



新学期 新规划

新学期需要新适应,新适应需要新规划。过完这个暑假,不少“毕业生”就要变成“新生”了。

如何适应新学校、新老师、新生活?

为了帮助广大学生顺利过渡,本刊今起推出“新学期·新规划”栏目,和你一起迎接新学期。

今日敬请关注新高中组稿(D01-D02)

如何调整状态 迎接即将到来的高中生活

利用黄金暑期 做好起跑准备

□记者 王雨

■采访对象:市十九中校长 师利峰
洛阳外国语学校副校长 钟保强

走出书房,让灵感飞

初中最后一个暑假应该做点什么呢?在《洛阳晚报》记者采访的20名学霸当中,多数人都选择了旅游。这些学霸并不像大家想象中那样总是埋头苦学,几乎每年寒暑假,他们都会和家人一起出游。难道这就是传说中的既会玩又会学?

“初三学生放假后的第一件事,就是要让自己彻底放松。”师利峰给高一新生的第一条建议,就是在暑假期间放下学习压力,调整心态,为高中生活打下良好的思想基础。

钟保强说,无论孩子考得好与坏,家长都不妨带着孩子去旅游,“这是和孩子最好的沟通时机”。他说,在旅游的过程中,不仅能够帮助孩子释放压力,同时也能增进父母与孩

子的感情。在旅游的过程中,父母与孩子有许多的沟通机会,这样的陪伴能够让父母及时了解孩子的需求并发现一些细小的问题。

沉下心来,养成良好学习习惯

走完了九年义务教育,进入高中后,无论是学习环境还是学习内容都将是一个新的开始。高中的功课由初中的7门增加到9门,而且每门功课的内容也远比初中要多,所以,与初中相比,高中的学习压力更大了。

钟保强说,许多初中时成绩较优秀的学生,往往会在进入高中后的第一次考试中出现“没考好”的现象,有的甚至会考不及格,“其实这就是大家说的‘没过渡好’”。

“初中时的学习是班主任包办,而到了高中,学习就是学生自己承包了。”钟保强说,许多学生到了高中后反而不知道该学什么,因为高中有很多自习课,而这些时间全都由学生自

己安排,高中老师不会再像初中老师一样,规定哪个时间学习什么,所以,高一新生在入学前,就要树立自主学习意识,学会安排学习时间、制订学习计划,养成良好的学习习惯。

做好准备,走上新的起跑线

“无论中招成绩好与坏,高中对于每个学生来说都是一条平等的起跑线。”钟保强和师利峰说,在进入高中前,学生们都需要调整自己的心态,从前的成绩只是那个学习阶段的总结,到了高中就是一个全新的开始,吃老本和自暴自弃的心态都要不得。

高一新生该如何在暑假期间做好过渡?师利峰建议,可以提前熟悉高一的教材,或者有针对性地参加一些初、高中衔接辅导班,还可以尝试着做一些练习题,在做题的过程中就要养成良好思考习惯,加强逻辑思维训练。

本期导读

男生女生交往过密?
不用怕

D03

初三公益辅导班
上出精品味儿

D05

葛老师文综再圆学子清华北大梦

2015年高考,葛老师的学生闫瑞625分(郸城一高),被北京大学录取;朱家睿616分(业兴教育),被北京大学录取;张天格606分(新乡一中),被复旦大学录取;马思嘉640分(天津实验中学),被浙江大学录取;孔令怡600分(新乡一中),被上海财经大学录取……

今年高考,文综最难。平时能考260分的学生,高考成绩不到150分。众多考生因文综考砸,无缘一本、二本。孩子的成功,需要家长相助。每周六晚,很多家长陪着孩子从外地来郑州上课,常年坚持。莫再让孩子错过文综最佳补习期。

葛老师简介:一人讲三科,把握文综命题方向,引导学生跨学科思维。

葛老师先后受邀到河北衡水、湖北黄冈、河南漯河等地名校授课,被正阳县教育局和涿鹿县教育局聘为客座教师。

近5年高考,葛老师的学生屡夺驻马店、濮阳、漯河、郑州四市第一名,有15名学子被清华、北大、港大录取。

葛老师文综公开课于7月26日开课。更多葛老师文综学习方法和成绩详见葛老师文综网站。

电话:0371-63850070、63845270

地址:郑州市文化路与任寨北街交叉口联盛大厦A座3楼



《洛阳晚报·教育周刊》微信

绘制 闵敏