

# 这个暑假 初升高“无缝衔接”

“准高中生”提高自学能力 调整心态是关键



高中生学习方法很重要，老师也更重视因材施教。

今天，2024年青岛市初中学业水平考试成绩将发布，中考生们将带着这一阶段的成果，重新迈向新的高中征程。相比初中，高中的教学内容在广度、深度、难度上均有所提升。那么，这个暑假，中考过后的孩子们应该怎么做？怎样的“衔接”才是最重要的？青岛早报记者邀请高中优秀教师和班主任们以“初高中衔接”为话题，为家长和孩子们解答。

## 调心态 家长“别变脸”以鼓励为主

中考后，考生和家长的心理多少都会有些波动，忐忑、失落、焦虑、矛盾……这些心情可能都会在这个暑假交织出现。不管中考成绩如何，家长们一定注意不要“变脸”，向前看，做好准备，做为孩子赋能的有力量的家长。

“家长原则上要‘闭上嘴，迈开腿’。”青岛五十八中学生处副主任、语文教师、班主任丁旭东老师建议家长们，“闭上嘴”是指在学业上不要做太多干涉，尤其是不要拿20年前参加中高考的经历再说现在的情况；“迈开腿”就是多给学生做好后勤保障和服务，暑假通过旅游和研学等方式去陪孩子看看大好河山，也可以了解一些感兴趣的大学，给自己确立一个目标。“在这个过程中注意多听孩子的心里话，家长要从一个教育者或一个权威的‘发言人’，变成一个倾听者。”他说道。

即使是中考成绩优异，进入高中后，可能也会遇到新的挑战。青岛一中班主任张磊介绍，高一是一个不稳定的过程，大多数学生会有一个相对较长的调整期，学习成绩上下波动，这都是正常的表现，是孩子在寻找适合自己的方法。所以他们需要家长的关注，在他们遇到困难时，家长也要适时地给以鼓励和帮助。而不能总是拿孩子的初中成绩与现在进行比较，动不动就批评打击孩子。

作为初高中衔接的重要一环，家长和孩子都要调整心态，有准确的目标定位。“到了高中，在高手如林的情况下，人人都名列前茅是不可能的。这就要求学生和家长面对现实，重新审视自己，给自己一个准确的定位，适时做好心态调整。如果有些家长因思维定式，认为初中成绩好，到了高中也是一样，一旦看到孩子成绩落后，就简单粗暴地骂几句打几下，就势必会伤害孩子的自尊心、影响自信心，不利于孩子在高中阶段的适应和学习。”张磊提醒，高中阶段是一个孩子心理生理都急剧发展的时候，家长要与子女多沟通，制定符合实际的预期目标，给予合理的期望。

## 学方法 可以“提前学”不局限于课本

老师们建议家长转变家庭教育方式，与孩子沟通更多地偏向“放松”式的交谈，适时给孩子“自由”，但这又不是“放任”，还是要做好督促工作。在这个“初升高”的暑假，很多学生会选择“提前学”，为高中打基础。那具体应该怎么做呢？

青岛九中语文教师、班主任朱春晓指出，针对基础较薄弱的学生，单从语文学科角度来说，可以梳理一下初中知识，尤其是初中的文言文基础知识，以及强化练字。预

习也是必不可少的，例如提前背诵，加强阅读。“推荐两个最基本的做法，一是必要的工具书勤查勤看，《现代汉语词典》、《古代汉语词典》或《古汉语常用字字典》；二是备好语文学习的‘三本’：知识本（字词积累、语言文学知识系统梳理）、杂记本（阅读时的摘录抄写）、随笔本（所思所感）。”朱春晓告诉记者。

对于阅读推荐，朱春晓也指出，“如果孩子们想跟高中的课程有所衔接，可以将高中要求的整本书阅读《红楼梦》、《乡土中国》提前看看，高中课本中涉及的鲁迅、老舍、沈从文等的文学著作，感兴趣的都可以提前阅读。如果想在文言文上下功夫，功底好的孩子可以去看《史记》、《资治通鉴》，文言功底不那么扎实或对兴趣不太浓的同学，可以读《世说新语》、《三国演义》、《聊斋志异》等。总体来说阅读以自己喜欢为先，散文、时评都可以，开卷有益。”

高中的知识容量大、难度增大、系统性和综合性增强。丁旭东强调，高中学习自学比重加大，自习课时间多，还有学生住校，这就需要学生有足够的自我约束能力、计划性和主动性，要尽快完成从“要我学”到“我要学”的转变，这也应是假期自己“提前学”着重锻炼的部分。

张磊也建议，高一是学习习惯形成的关键一年，家长应该如何指导孩子建立良好的学习习惯？可以用这样的方法：指导孩子科学安排时间，制订两张表。“一张是一天的学习生活作息时间表。从早到晚，从起床到睡觉，将学习时间、休息时间安排得井井有条；另一张是一周学习计划表，查漏补缺合理安排。这两张表可促使孩子克服忙乱现象，有条不紊地学习、活动、休息。”

## 谈理想 不妨聊聊职业目标和未来

选科是每个高一学生都逃不开的问题，因为选科关系到未来的高考志愿填报、职业走向。为了以后不走弯路，初升高阶段的学子不妨在暑假思考一下自己的生涯规划。激发孩子自我成长的内驱力，是家长和老师共同面临的一个课题。

丁旭东说，“一个青年人如果有了远大理想，那么他的心胸就会打开。”家长们可以利用专业的量表，更精确地了解孩子的性格特点、兴趣爱好，为未来选科、选专业做准备，选科有方向，学习有目标，才能把努力价值最大化。他也鼓励同学们利用假期再去发展或增强一门体育活动，每天积极进行健康的体育锻炼，高中学业压力、强度相比初中明显加大，更需要学生有一个健康的身体和乐观的心态。

最后，老师们鼓励家长和学生们，中考成绩过后，由此迎来新起点，一切从头开始，放平心态。面对未知的挑战，紧张在所难免，但完全不必焦虑。有问题多沟通，与其他家长、老同学、新同学、老师们，只要多沟通，问题都可以解决。

观海新闻/青岛早报记者 杨健 实习生 白娜 摄影报道

## 市北区教体局 儿童学习研究上新

近日，青岛市市北区教体局举行儿童项目式学习（PBL）研究中心揭牌仪式，标志着山东省第一个由教体局成立的儿童项目式学习研究中心诞生。揭牌仪式由市北区教体局党组成员、教育总督学冯贡青与全国著名项目式学习专家、北京师范大学教育学部博士生导师桑国元教授共同完成。桑国元教授与首都师范大学学前教育学院教授于开莲被聘为中心首席专家。冯贡青宣布了16所市北区幼儿园项目式学习实验园及50名“种子教师”名单。市北区第二实验幼儿园教师宋松、市北区乐安路幼儿园园长赵萌和小朋友们分别带来了精彩的项目式学习案例分享。

## 高安路幼儿园 多元阅读助力幼教

近日，“青岛市幼儿园精品课程成果推介暨培训研讨会”在高安路幼儿园紫台园区举行，市北区各幼儿园从园本课程建设、教学活动、游戏创设、课程案例等多个角度，全面展示持续开展“多元阅读·智慧成长”课程研究的相关成果。高安路幼儿园逢静园长作《阅读，让课程自然发生》经验交流，介绍了“小满”生活课程的理念与架构，结合丰富生动的案例，展示了阅读在课程、高质量游戏、构建儿童生活空间和家园社协同育人机制中发挥关键作用的典型经验。市北区学前教研员朱平携手幼儿园家长、教师，以阅读沙龙的形式开展交流活动。市北区教育研究发展中心将以此次研讨活动为契机，持续深化研究，致力于提高幼儿在多元阅读中的参与度、探究力、合作性和实践能力，让课程在幼儿的阅读思考、创新实践中不断推进，提升全区各幼儿园课程与教学质量。

## 青岛第二实验初级中学 新初三生顶峰相见

近日，青岛第二实验初级中学新初三全体学子举办升楼仪式。卢宝山校长为各班授予班旗和中考倒计时牌，督促学生不要懈怠，鼓励学生们要有“三气”，即勇气、志气和底气。同学们自信地踏上红地毯，昂首阔步走过状元门，来到了精心布置的教室。班级内的气球、对联、横幅、美好寓意的水果，还有棒棒糖门帘、心愿墙、可乐塔、气球拱门等，各班庆祝花样繁多。在班主任的带领下，班主任老师召开班会，总结期末考试的经验，再次与同学分享初三一年的学习经验。同学们更加坚定了内心的信念，踌躇满志，踏上新初三的征程。

## 青岛育新小学 “老游戏新玩法”

为贯彻落实“双减”政策，加强“跨学科主题学习”研究，以科学合理的评价方式全面检测学生的综合素养，近日，青岛育新小学开展以“老游戏新玩法”为主题，将语文、数学、英语、科学学科与传统体育游戏相结合的跨学科主题学习闯关活动。无纸化综合素养评价激发了同学们的学习和运动兴趣，青岛育新小学将不断致力于提升学生综合素养的有效探索，让孩子们在充满智慧的学习过程中收获成功喜悦。

观海新闻/青岛早报记者 杨健