

# 放手的孩子早长大

## ——寄宿生活是学生成长的实践课堂

编者按：每当新生入学，对于许多家长来说，让孩子寄宿还是走读成了一个两难的选择。走读吧，有的家庭离学校太远；有的家长没有足够的精力和能力来管孩子；还有的家长担忧：走读的孩子难免会有学校、家庭“两不管”的时间，孩子容易“学坏”。寄宿吧，孩子年纪尚小，家长们普遍担心：亲情的相对缺失、家庭教育的相对不足是否会孩子的成长带来不良影响？家长们往往在权衡利弊的同时处于矛盾之中，到底是走读好还是住校好？我们认为不能一概而论，应根据学生及其家庭的具体情况做出理性的选择。让我们听听往届学生及家长是怎么说的。

曾有家长咨询：要让孩子住校，心里有些不踏实，担心他不适应寄宿，担心他无法融入新的集体生活。对此，我们建议家长可到学校参观校园、学生宿舍、学生餐厅、图书馆、艺术中心、操场等，亲身感受西安中学优美的校园环境和一流的设施管理。其次，希望无论是家长还是学生，如果选择住校不要有过度的担忧，只需要做好以下几个心理准备，就会有一个很好的开始：

**一是在学习上要有质疑精神。**在难度上，高中比初中有一个“飞跃”，对自学能力要求更高。一定要主动提出疑问，每天利用晚自习向老师提问，解决当天各科不懂的问题。寄宿制学校的老师一般课后也会在校内，晚自习也有老师辅导，学生遇到问题及时解决，不要把疑问累积起来。

**二是在生活上要“以勤补拙”。**现在，一些学生动作慢，常常感到时间不够用，早上有时无法在规定时间内起床并做好个人卫生。俗话说“早起三光，晚起三慌。”学生可早起5—10分钟，抓紧时间完成个人的洗漱，然后逐步加

快速度，就可以顺应寄宿生活的节奏。同时，做任何事情都要有计划有安排，不要眉毛胡子一把抓。这也是人生发展中需要锻炼的一项能力。

**三是在人际交往上要“主动合作”。**到新的学校生活，要以乐观的心态和同学们友好相处，“用放大镜看别人的优点。”“用欣赏的眼光看待

人和事。”学会主动合作，互相关心，互相帮助。越是不善于与人交往和合作的学生越是要加强这方面的锻炼，因为这是一个人走向社会必须具备的能力。不善于表达的孩子可能需要花较长的时间进入状态，但只要有心改变，有意识锻炼自己多和同学们沟通，观察别人身上的长处和优点，就会慢慢适应集体生活。

四是选择住校意味着独立生活的开始，而独立生活最关键的是自我管理。对此，每一个选择住校的学生要有充分的思想准备，每位家长事先也要对孩子进行教育。遵守学校统一的作息时间和选择营养全面的饭菜不挑食、充分利用课余时间多参加体育锻炼和社团活动等。学会管理自己的时间、自己的生活、自己的零花钱等等都是一个孩子成长中应该有意识锻炼的。

总之，家长首先要有这样的认识，孩子要长大，他不可能永远守在你的身边，放手的孩子早长。给他锻炼和独立的机会与氛围，他才能真正的长大成人。



学生生活区



干净整洁的女生宿舍

## 西中宿舍特色

●学生公寓共有四栋宿舍楼，其中四人间400余间，六人间270余间，还有部分二人间，可容纳3600余名学生入住。

●每间宿舍均配备有成套的床具、箱柜、桌凳、空调、暖气、饮水机、脸盆架、清洁工具、台灯插座等设施；宿舍水房24小时供应热水。每个人都有独立的书柜、衣柜和独立的空间。

●宿舍及时通风、定期消毒，确保宿舍干净整洁，卫生安全。

●公布栏的生活小常识、温馨提示、安全警示、检查通报、表扬与批评、寄宿生活感言、高三复习专栏等，营造了一个浓郁的宿舍文化氛围。

●开展“寄宿生活自理、自律训练”，成立自主管理委员会；开展“双佳宿舍”、“文明宿舍”评比；开展“我来动手”做家务；举办“宿舍文化节”，培养学生养成良好的生活习惯和自理、自律、自主、自立的生活能力，使住校生活成为学生文明修身、学会做人、快乐生活、健康成长的又一实践课堂。



宿舍里每人都有自己的空间

## 『美丽西中，特色1308』宿舍文化小报摘选

创作人 刘泊清

### ■宿舍生活感悟：

王伟屹：宿舍生活让我明白我们并不是单一的个体而是一个集体。

李泊清：没有规矩不成方圆，在制定的纪律中严格遵守才能保证自由。

雷鸣新：在宿舍中我学会了如何与人相处，对我以后帮助很大。

周子轩：宿舍让我感受到奋斗拼搏，在这里我斗志昂扬，奋发向上。

于正阳：对于即将变迁的宿舍F308的生活使我获益良多。

### ■轻松快乐的学习氛围

每位同学的学习科目各有所长，利用熄灯前的时间进行相互补充，巩固自己的弱势科目。同时，注意放松心情确保劳逸结合。

### ■严格的宿舍管理纪律

为了方便大家的宿舍生活，使集体生活得以井然有序的进行，宿舍在卫生、纪律、作息上根据实际情况制定了几条措施，最大限度保证学习的高效率。

1、作息：按照每天作业与学习的多少实施弹性计划。平常时间11:30全体熄灯，有同学竞赛辅导时（周一、四）12:00全部熄灯。

2、卫生：根据每个人的床号分配成一周的不同天，早上、中午离开宿舍前分别打扫两次，个人对当天宿舍的卫生负责，每个人自己保障自己的内务卫生，对宿舍总体卫生负责。

3、纪律：执行学校标准，宿舍内部出现烟酒、游戏扑克、手机等电子产品

4、财务：每人定期缴纳入舍费，用于宿舍的水费与其他集体开支。

从决定让孩子远离家庭到西安住校生活学习，我们眼看着孩子由一个瘦弱、胆小的儿童，一天天成长为健康成熟、学习努力的少年时，作为家长深感欣慰。孩子的成长倾注了老师和家长的心血，更得益于孩子住校生活学习这一特别的环境和氛围。就孩子住校生活学习我们有以下几点体会：

首先让孩子离家住校，从形式上使孩子脱离了父母的溺爱，摆脱了对家庭的依赖。让孩子独立的面对生活学习，对孩子独立自主的生活能力和自我管理能力的提高是一个最好的锻炼机会。我们不是简单的一送了之，而是在正面鼓励好孩子之后，通过各种方式与老师、同学沟通，及时了解孩子的心理状态并进行调整，使孩子有一个相对自由的空间。看到孩子稍有进步时及时给予肯定，增强了孩子的自信心和成就感。

其次住校生活学习有利于孩子和同学们之间的充分交流与沟通。同学之间互帮互学、相互督促，学习上遇到不会的问题相互讨论；生活中的琐碎事情相互帮助，提高了孩子的自理能力。通过和同学之间的交流，也能够拓宽孩子的视野，提高孩子的知识层次，增

强了孩子人际交往的能力。

第三，孩子在住校期间，在宿管老师的严格管理下，使孩子的生活有规律、行为有节制，从日常生活的点滴中，培养孩子遵守纪律的自觉性。

第四，住校生活学习也使孩子学习的时间更充足了，减少了孩子从学校到家里往返时间，同时也排除了一系列的不安全因素。

第五，住校生活学习给予了孩子一个相对独立的空间，也排除了家庭成员对孩子学习的干涉和干扰，让孩子有充分的学习自由，进行他感兴趣的学习。

第六，孩子住校生活学习，虽然减少了我们与孩子相处的时间，但是也正是因为学校全面安全的管理，使我们放心的将孩子交给学校，自己有了相对轻松的环境，更有精力投入到自身的工作当中。

（学生家长贾建忠）

## 孩子住校了

## 学校食堂连续三次被评为“全国食品安全示范单位”

学生食堂是一栋三层独立建筑体，总面积1.2万多平方米，设置就餐座位3400多个。

**管理机制科学**——采取托管加监管的管理模式，严格控制饭菜质量、食品安全、成本核算。

**实行智能烹饪**——学校引进了机器人炒菜机、切菜机、洗菜机等智能化设备。

**原料来源可靠**——实现了食品生产厂家、蔬菜种植基地与食堂餐桌直接对接。

**食品检测严格**——凡进入食堂的原材料，全部进行检测化验，保证原材料安全可靠，每餐的留样时间超过48小时。

**人文关怀到位**——重视师生就餐环境的文化建设，倡导光盘行动，杜绝浪费行为，坚持免费提供病号饭、生日餐。

**后厨操作透明**——堂后厨安装了32个摄像头，对食堂工作人员操作的场所、过程进行监控录像，接受老师、学生监督，技术问题处理后，通过学校网站向家长和社会全面开放。



刀削面机器人在工作中



我校连续三年被授予全国食品安全示范单位称号



学生餐厅外景



烹饪机器人



餐厅内景