



高一新生该如何快速适应高中学习? 总结形成适合自己的学习方法很重要

新学期,对于即将踏入高中校门的学生来说,会有很多的不适应。那么,高一新生应该怎样快速适应高中生活、做好学习规划、迎接即将到来的学习和挑战呢?黄河科技学院附属中学吴德亮老师,郑州优胜实验中学资深高中年级长、语文教师贾永恒以及奥数金牌教练、维思培优机构高三领军计划名师郑瑞等三位一线的老师从多个方面进行了指点。郑报全媒体记者 唐善普

了解高中学习的特点,转变学习观念

高中的学习有很多不同于初中的特点,了解这些特点,才能深入高效地学习。

初中题型简单,变量少,更重视实验现象,课程偏向于介绍基本概念、基本事实。高中题型更复杂,变量增多,更重视抽象规律。高中的课程在知识容量上会大幅度增加,知识变得更抽象,理解的难度更大。这就是为什么不少同学初中成绩很好,但升上高中就无法适应新的学习方式,迅速掉队。

首先,高中各科学习知识量都很大,系统性强。各学科几乎涉及了

本学科的全部基础知识,而且均形成了各学科独特的系统和体系。学习时,注意把各科知识与其系统和体系联系起来,就有利于深入学习。

其次,综合性强,各学科互相影响。如果数学功底差会极大地影响到物理、化学的学习。而高中物理由于计算的内容增多,需要用到较多的数学知识,如二次方程、几何知识、对数函数等。同样,一个高中生语文水平的高低,常常体现在质疑能力、发展思维能力的强弱上,因此,语文的学习效果会影响各科的学习。

要遵循记忆规律安排学习

心理学家艾宾浩斯研究,遗忘呈现出“先快后慢”的规律。所以,对于高中生来说,首先,要及时复习。要想改变考试时前学后忘的现象,关键是要做到“及时”,特别是对于那些字母符号、公式、外语单词等意义性不强的学习材料,一定要做到趁热打铁,及时复习。

其次,学会分散学习。分散学习就是把某一科的学习任务分散到每一天,或者交替学习不同学科的任务。比如,甲同学学半个小时数学以后再学半个小时英语,第二天也是这样;乙同学今天专学数学一小时,明天专学英语一小时。甲的学习效果要明显好于乙,这也是各学科学习规律

决定的。

最后,坚持过度学习。我们记忆某些内容,到刚能勉强背诵时就停止了学习,结果过了不久就会忘记或出错。如果能“一鼓作气”,再多学几遍,效果就大大提高。而且这样熟练的记忆,保持时间也特别长久,这就是“过度学习”。

暑期提前预习并学着转换学习方式

在高中,学习要有自己的系统正确打开方式:主动学习。

要知其然知其所以然,学习概念不能停留在字面,对内涵和外延都要辨析;当知识体系变庞大后,梳理知识框架就变得至关重要。要学会掌握知识模块的研究对象、基本研究方法、得出基本结论,然后填充细节;要培养自己的学科

思维、训练逻辑推理的能力,这也是高考要求的核心素养。

另外,就是学会因“科”制宜,有的放矢地学好各门功课。高中阶段学科逐渐细化,各门学科都有明显的特点和规律。理科类,数、理、化学习重抽象思维,要善于融会贯通,学会归纳和演绎;文科类,语、史等重知识积累,要善于联系实际,学会知识的

迁移运用。同时,个别抽象性强的学科比如历史、政治等,可运用列表法归纳总结,理清章节间的内在逻辑,把握各学科的特点,因“科”制宜学好各门功课。

最后建议初升高的同学,在暑期通过提前预习高一课本,并学着转换学习方式,迅速适应即将到来的高中学习生活。

多元育人启迪智慧 特色发展助力成长 ——黄河科技学院附属中学助力学生实现梦想之旅

对于孩子而言,一个优秀的平台是成长的助力器,能够帮助孩子更好地成才。黄河科技学院附属中学正是这样一所学校,不仅让优秀的孩子变得更优秀,而且让有特长的孩子挖掘特长,受到更专业的指导。学校负责的教学态度以及发展特色教育,助力学子成才,深得大众认同,先后获得“全国影视教育研究实验学校”“河南省特色学校”“河南省优秀民办学校”“郑州市教育教学创新先进单位”“郑州市美育示范校”等荣誉称号。荣誉的获得离不开学校科学规范的管理、明确的发展方向、合理的办学方针。每一项荣誉的背后都凝聚着附中人的努力与付出。

近年来,附中初中部的学生在各类考试中成绩优异,中招成绩位居郑州市前列,尤其是高中部的学生,艺术高考中专业过线率一直保持前列,学子们从这里顺利走进中央美术学院、中国传媒大学等知名学府。对于就读的孩子而言,这里就是充满着无限可能,助力梦想绚丽绽放的理想学校。



唐善普

办一所对学生负责任的学校

机遇历来垂青有准备的人。1997年,现任黄河科技学院董事长胡大白以其远见卓识创办了黄河科技学院附属中学。

经过深入调研和广泛论证,学校确立了“办规范加特色学校,育合格加特长学生”的办学理念,提出“当有情怀的老师,做有温度的教育,办有魅力的学校”的发展方向,围绕“培养全面富有个性发展的人”核心目标,努力实现“办一所对学生最负责任的学校”的办学愿景。

为此,学校制定了“发挥优势,突出特色,打造精品,争创品牌”的特色教育发展规划,开

启了“质量立校,特色兴校”的发展之路。

特色教育的发展方向确定后,学校校长程晓林和她的团队用心血和汗水掀开了学校发展的新篇章。强抓教育教学管理,强化内涵建设,强力推进信息化教学,教师快速成长,学生全面发展,教育教学质量稳步提升,获得“全国影视教育研究实验学校”“全国影视教育示范校”等系列荣誉称号。

“爱与责任”是附中对老师的要求,生活上老师们要像慈母,教学管理上老师们要像严父。

程晓林校长常对老师们

说:“你想让自己的孩子上学时遇到什么样的老师,你就应该努力成为那样的老师。”

“第一次送孩子离开家门,内心很是忐忑,但经过近一学期的学习,孩子变化很大。不仅成绩有很大的飞跃,自理能力、生活能力也有很大的提高,最重要的是孩子更加懂事了,知道感恩家人。把孩子交给附中,真的很放心。”这是一位家长在该校网站上的一段留言。

程晓林说,每每看到此类话都会莫名的感动,这不仅是对他们工作的最高评价,也是对教育工作者们的最高肯定。

艺术教育助学生实现梦想之旅

作为一所民办中学,如何让学生3年后与实力雄厚的公办学校的学生竞争?如何让他们有出路?

为此,学校决定开展艺术教育。目前开设了传媒(播音主持、广播电视编导、影视表演)、美术(绘画、书法)、音乐(声乐、器乐、舞蹈)、体育(田径、球类、民族传统体育、体育舞蹈)等专业,还建设了高配置音乐厅、专用的小演播室、高清录播教室、电视演播厅、编辑机

房、影视表演排练厅。

如何将一张白纸绘成缤纷多彩的画卷?学校为此确定了“高一兴趣引领,高二专业分班,高三专业强化”的办学方针。从最初的生涯规划指导,到选择课程的专业评价,再到高考前的志愿填报说明会,步步为阶。编写了《美好的歌唱》《素描》《实用编导教程》等多种校本教材,开发书法、国画、流行音乐、影视鉴赏等兴趣基础课,组

建学生社团,为学生全面发展奠定基础。

办一所对学生最负责任的学校,是黄河科技学院附属中学的愿景,也是初心,一直从未变过。附中艺术教育以追寻教育的梦想、快乐与幸福为精神动力,分层培养人才,为学生“量体裁衣”,引领学生更好地发展。特长教育在为更多的学生带来快乐与幸福的同时,帮助他们实现华丽转身,开启人生新梦想之旅。

学校地址:郑州市航海中路94号黄河科技学院北校区
咨询处:郑州市航海中路94号黄河科技学院北校区门外东侧招生咨询处
咨询电话:初中部 68951473 高中部 68786058 68951288
办公室 68951378 手机 15690881858 在线咨询:1115336472
微信号:hhstufszx1997NO1 网址:www2.hhstu.edu.cn/fszx/
乘车路线:乘坐地铁5号线、B10、B21、4路公交车到孙八寨站下车即到。