

毕业班学生怎样过寒假

先调养身心,再开始提分大计

对于毕业班的学生来说,这个寒假至关重要,特别是初三学生,因为中考总复习从初三下学期才开始,而这个寒假正是新课结束与中考总复习的过渡和衔接阶段,如何充分利用好这个寒假让成绩再上一个新台阶并非难事。不少学生的寒假愿望也是希望成绩能提升,到底这个寒假该如何实施自己的涨分大计呢?且听过来人和老师的经验和建议吧。

【过来人分享】

那短暂的十几天补习让整个寒假过得很充实

理奇现在是某中学高三的学生,从初三至今,他课后一直都在课外辅导机构补习自己的薄弱科目。初三寒假,他报读了数学和物理两科,他希望通过补习,让原本强势的两科更上一层楼。

“初三寒假非常关键,我是从那个时候开始进入中考备战状态的。”理奇说,以往的寒假,他都爱睡懒觉,但初三这个寒假,因为有升学压力在即,再加上报了辅导班,每天早上8点钟就要开始上课,“不得不逼自己早起去学习。”理奇回忆,那短暂的十几天补习让整个寒假过得很充实,也为他

初三下学期的学习打下了扎实的基础。

“我数学和物理的单科排名在班上一般在15名徘徊,寒假补习期间,感觉老师所讲的方法和技巧特别实用,好像突然开窍了一样,下学期开学后,我这两科成绩就没有考过第三名以后。”

小非现在执信中学读高一,去年寒假,她一口气报了语文、英语、数学、物理、化学五门课程的辅导班。她现在回想,其实寒假没必要报这么多课程,“学习方法很重要,其实有些科目是相通的,比如语文和英语,知道了一科的

学习方法和技巧,就能融会贯通到另外的科目。班报得太多也让自己很累,压力也大,所以报班之前一定要先确定自己能否承受这么大的压力。”

除了学习上有比较大的收获外,小非在寒假班中也结识了不少外校的朋友,“一开始,我会觉得在那些名校生面前不够自信,不过后来跟他们一起学习和交流后,我觉得其实大家学的东西都差不多,渐渐地我对自己越来越有信心了,我觉得心态好是我能考上执信非常关键的一个因素。”



【名师教路】

养身体,调心态,勤中考

“到了寒假,学生们应该先好好休息,毕竟一个学期的紧张学习,身心俱疲,需要调整好才能进入下一个阶段的学习。如何‘调’?调养身体,积蓄能量;调整心态,助力中考。”某中学初三班主任周慧老师强调,尽管很多学生都很努力,很想争分夺秒学习,但不管是毕业班还是非毕业班的学生,都应该明白“一张一弛乃文武之道”。

周慧老师指出,调整身心并非每天睡到自然醒或疯狂打游戏到深夜,“假期最关键的是保持生活作息的规律,要早睡早起,最好能够保持在校时的作息,但寒假可以多一些放松少一些学习,最关键的是心情要放松。而且要加强体育锻炼,不仅是为下学期的中考体育作准备,更重要的是锻炼出强健的体

魄,这样才能应付中考备考高强度的学习。所以放寒假了,大家不妨先做好寒假计划,有个时间表来指导自己会比较好了。”

周慧老师也承认,这个寒假对初三学生来说至关重要,“很多学生以为,要好好把握这个寒假,就不能让自己松懈,所以报很多课外辅导班来补习。其实这个寒假的学习,大家只要把握两点就好了,一是复习,二是攻克自己的弱势科目,强化优势科目。”



山东省外艺考首次网上报名

考生网报看清两大变化

2月3日,山东省外院校艺考校考网上报名已经开始,由于2015年山东是首次实行校外艺考网上报名,考生在报考时需要注意报考流程和时间。

考生在网报时需要注意的是:报考专业考试前一天使用A4纸张竖向打印准考证,若要修改报考专业可在缴费前返回修改。山东省招考院提醒考生要根据自己实际情况和报考院校专业考试安排,自行确定时间不冲突。一次只能给一个专业(含兼报专业)缴费,并单独打印准考证。

另外,由于教育部对5类特殊考生发布了最新规定,艺术类专业的新政也在其中。受此影响,山东省省外院校艺考网报也推迟了一天,在山东招生的省外院校也紧急调整了专业招生方法等。天津工业大学、湖北美术学院等16所高校的艺术类专业被撤销,另外浙江传媒学院、长春师范大学等14所高校的艺术类专业变更。

“网络公益艺校”联合艺考专家成立带考服务队

4日,“网络公益艺校”联合艺考专家成立带考服务队,解答艺考生的报考疑问。专家建议,考生报考学校不可贪多,以报考6到8所为宜,可适当增多到9到10所,并拉开梯队。据

悉,为服务考生,提高报考精准度,“网络公益艺校”即日起推出大型公益活动,联合艺考专家,成立带考服务队,在济南、青岛、潍坊、淄博四座城市助考生一臂之力。

专业调整要看清

日前,教育部发布了《关于做好2015年高校部分特殊类型招生工作的通知》,要求高校严格依据教育部颁布的《普通高等学校本科专业目录(2012年)》和《高等职业学校专科专业目录》设置本校艺术类招生专业,其中本科专业不得增设专业方向,要综合考虑高考文化成绩和艺术专业成绩,完善择优录取的办法。

“教育部新发布的《通知》对今年艺考的影响主要在两个方面。”专家表示,一方面,通知不允许高校艺术类本科专业增设专业方向,导致部分高校调整了专业计划。

另一方面是《通知》对录取规则

的调整,专家表示,以往各高校的录取规则不一,十分复杂,《通知》明确今后的倾向,31所艺术类重点院校及部分参考录取的211、985高校录取将更侧重艺术分,综合类高校及普通文、理高校录取将更倾向于文化课成绩,后者对考生文化课分数的要求将进一步提高。

考生报考学校不可贪多

考生对报考要有良好的规划,报考的院校应根据自身水平和考试情况,考生报考6—8所精准院校,有精力适当增加到9—10所,是比较科学和理性的。

专家表示,所报考的这6—10所院校要拉开档次。以8所为例,考生可以报考5所提前批的院校“冲一冲”,然后报3所本科一批的院校“保底”。在5所提前批院校中,如果艺术成绩好一些,可以多选几个侧重艺术分录取的院校,如果文化课成绩好一些,可以多选几个侧重文化课分录取的院校,如果艺术、文化课成绩均衡,那选择一些综合录取的院校命中率会高一些。

寒假在家玩玩小实验

寒假即将来临,和孩子在家玩什么成了很多家长头疼的问题。旨在激发青少年对于科学及创新的兴趣的“雅培家庭科学教育”公益项目已经在100所学校举办了五届,倡导家长和孩子们一起利用杯子、硬币、报纸等身边寻常物品,完成科学小实验,发现近在身边的科学原理。

游戏1 硬币落杯

将一张扑克牌放在杯口,上面放一枚1元硬币,让小朋友在不拿起杯子的情况下用最快速度让硬币落入杯子里。

科学原理:惯性

当我们用手迅速弹开扑克牌时,硬币不会随着扑克牌运动,而是落入玻璃杯中,是因为牌和硬币原来都处于静止状态,手指作用在牌上的力,改变了牌的状态,却没有改变硬币。

游戏2 搭建平台

用3根小木条在3个塑料杯上方搭建一个平台,同一根木条能不能同时碰到2个杯子?木条上面能放东西吗?可以用杯子、筷子和利乐包试一试。

科学原理:工程结构设计

由于不允许将一根小木条架于2个杯子之上,必须考虑一下如何利用另一根木条的长度。经过认真设计,可以创造一个足以支撑第四个杯子的稳固结构。

游戏3 摆荡气球

将两个气球用绳子系好提起并间隔20厘米,在气球中间吹气,试一试是否会分开?也可以使用单页纸代替气球,沿着中线轻轻对折,让对折后的单页纸中间相隔20CM相互站立,向中间吹气,观察发生的现象。

科学原理:气压

当你在两个气球之间吹气时,气球之间的空气压力会减小。于是气球外侧的空气压力比气球之间的空气压力大。快速流动的空气要比慢速流动的空气产生较小的压力。因此两个气球受到更大的空气压力,从而被推到一起。

游戏4 超越巅峰

将酒瓶盖放入塑料盘中,让小朋友用滴管将水注入瓶盖,并观察水面超出瓶盖时,水会不会溢出。

科学原理:表面张力

水表面应呈穹顶状。这是因为水分子是相互吸引的。表面的水分子“依附”在下方的水分子,从而在水的上方形成一种“表皮”。对于水而言,这种特性称为“表面张力”。我们经常看到叶子或汽车上的水滴,就是表面张力起作用的样子。这种特性也是一些昆虫在水面上行走的原因。

