



初高中生如何做好假期衔接呢?高中生相比初中生而言,“鸭梨山大”是可想而知的了。如果想要快速适应大幅度的变化,跟上进度,快速适应高中的快节奏生活,就做好假期衔接工作。对于初升高的中学生来说,应该怎样进行初升高的衔接呢?采访中,业内人士分析认为,暑期里初升高关于知识方面的衔接,最好是“宜粗不宜细”,这样可能对高一的学习更有利。  
郑州晚报记者 唐善普

## 人生第三棒:初升高

# 知识衔接“宜粗不宜细”

### 老师观点: 假期知识的衔接“宜粗不宜细”

“初中和高中在学习上存在很大差异,思想上要有正确的认知。”从事衔接教育15年的丁老师分析认为,初中学习的特点是侧重形象思维方式,学习方法主要是记忆、重现、简单模仿等。但高中学习的特点是侧重抽象和理性思维方式,单科知识容量加大,对能力的考查提高,要求学生有更强的分析、概括、综合能力。尤其是高中教材内容跳跃性增加,难度增大,教材编排、内容安排、培养目标、教学方法、管理方式和评价手段等方面都不一样,既要注重基础的理解和掌握,又要注重能力的培养。

丁老师特别提醒学生:实行新课标后,降低了学科难度,更加强调能力的培养,需要学生理解和消化的地方增多,自学方法和能力也变得尤为重要。所以,假期知识的衔接上最好“宜粗不宜细”,以免新学期里因提前都已学得太过细而失去课堂听讲兴趣,因此假期可在能力培养上多下些功夫。

“王朋仨人的方法很可取,假期里对初升高的各方面准备很充分。很值得借鉴。”丁老师认为,在不忘新学科知识的提前了解及难点把控的同时,注重对一些学科知识点的重点衔接,又借鉴了好的学习方法为高中阶段配备了秘密武器,尤为重要是在兴趣及能力把控与提高方面,为高考储备了大量的综合能量。

今年参加高考的王朋(化名)说起当年初升高的过渡,就是一句话:抓住了高一,就容易抓住整个高中。他认为高一新生容易存在最大的问题就是心理问题:以自我为中心,缺乏主见,缺乏目标、无所适从,意志薄弱。

“我个人认为,初升高的目的不是为了去学习高中知识,而是学会如何适应高中生活。比如有积极的学习态度,掌握好的学习方法,轻松取得好成绩这才是王道。”王朋告诉记者,假期趁中考后难得的机会,对自己进行一次全面提升,实现角色的转变,就能为高中学习打下良好基础,适应高中的学习和生活,顺利实现初升高的过渡,从而在高中学习中事半功倍,提前进入高中学习的快车道。方法对学习不累,这是他最深的体会。今年他们仨人都轻松过了一本分数线。

三年前,优秀的初中毕

业生王朋同样面临很多孩子一样的问题:如何顺利过渡初升高。但王朋小学毕业的父忙于小店生意,根本就跟他谈过什么衔接和过渡。王朋有两个要好的朋友,三个孩子人小心大,有主见,成绩都中等偏上,脑子活跃,爱玩肯学。王朋说他们三人的假期是“玩”过去的,但这种玩是带着目的和目标玩的。

首先是看书。一周时间熟悉了高中教材,了解高中学习的重点和难点,了解题型和试题应对技巧,拓展解题思路。与此同时,他们利用整个假期的零星时间,读了一些课外书,以积累与课堂内容相关的铺垫性知识为主,如语文方面的文学常识和阅读名人传记,提高阅读能力、积累课外知识。另外是英语多下了些功夫:记单词、多听英文节目练听力、熟悉语法。

然后是上网查找并筛选适合自己的各个科目学习方法。一些学哥学姐的学习技巧非常实用。因为与学科知

识和难度及要求不同,高中比初中难度大得多。了解和掌握其方法和技巧,在高中阶段运用方法来学习,将会让自己变得更自信,学习兴趣也会更浓。这些过来人的学习方法对后来三年高中学习非常有用。

第三件事就是定学习目标,激发学习动力。包括假期外出旅游,到洛阳和开封见识了古都风貌及人文景观,参观了河南博物院和郑州科技馆等,通过接触大好河山,了解科技和社会的发展来树立自己的学习目标,激发学习动力,提高学习兴趣,调动求知欲望。

还有一件是串着高中三年的事,就是努力培养自己的能力,包括思维能力、迁移和运用知识的能力、心理调控能力等。“现在的试题越来越活,死读书肯定考不了高分。”王朋说,三年来,他们每周打两场球的爱好一直没丢。兴趣与爱好不要丢了,越是学习紧张越要适度会玩,张弛有度,学习精力才更足。

抓住高一,整个高中就容易了  
王朋的故事

## 初升高能力衔接要“注重培养情商”

### NO.1心理上

#### 孩子摆正心态 家长适当鼓励

采访人:家长冯先生 虽说孩子要上高中了,但毕竟才10多岁,所以家长要对孩子有耐心,要提前让孩子在初中升高中有个适应过程,尤其是心理上。

初中和高中的学习内容、难度、方法、思维方式等对孩子来说都不同,说多了孩子反而害怕。去年孩子中考后,过了半个月我才跟儿子谈了一次话。我只告诉他两点:你是初中的尖子生,但开学后如果不努力,高中成绩可能一塌糊涂,要有这个心理准备;如何保持原有优势,在高中还能成绩遥遥领先?经过我俩协商,确定孩子要做两方面准备:

一是树立高考目标。孩子的大学是非北大不上,那好,就将他心仪的大学作为高中三年奋斗目标。怎样实现?就当时来说,利用暑假多读书,以便开学时能很快进入学习状态。从假期开始抓基础,在以后学习中做到考前有把握,发现漏洞立刻补,绝不拖延要懒惰。

二是增强责任感,尤其要提升自信心。以前孩子小,养成了事事靠父母、上学靠老师的习惯。我告诉孩子,这些都给他种下学习不独立的种子,养成了不好就怨他人的不良习惯。但你不可能永远在别人的呵护下生活、做事,要学会自己解决自己的问题。我要求儿子学习上要独立思考,实在不会再问别人,树立“做不好事情是我的责任”的意识,更要对自己有信心。

人生成功的决定因素不仅仅是智商,还有情商。初高中衔接同样重要的一项就是情商的培养。要让孩子的情商(EQ)和智商(IQ)同时得到发展,为孩子人格的成长铺就绿色通道。得当的情商培养对孩子的终身发展起着积极作用。研究表明孩子未来成功20%取决于孩子的智商,80%取决于情商。所以,情商的高低是决定他人生失败和成功的关键。 郑州晚报记者 唐善普

### NO.2方法上 培养或提高自学能力

受访人:高中部语文教研组长李老师在新课程方案的普通高中教育培养目标中,特别强调使学生具有终身学习的愿望和能力,自学能力是这一能力的基础,培养自学习惯是培养自学能力的关键。在初中大部分同学是在老师的督促检查下学习的,没有自学习惯,但进入高中后老师的督促检查明显减少,代之的是学法的指导。这就需要学生加强自学的能力。

比如,在假期里,可以引导学生提

前看一遍高一的课本。这就是培养自学能力的好时机。预习怎么做?

第一,要有毅力。因为初中很少有自学的经验,所以看不下去看不懂都很正常。第一遍看不懂,就放下书想一想“我为什么看不懂?”是精力不集中还是方式不得法?接着看第二遍,直到看懂为止;第二,边看书边动笔。在课本上该圈的圈,该点的点,该记的记。这样能强制自己积极思维,寻找重点难点,提高效率;第三,

学会归纳总结。这一点很关键。要把看到的主要内容和思想方法列提纲,让记忆有条理;时间长了,就形成了自己的学习方法;第四,善于将知识运用于实践,主要是做题。这一点尤为重要。作为学生就是要会运用,让“死”的知识点“动”起来,在每道题中得以体现,同时达到巩固所学知识和加深理解。

暑期如果用此法把高一课本“过”一遍,自学能力也就基本具备了。

### NO.3素质上 高中要注重情商的培养

受访人:河南省教育心理专家路应杰 情商(EQ)又称情绪智力,它是认识、调控和激励自我情感的能力,也是关系他人和协调人际关系的能力,包括自我激励、百折不挠、理性思维、善解人意、唤起希望、战胜挫折等心理品质。

研究表明孩子未来成功20%取决于智商,80%取决于情商。情商是决定人生成功的关键。所以,高中需要多培养孩子的情商。通过提高非智力因

素来促进智力的发展,比如坚定的信心,时刻调整心态来克服学习中的困难,刻苦努力坚持到底不放弃,综合素质能力等。

高中的学习是人才选拔的教育,竞争激烈,家长要进行挫折教育,多鼓励孩子勇敢地面对挫折,克服自卑心理。如果孩子心理不稳定,承受力小,常为小事烦恼,肯定会影响学习。高中的孩子大多住校,大部分时间在学校,所以,

沟通交流也是学生具备的重要素质。家长要鼓励孩子多与老师、同学及父母沟通。

另外,家长和老师对孩子可以通过目标激励,增强自信心;通过合作学习,培养社交能力;引导多方位思考问题,如“塞翁失马,焉知祸福”,培养辩证思维能力;培养幽默感,以轻松的心情对待环境压力,以微笑对待生活等积极乐观向上心态。