

快乐向左烦恼向右

坐吃山空

吃饭时，小明老是不肯坐下。

妈妈奇怪地问：“你今天怎么啦，干嘛站着吃饭？”

小明：“今天上语文课，老师说‘坐吃山空’……”

成绩不好怎么办

巧克力姐姐：

我感觉自己学习已经很努力了，可为什么成绩还是不好，考试也很难考到满分，这可真是我最大的烦恼了，你能帮帮我吗？

烦恼投递人 熊浩宇

熊浩宇：

你好！

从科学角度来讲，人与人的智商差别不大，小学学习的内容也相对简单，很多在幼儿园时期就会有所接触，因此成绩也不至于太差。但是如果认真地去学习了，学习成绩依旧得不到提高，这确实是个值得思考的问题。那真的遇到这种情况，光是着急肯定没用，我们得找出原因，想办法解决这个现状，具体该怎么做呢？首先，一定要充满信心。学习不是一步到位，而是一场持久战，俗话说“只要功夫深，铁杵磨成针”，“有志者，事竟成”，这些都告诉我们，努力认真、孜孜以求、坚持不懈的人，终将得到收获。

其次，找到适合自己的方式方法。在学习效率和效果上，存在两个有名的成语，即“事半功倍”或者“事倍功半”，学习方式方法用对了，就会“事半功倍”，否则就是“事倍功半”。实际上，每个学科都有自身独特的知识系统，每个学科的学习方法都不同，可以跟老师请教，积极找到适合自己的学习方式方法，有效避免“无效的努力认真”，真正提高学习效率，提升学习效果，那么成绩的进步也就是指日可待的事！

另外，要把握学习的进度和难度。一切学习的根本原因都在于，基础知识不够扎实，书本知识不够牢固，因此，及时弥补在学习上的短板很必要。不管正处在学习的哪个阶段，偏科都是学习上的致命弱点，想补齐这块短板，最重要的是要找到这门学科里哪些知识点是你没掌握的，哪些是你掌握了可以延伸的，知识点之间是存在着相互联系的，只有准确找到自己的不足，才能对症下药。

最后，巧克力姐姐想告诉你的是，学习就好比是旅行，重要的是沿途的风景以及看风景的心情。在学习的过程中，不要给自己太大的压力，要学会自我调节，科学用脑，劳逸结合。当你学习太累的时候，适当地放松一下心情，听首舒缓的轻音乐，或者眺望一下远方，只有在身心愉悦的状态下，才会激发更大的学习热情，自然也会达到理想的学习成绩。等你成绩有所提高的时候，巧克力姐姐期待收到你的回信，与你一起分享这份喜悦和感动哦！

巧克力姐姐

爱的教室

有爱就是晴天

□合肥市包河区外国语第一实验小学 吴亚兰

算起来当班主任已有十年之久，但当一年级班主任是第二次，第一次是在六年前，却也留下许多遗憾，比如粉笔字不够漂亮；对学生不太能包容；与家长沟通时不太顺畅等等。第二次，我希望一切都是新的开始，不过现在看来这个任务也是任重而道远。

瞧，那个离开了座位在地上打滚的是班上出了名的“小调皮”，从教十五年来，调皮的学生倒是不少见，但这么调皮的却是第一次遇见。才短短一个多月时间，因为调皮被所有授课老师所熟识，甚至学校其他老师也有所耳闻。大家上课时，他躲在厕所吃辣条，随意拿走同学东西，还不承认自己的错误等等。因此，我也承担起“消防员”的角色，每天打起十二分精神，为他消灭一切“火源”。时常，我和同事打趣，自嘲以前带的都是乖学生，才会碰到个

调皮的小家伙来让我历劫。

李镇西在《做最好的老师》里说过：“对于一线老师来说，最好的课题是带着一颗思考的大脑从事每天平凡的工作，我们遇到的每一个难题都是最好的科研课题！”课题即难题，这种理念我应该秉持，处理好眼前的困难，明天就会变得更加美好。

这不，事情又来了！有别班小朋友反映，“小调皮”向他们收起了“保护费”，每人五角。由于“小调皮”学过跆拳道，别的小朋友都不是他的对手，只好从家偷拿五角钱交给他。听到这个消息，我立即把他喊来办公室，起初在我的质疑下他完全不承认，于是我耐性子和他讲起了《将相和》的故事来，“小调皮”听到廉颇虽身为将军，但知错就改得到蔺相如原谅的故事，改变了他起初的态度。

“老师，有错我承认，但别告诉我爸爸，行吗？”好家伙，他居然在和我谈条件，我也顺势应下来。“小调皮”跟我坦白收“保护费”是想凑钱买“三国杀”卡片，因为家长不支持，才出此下策。知道了原因，我便耐心和他交谈起来，也提议了解决的办法，由我出面与他父母沟通主动买来给他，但前提是他一星期不许犯错误，还要归还从同学们那收的钱，他点头应允。通过和他家长的沟通，他在如愿以偿拿到心仪玩具的同时，也减少了犯错误的频率，并且在以后的日子里，明显给我“面子”，渐渐向好学生靠近。

班主任工作繁杂的，同时也是富有挑战的。前者中有我的老师，后者中有我的学生，我唯有竭尽全力，方能坦然面对讲台下那一双双求知若渴、充满希冀的眼睛，它时刻激励着我，也让我坚信：有爱就有希望，有爱就是晴天！