

避免一上高中成绩骤降

趁暑期预习和自学是关键

暑假不碰课本,高一压力山大

还有不到两周,准高一新生就将迎来离高考最近的三年高中生活。有调查显示,60%以上的学生升入高一“普感不适”,这种不适应主要是因为高中阶段的学习方法与初中不太一样,用原来的方法很难应付高中的学习,而初到新环境的不适也在心态上给准高一新生提供了新的挑战。这个暑假渐至尾声,准高一新生该做好哪些准备来迎接挑战呢?

小杰去年中考以优异的成绩考上了广东广雅中学岭南班,初中三年都是学校佼佼者的她,升入高中后的第一次大考就掉到班里30多名、年级100多名。“其实刚上高中我就感到各种不适,首先是心态上的不适,其次是学习压力骤然变大,学科从6门增加到9门,而且难度都加深了许多。”

据了解,像小杰这样的例子还不少,很多学生中考考了个不错的成绩,也考上自己理想的高中,暑假各种游山玩水,放松心情,几乎没碰过课本,到了高一突然感觉“压力山大”。由于每天排山倒海的作

业压来,经常顾此失彼,不懂的问题也堆积如山,成绩下滑得特别厉害。所以经常看到的现象是,两个中考分数差不多的学生,三年后的高考成绩却迥然不同。

“这个不同很大程度上跟高一前那个暑假有没有预习和自学高一课本有很大的关系。”国内考试研究专家、卓越教育产品中心副总监梁锦文指出,其实中考录取结束后,准高一新生就要开始进入高一的学习和自学中,尽量在暑假就做好初中和高中的过渡,这样在开学后才能在短时间内顺利应对各种学习上的不适。

看学界

山东今年普高招生共录取540127人

昨日上午,山东省人民政府新闻办公室举行新闻发布会,邀请省教育厅副厅长宋承祥、省教育招生考试院院长陈国前介绍山东省2014年普通高校招生录取情况,并回答记者提问。

山东省教育厅副厅长宋承祥通报指出,今年山东省普通高校招生共录取考生540127人(含春季高考录取40545人)。其中,本科录取252414人,本科录取率达到39.69%;专科录取287713人,本专科录取率达到84.93%,按计划完成了录取任务。

今年起保研不分学术学位和专业学位

近日,教育部办公厅印发《关于进一步完善推荐优秀应届本科毕业生免试攻读研究生工作办法的通知》,要求切实保障考生自主报考和招生单位科学选拔、择优录取,维护公平竞争的招生环境。

《通知》要求,2014年起,推免名额不再区分学术学位和专业学位,不再设置留校限额。对推免工作程序进行调整优化,推荐工作统一于每年9月25日前结束,推荐工作结束后启动接收录取工作,接收录取工作统一于每年10月25日前结束。推荐阶段招生单位不得进行与考生签订接收录取协议等工作,接收阶段不得开展推荐工作。教育部建立“全国推荐优秀应届本科毕业生免试攻读研究生信息公开暨管理服务系统”(简称“推免服务系统”,网址: <http://yz.chsi.com.cn/tm>,开通时间另行公告),作为推免工作统一的信息备案公开平台和网上报考录取系统。所有推免生均通过“推免服务系统”填写报考志愿、接收并确认招生单位的复试及待录取通知,考生在规定时间内可自主多次平行报考多个招生单位及专业。所有推荐高校和招生单位均应按规定通过“推免服务系统”完成推荐及接收工作。

如何度过三年,必须现在规划

现广雅中学学生会主席刘凝晖一上高一遇到的不适应比小杰还多,首次住校,作息要严格按照学校的规定,第二个不适是每天时间排得满满的,“最初以为高一可以轻松一些,没想到到高一每天初三,除了对学习要求很高之外,课外拓展活动很多,一定要强迫自己把每一分每一秒都利用好。”

不过,刘凝晖只花了两周左右就适应了,“其实我也没啥秘诀,就是利用好了高一开学前的暑假,向师兄师姐取经后了解到,学习上一定要提前预习和自学,此外,很重要的一点是在开学前就要对如何

度过三年高中做一个清晰的规划。我一进入高一没有盲目地加入各种社团,而是有选择地加入了学生会作为锻炼工作能力的平台,选择了哲学社作为放松心情和培养兴趣的地方。”

正因为准备充分,刘凝晖的学习和学生工作都有条不紊进行。尽管学生会工作特别多,他在班里还担任班长,但他能分清主次,把每天要做的事情按轻重缓急排序,坚持今日事今日毕,所以在高一期末考试时,他的成绩在年级排名前30。高一结束后,他成为了新一届学生会主席。

小贴士

高一学习安排谨记“前紧后松”

高一新生最容易陷入这样的误区:每门学科刚开始学都很简单。其实不然,从初中到高中,学科知识的跨越非常大,高一所学内容是整个高中阶段的基础,大家要好好利用刚开学这段学习压力不是很大的时期赶紧预习后面的内容。一般高一的教学是“前紧后松”,但学生的学习安排却要“前紧后松”,务必要把高一的基础打扎实,这样高二高三的学习才能游刃有余。

从攻克高考入手设定三学年目标

很多学生会认为才上高一,离高考还远

着呢,前两年可以随心所欲地玩,到了高三再发力。其实从高一开始就要为自己订立三年后的目标,高考并不是高三的事情,而是高中三年的事情,不是到了高三才考虑自己到底考哪所学校,而是在高一就应该根据自己的实际情况树立一个合理的目标。

目标的确立可以一步步分解。比如每一个学校都会公布重本率和本科率的数据,学生在高一时就要根据这个数据去推测出自己如果要考上重本,需排到年级的第几名,然后确立高一这一年的目标就是一定要考到年级第几名,要考到这个名次,各个科目就要保持多少分等,这样一步一步细分,把目标从大到小进行分解。



每年这时候,总有大学毕业生为档案的事忙得焦头烂额

档案“失联”该怎么办

大学毕业最痛苦的事情就是搞不定档案和户口,不少人会因为这“档”子事而奔波。身份证丢了,能马上补办回来,可档案丢了,那可就没那么容易了。

近日,不少网友在朋友圈诉说着办理档案过程中的艰辛。每年,总有一些大学生成为“弃档族”、“死档族”,导致在就业时遇到很多的不方便。那么档案里到底都有些什么呢?档案有什么用呢?

三年换了三份工作,评定职称时才想到档案归属

何传虎,浙江某高校2011级建筑学专业的学生,最近为了档案的事情,可是忙晕了头。

自大学毕业之后的三年里,何传虎辗转转换了3份工作,现在在老家武汉一家房地产公司里从事建筑策划方面的工作。最近单位评定职称需要他的档案归属,此时,连他自己都傻了眼,因为他从来都没有关心过档案的事情,也不记得当初是否办理了档案托管。

为了找回自己的档案,何传虎先后到母校、在杭州工作过的单位查询,最终在武汉的人才服务中心找回了自己的档案。

“为了找回这份档案,向公司请了好几次假,真不容易啊。”小何不禁感叹,以前压根不知道,原来人事档案这么重要。

档案里有什么,重要吗?

大部分的时间里,我们看不见自己的档案,基本上都是由相关部门托管着,因此很多人都表示档案里面有什么不是很清楚。

档案就好比是人的身份凭证,毕业生

的人事档案由其学籍档案转化而来,是大学生在校期间的学习、生活、学习以及各种社会实践的真实历史记录,这其中包含了学历、奖惩情况、学生体格测试情况等,这对于大学生在就业及其今后的单位选拔都是重要的依据。

“大学生毕业之后,会面对转正定级、住房补贴发放、出国审查、评职称等问题,这些都是离不开档案的。”浙江工商大学就业指导处老师周翔说,“如果你要进国企或者事业单位工作,那么则需要档案,而且这是一个非常重要的材料。如果你没有档案且不及时补救,那么就有可能失去这份工作的机会。”

周翔说,也有存在一些私营企业档案不是很重视,他们认为,档案中的材料不足以反映毕业生的具体个人情况,而且也有很多资料是学生自己填写的,很难确定信息的真实性。所以,相关部门应该要加强诚信档案的建立。

怎么处理档案,有两种情况

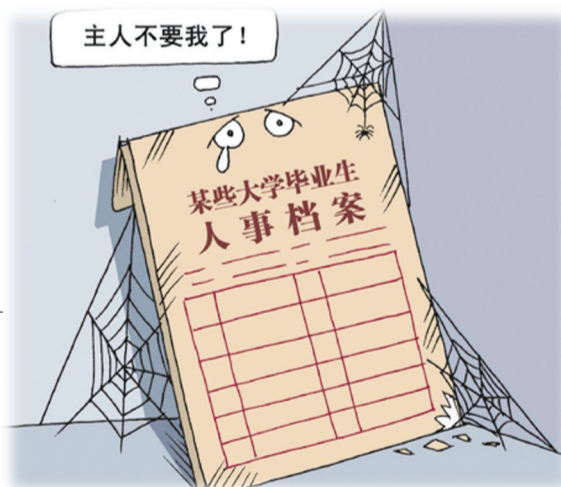
对于档案的处理可以分为两种情况,即毕业后找到工作单位和毕业没有找到工

作单位。

毕业后如果找到工作单位的,就可以放心地将自己的档案转移到就业地方的人才市场挂靠。就算以后跳槽,也可以通过发调档函,能很方便地转入到就业地的人才市场。但是最好不要将档案寄送到公司,以防自己离职时档案被公司扣留。

如果你毕业后没有找到单位,或者继续深造,那么你可以去学校或单位所在地的人才市场挂靠,因为人才市场属于官方机构,能够保证档案的安全。但是当你找到工作的时候,应该要立刻办理就业手续,以便能及时地转正评职。

那么如果面对档案“失联”,又该上哪儿去找回档案呢?“最有效的方法就是回学校开始查。”周翔说,学校是学生档案最原始的地方,因为每份档案的转入和转出都会有详细的登记,只要沿着这条线索,就能找回自己的档案。



盘点各国招生时间特点

正值暑期2014年秋季入学的同学还没有启程,2015年的留学申请季却悄然来临。国外大学录取名额有限,一般都奉行“先到先得”的录取原则,特别是金融、商科等热门专业由于申请者众多,很有可能在申请截止日期之前就已经满额,停止招生了,因此对于学生而言掌握海外高校招生时间特点尤为重要。

英国:2015年硕士秋季申请提前开放

当大部分国外高校还尚未完成2014年秋季招生工作时,在英国已经有部分高校提前打开了2015年秋季入学申请的大门。

美国:9月为集中开放申请时间

据了解,申请时间提前的趋势不仅出现在英国,美国也有所提前,今年4月,中国学生申请率最高的美国加州大学也宣布将提前两个月开放申请。但美国留学申请一般都会集中在9月份集中开放系统,申请截止日期通常在次年一月份。

澳大利亚:部分学校全年招生

澳洲院校大部分学校采取两学期制,即每年1月或2月一次入学、6月或7月一次入学,也有部分学校采取一年三学期制——除了每年的2、7月份开学外,又增加了10月或11月份的一次开学。因此对澳洲的高校一般都是全年招生的,学生可以根据自身情况选择合适的入学时间。另外值得注意的一点是,有些“冷门”专业,如历史地理等申请人数较少的专业,每年只有一次开学(一般集中在1、2月份),因此也请有意申请的同学加以注意,灵活调整自己的申请时间。