出发，结合需求准确把握其实施方向，大力推进1+X证书制度建设。

立足学校实际，完善“1+X证书”制度建设的标准体系。高职院校在推进“1+X证书”制度建设的过程中，一方面要深入研究国家和省、市的相关标准要求，把握工作方向，另一方面也应认识到不同标准在层次上的差异，以及技术要求与证书标准体系。在“1+X证书”制度建设中，涉及到多项标准体系，如职业标准、专业教学标准、实训教学条件建设标准、职业技能等级标准等，高职院校在实践中应划分工作内容，根据人才培养的整体要求，充分考虑办学条件与建设能力，制定并完善标准体系，提高标准体系的可行性，有效推动“1+X证书”制度建设。

完善课程标准，实现课程与技能证书等级相结合。课程标准是高职院校课程教学的指导性文件，它确定了课程性质及

课程在专业教学中的功能定位和目标，明确了课程实施的具体内容和进度安排，确定了课程评价标准及考核方式。技能证书等级标准是职业技能等级证书培训和考证的指导性文件，它表述了不同等级的工作领域对应的工作任务和每个工作任务详细的职业技术要求。在制定课程标准时，将职业技能证书等级标准融入其中，使课程教学大纲与职业技能证书的考核相衔接，不仅能促进校企合作、职业教育与职业技能培训三者的结合，又为“1+X证书”制度建设创造条件，提高职业教育的针对性和实用性。

推动专业教学标准与职业标准对接，实现证书有效对接。在“1+X证书”制度建设中，高职院校应结合课程标准要求，利用职业技能等级证书对学生的专业能力进行有效的补充和拓展，优化学生的知识和能力结构，提高学生适应社会的能力。一方面要根据课程标准，确定专业与岗位之间的对应关系，完善专业课程教学条件，进一步夯实专业教学基础；另一方面要根据国家职业标准要求，优化专业人才培养方案，将专业教学标准与职业标准相对接，以建立书证结合的纽带。

完善实训基地建设标准，为“1+X证书”制度建设提供保障。实践实训基地是职业院校培养学生创新意识、提高学生实践能力的重要平台，是职业院校实现人才培养目标、为各行业培养和输送高质量技术人才的基本保障。一些高职院校在推动“1+X证书”制度建设中，对实训基地建设标准不清，存在盲目建设、重复建设的现象。因此，高职院校必须要结合现有的实训条件进行统筹安排，根据各专业人才培养需要、以及证书培训需要，确定实训基地建设标准，进而明确教学场所类别、面积与主要功能，对实训基地中的设备技术进行规划，从数量、执行标准、质量要求等方面进行建设，为“1+X证书”制度建设提供平台保障。

建立“1+X”证书教师培养机制，培养“双师”教师队伍。在“1+X证书”制度建设中，高职院校应根据专业技术技能等级证书培训要求，制定组织专业教师定期到行业、企业实践锻炼的计划，使“双师”教师培养形成体系。此外，还应推动教师积极参与企业的技术指导和管理工作，丰富教师的实践技能和管理经验，提高教师参与专业教学与技能培训的能力；高职院校应明

确专兼职教师标准要求，吸收企业中技术、管理精英加入到专业教学中来，优化教师结构；根据书证结合教育要求对教师进行培训，提升教师队伍素养，为“1+X证书”制度建设储备多元化的师资力量。

发挥高职院校优势作用，协同推进区域1+X证书制度建设工作。区域整体推进1+X证书制度建设，是推动部省市共建国家职教创新发展高地建设的重要内容。高职院校应以人才培养为纽带，引领地方职业教育集团化办学，构建政企校协同1+X证书制度建设联盟。通过政策建议促进地方政府完善制度建设，发挥地方行业组织在X证书试点中的协调作用和地方重要企业在X证书试点中的引领作用。大力推进中高职院校交流合作，提高职业院校对证书培训企业的议价谈判能力，提升X证书在区域行业企业中的认可度，促进复合型技术技能人才自我价值的实现。

总之，高职院校应着力于“1+X证书”制度建设，从课程体系、教学标准、专业教师、实训基地等角度探究发展路径，总结经验，形成符合社会发展要求、具有自身特色的“1+X证书”制度体系。

（咸宁职业技术学院    饶雄兵）

全面落实延期还本付息政策

嘉鱼农商行助企纾困显担当

本报讯    通讯员张京安报道：“请您仔细阅读这份借款延期协议，然后在上面签字盖章，就可以了。”近日，嘉鱼农商行工作人员为湖北山树风建材科技有限公司送去了延期还本付息的协议，该公司即将到期的337万贷款不需要还本即可正常续贷了。

“这家公司经营情况、征信等各方面都很良好，符合延期还本付息的资格。”嘉鱼农商行营业部客户经理殷俊说。近年来，该公司受疫情影响营业收入下滑，即将到期的大额贷款，给该公司带来巨大资金周转压力。贷款到期前，嘉鱼农商行营业部工作人员主动上门拜访企业，摸底受疫情影响情况，考虑到该企业经营情况较为稳定，经综合分析，主动为客户制定续贷方案，办理贷款延期还本付息业务。“办理贷款延期还本付息，让我无需‘过桥’还贷，这一政策给我们企业减轻了很大的资金压力。”该公司负责人周总说道。

近期，人民银行、银保监会、财政部、发展改革委、工业和信息化部、市场监管总局等六部门联合印发《关于进一步加大对小微企业贷款延期还本付息支持力度的通知》（以下简称《通知》），对于2022年第四季度到期的小微企业贷款，鼓励银行业金融机构按市场化原则与企业共同协商延期还本付息。《通知》明确，对于2022年第四季度到期、因新冠肺炎疫情影响暂时遇困的小微企业贷款（含个体工商户和小微企业主经营性贷款），还本付息日期原则上最长可延至2023年6月30日。

“作为嘉鱼人民自己的银行，我们将全面落实各项助企纾困政策，为地方经济社会发展不断注入金融活水。”嘉鱼农商行党委书记、董事长程雯表示。据悉，截至目前，该行已为小微企业累计办理延期还款业务732笔，涉及金额12.15亿元。



整村授信忙

崇阳农商行为农户送去“金融活水”

本报讯    通讯员李聪莹报道：“这一季，我扩大了种植面积，再过两个月就是大丰收了！这得感谢你们农商行的‘金融活水’！”菜农老刘对天城支行陶行长连声表示感谢，看着绿油油的蔬菜，老刘脸上挂满了笑容。

原来，菜农老刘想扩建蔬菜大棚，但由于资金周转困难未能实现。天城支行陶行

长在进村入户走访时了解情况后，主动上门为其授信，通过线上申贷、审批、放贷“一站式”金融服务，当场为老刘发放贷款5万元，解决了其资金难题，就有了开头的一幕。

近年来，崇阳农商行依托“荆楚小康贷”产品，大力推进“整村授信”，农户足不出村，通过手机银行即可实现线上签约、用

信，方便又快捷。截至10月末，该行为全县187个行政村建立信用档案农户数33698户，预授信农户30554户，授信金额12.2亿元，签约农户7374户，用信农户4982户，用信金额3.04亿元，真正实现了将金融服务送进千家万户、寻常百姓家，打通了金融服务“最后一公里”。

“一站式”服务

通山农商行第三代社保卡惠及万户

本报讯    通讯员阮剑婷报道：“你们服务态度太好了，不到两分钟的时间免费为我更换好了社保卡。”近日，家住洋都村的张女士在办好卡后连连称赞道。

自第三代社保卡换卡工作开展以来，通山农商行借助营业网点多的区位优势，组织网点开展现场宣传，利用网点LED显示屏和营业大厅视频播放、各乡镇支行与乡政府积极对接，走村入户宣传社保卡应

用，宣传惠农惠民政策及社保卡功能。同时通过抖音等全方位进行宣传。

据了解，该行16家支行全部纳入“社保+金融”服务网点，布放社保卡制卡机16台，专设社保卡服务窗口，实现了开卡、激活、挂失补卡、密码修改“一站式”服务。第三代社保卡是民生卡，财政补贴、民生补贴、粮食补助、社保资金，都会通过社保卡发放和领取。该行作为惠民合作银行，

第一时间发放各类惠民财政补贴资金及社保资金，确保财政补贴资金安全高效发放。

截至目前，该行累计发放2.29万张，今年新增5952张。作为地方金融机构主力军，下一步该行将贯彻落实工作要求，持续推进社保卡更新换代工作，提升服务水平，把惠民利民的事办好，让惠民政策惠及万家。