

中考落定 准高一生如何做好衔接

沈阳市2021年中考录取工作已经开始,准高中生们如何利用假期做好初升高的衔接?记者采访到沈阳多所高中相关负责人,为广大家长和准高中生们指点迷津。

1 帮助孩子转变学习方式

高中学科知识量大、难度大、学习进度快、综合性强、系统性强、能力要求高、理解要求高,因此,学生的学习方式跟初中截然不同。

沈阳市第一中学赵丹主任表示,高中的教学特点相对初中来说,更加考验学生的主动性。老师会放手让学生独立完成各学科的学习任务,不像初中那么具体要求每个环节怎么做,而是要求学生能自主完成各个环节的学习任务。这时学生的自理能力、学习能力很重要,学生应寻找适合自己的方式方法。

高一是一生学习习惯形成的关键一年,如果学生没有形成正确的学习习惯,一方面学习成绩会受影响,学生会感觉自己付出了很多,成绩却不如意,或者跟以前的付出一样,成绩却比以前差多了。另一方面,随着高中学习内容的加深,学生会发现对知识的掌握越来越困难,而且越来越不会学习。长此以往就会对学习失去信心,导致成绩越来越差。

2 学会课前预习记课堂笔记

这个暑假对于准高中生来说是很关键的,很多家长到处给孩子找老师补课,事实上真正要查缺补漏的是初中知识体系的漏洞,让孩子有足够的知识准备。

沈阳市同泽高级中学教学主任张鑫表示,家长要有意识地培养学生自主学习的能力。首先学会预习,预习的时间和科目可根据当天的学习情况灵活安排,基础薄弱的学科应坚持课前预习,自学笔记要记录教材的主要内容和自己没有弄懂需要在课堂上着重解决的问题。

其次是学会听课,学生们应做到上课集中注意力,与老师一同思考,注意和老师交流,适当地对重点内容做简要笔记,课后再整理,学习效果会大大提高。最后是做好复习巩固,把学过的知识系统化。

3 做好心理建设培养意志品质

不少学生进入高中后,感觉终于可以好好歇一口气了,于是就看小说、玩游戏,浑浑噩噩地过完高一;还有一些学生看到周围的同学都很优秀,变得自卑起来,学习成绩也一落千丈;有的学生进入高中就立下雄心壮志,只是没有明确的目标,不知如何规划,学习成绩自然不理想。

提高学习的有效性,最佳的方法是努力提高自己各方面的素质,特别是一个人的意志品质。沈阳一中的赵丹主任认为,对症才好下药,学生只有找到自己的缺点,才有进步的机会。比如要改变“懒”和“爱说话”的毛病,关键在于意志。可以用自我暗示法,在随时能看到的地方写一句激励自己的话,当你不经意发现的时候,就会想起自己的责任和想拥有的美好未来。

辽沈晚报记者 冯美琳

高一一开始就有9科内容,学习进度快、难度大,沈阳市第八十三中学高一教师团队为了新生能够顺利完成从初中到高中的过渡,为学生们开出了学习单,希望广大准高中生能够利用假期完成衔接。

这些学科知识 开学前要重点看

语文

选择自己喜欢的字体练习字帖,每天一页;语文必修一需要背诵篇目尽量利用假期背一遍;认真阅读《乡土中国》,用心思考,按照篇目完成读书笔记,笔记中可以绘制主要内容导图、写阅读心得、感想、哲理句子摘录等;研究高中必备的基础知识,比如,现代汉语语法、文言文基础知识、常见修辞手法等。

数学

高中学习中的常用知识,如分解因式、二次函数、一元二次方程、平面几何等,力求在数学知识、方法、思想方面恰当进行初中和高中的衔接(都可以在书上或网上找到),要自主学习和思考,做一做相关练习题,打好基础。

英语

初中课标词汇过关;高中必修一1-6模块单词背会,熟读1-2模块课文;有精力的同学可以找一些优秀的英语范文,揣摩其写作手法,尤其是开头段和结尾段,适当背一些好的词句。

物理

尽最大努力总结运动学公式,可以做每节前两道课后习题;总结初中电学的知识点;关注生活中的物理知识,比如了解一下神舟十二号的发射、中国的空间站天和核心舱、太空行走宇航员出舱、中国的火星探测器等。

地理

熟悉中国地图,在地形图上能够标出我国主要山脉、四大高原、四大盆地、三大平原、三大丘陵,长江、黄河。

化学

复习前20号元素的元素符号、名称和原子结构示意图;预习21-36号元素的元素符号和名称;画出常见气体制备的实验装置图,写出所需仪器、药品和化学反应方程式;将九年级化学教材的化学反应方程式书写一遍;预习高中化学教材必修一第一单元,并完成课后习题;观察5种以上的家庭用品或药品,找到其主要成分的化学式和元素组成,并查找其制作工艺及作用原理。

生物

注意书中概念和楷体字;书中课后题试着做前3章;种一棵花生、玉米或你喜欢的植物。感知光合作用和呼吸作用;看看动物世界,了解种间关系。

历史

初中历史课本通览一遍,通过编撰历史小报、绘制历史漫画或“质疑·体验·感悟”初中历史教材,为高中阶段历史的学习打好基础;可以看一些与历史有关的电视节目、书籍;还可以在网上浏览阅读一些历史古迹图片、中外历史趣闻等,提高对历史的兴趣。

政治

恰逢建党百年,有关中国共产党的知识不可不知,同学们可通过阅读书籍、查阅资料等方式整理中国共产党的知识档案。利用闲暇时间,观看电视剧《觉醒年代》,感悟中国共产党建立的历史必然性。

看学霸中考后 都会做点啥?



任凌悦,今年中考总分748分,报考了辽宁省实验中学,对于这个暑假,她用了四个字来概括“盼望已久”。

“初三下半学期学习一直比较紧张,中考后首先想在心理上放松和身体上调整,”任凌悦表示,“旅游是我最喜欢的了,有好玩的还有好吃的,心情也会特别高兴。”现在她正在规划这次旅游目的地,初步打算去一个省外的地方和一个省内的地方。通过旅游彻底放松自己。同时假期也会有充足时间锻炼身体,现在任凌悦每天都会跑步,还经常去游泳,她认为好身体才是一切保障。

学习方面,任凌悦也有自己的规划,要为高中的各学科做好预习与准备。“高中学习是一个对知识系统性要求很高的学习阶段,难度会比初中有很大提升,对高中课程的预习是很必要的。”任凌悦说出自己的想法,中考后她就准备好了高一需要学习的课本。她建议准高中生这个假期为高中的学习做好准备

备,特别是语数外这三科及理科部分的知识要做好预习。

任凌悦还提醒大家,假期预习很容易进入低效率学习过程,在初中阶段她感触最深的就是在老师的督促下形成了注重效率的学习方法。她告诉记者:“她所就读的初中放学时间是比较早的,在校时间相对短,因此学校特别注重高学习效率的培养。”暑假很容易进入玩手机、看综艺等舒适区,所以暑期学习更要注重效率,时间不宜太长,每天可几个小时,但一定要有一个切实可行的计划,每天几小时高效率的学习比整天边玩边学习要有效得多。

任凌悦还计划完成一些之前没时间做完的工作,比如,《哈利·波特》是她非常喜欢的书,没看完的部分抽时间看完,还有一些想看的综艺,没有完成的数字油画……总之,这个“期盼已久”的暑假一定要过得充实而有意义。

辽沈晚报记者 冯美琳