

关注高考



家长:如何帮助孩子备战高考

新的一年来了,高考的脚步也近了。这个阶段孩子在复习上有些不知所措,作为家长应该如何帮助孩子有效备战高考?

丰台二中校长何石明建议:首先是信任孩子,只要您的孩子在努力学习,认真备考,就相信孩子一定能取得应有成绩。一分耕耘,一分收获,高考不同于其他一般性考试,最终靠实力,这个实力是孩子十几年形成的,只有一滴的积累,才能离成功越来越近,没有任何捷径。

目前,很多复习内容并没能完成,是调整巩固提高的最佳时期,是复习主干知识的重要阶段,是积累高考应试经验的开始,学生利用好这段模拟考试还没到来、相对“清静”的美好时光,弥补高一高二学习的漏洞,总结学科考点的最好时期。跟着教师节奏,可以利用大数据系统,收集好自己修改个性化的错题集,找出自己答题时的问题和学习规律。然而,很多考生不能对这一时期不够紧迫,没有认识到重要性,家长及时提醒,一如从前一样严格要求,不放纵孩子,帮助孩子通过信息平台、大数据系统整理模拟考试试题,收集错题,找出规律,总结各学科知识。

同时,这个阶段一部分学生往往心浮气躁,静不下来。而家长却无所作为,没有采取切实措施化解孩子的焦虑。有的考生在考前没有计划,东做一套题目,西来一个突击。听老师说要抓基础,就盲目抓了三天基础;又听同学说早上读英语管用,就起了五天早等等。这是没有定力的表现,心始终处于一个漂浮的状态,不能冷静下,想想如何针对自己的问题和长处,采取独到的

复习方法,最终漏洞没补上来,真正高考时,遇到一两个题目不会做就惊慌失措,发挥失常。

面对高考,要做到战略上要藐视,要相信认真的复习会有效果。此时,专注于考试准备一件事,任凭外界风吹雨打,不要听小道消息,不要相信有意外或超常,家长要告诉孩子,一定根据自己的节奏,依照个体的特点,有的语文作文基础不好,有的是英语听说口语不好,有的是选科目难题不能放过,五花八门,不能一概而论,每个学生都有自己的学习习惯和方法,没有最好的,只有最适合自己的。家长要从不同角度了解孩子的状况,告诉孩子学习如同生活,每个人都一样,只要静下心来,按部就班就好。

孩子要高考了,家长难免兴奋而紧张。然而家长最难做的就是拥有平常心。有的考生家长为了孩子考前离学校或考场近一点,在学校或考场附近新找一房子给孩子住;怕孩子记忆力下降,买补品等,家长为了孩子一片良苦用心,可以理解,但不可取。

建议家长保持平常心,不要在考前改变家庭环境,让孩子正常作息,给予孩子正常的帮助,不过分关注。家有孩子要高考,这是全家的希望和自豪的事,不要将这种美好的过程附加太多的条件,高考不是孩子人生一生最高的追求,也决定不了整个人生。家长最重要的是永远相信你的孩子,每个孩子是独一无二的,是父母的杰作,对孩子适度的激励,让孩子以一颗平常心面对高考,不要对孩子复习指手画脚,少做主,多做饭,只要一起共克时艰,相信花开眼前。

武文娟

高中生:如何提升学习自律性

对于我们中学生来说,上网课成了对学习自律性的最大考验。少了老师的当面监督,没有了同学之间的比拼,会让我们不自觉地懈怠。而对自律的同学来说,持续认真学习,不断积累知识储备,会让他们进一步超越自我。无论是线上还是线下课,坚持自律是提高学习成绩的关键。是选择慎独自律,严于律己?还是选择消极怠惰,敷衍了事?这是摆在我们高中生面前的一道选择题,我们都应做出正确的选择。在这里,我想跟同龄人谈谈我自己的心得。

制定目标,高效完成

每天课后,我都会明确今天要完成的学习任务,规定好每项任务的完成时间。在学习过程中,专心致志,心无旁骛,并保持持续的学习和思考,直到彻底掌握当天的知识点。在规定时间内完成自己制定的目标任务,不但让我更高效地完成作业,并做好预习和复习,而且留出了更多时间去拓展训练,去探索更大的学习空间。

坚持运动,保持活力

久坐学习会导致体质下降,只有保持身体健康,才能让自己有精力去更好地学习。坚持体育运动也是最好的自律。我每天在家里都会做一些简单的运动,让自己保持活力;每周五我都会跟教练打羽毛球,风雨无阻,在挥汗如雨的运动过程中磨练自己的意志力,使自己变得更强,也大大提高了我的自律能力。

常见成语辨析

残杯冷炙:炙:烤肉。残余的酒水。亦可比喻豪门富户的施舍。出处:《颜氏家训·杂艺》:“不可令有称誉,见役勤贵,处之下坐,以取残杯冷炙之辱。”近义词:残茶剩饭。反义词:山珍海味。例如,只剩下残杯冷炙了,怎么招待客人呢?常用来比喻权贵豪富的施舍。多作宾语,也作主语、定语。

残兵败将:战败后残存的军队。近义词:散兵游勇。反义词:坚甲利兵。例如,你们这些残兵败将还敢跟我们比赛一场吗?多指被击溃的军队或势力。常用来戏称在比赛

中失败的一方。
一般作主语、宾语。“残兵败将”和“散兵游勇”都可指被打败的军队。区别在于:残兵败将强调“残、败”——被击溃了的,残存的;“散兵游勇”强调“散、游”——没人统率,独自行动。残兵败将可泛指被击溃的势力,可戏称在竞赛中失败的一方;“散兵游勇”可泛指没有组织到集体中来而独自行动的人。

(未完待续)



我的新年愿景

花开花落,云卷云舒,蓦然回首,2022年已经落幕,2023年的钟声也已敲响。我觉得自己有必要回首这一年的得与失,以在新的一年里有更大的经验、更足的底气去迎接新的挑战。

2022年,对于我来说真的是意义非凡。上半年,升入初一的我不停地给自己加油,让自己一点点进步,因为我明白,班里有许多“黑马”会不断涌现,如果不努力,那我就只能是被刷下去的那一个。虽然成绩一直不是很理想,但我相信只要努力了,结果总会是好的。下半年,因为疫情,我们开始了居家学习,现如今,已3月有余。在这期间,我学到了很多,也体验到了很多。刚开始,我并不习惯这样的生活,每天上课笔记跟不上,作业还是会做到很晚,课外的知识没时间去学……我的一天像是乱了套,使我变得烦躁不安。但没过多久,我找回了以前的状态,每一天都变得井然有序。作业每晚21:30左右就可以做完,那么我就有40多分钟的时间去复习巩固当天所学的东西或者学习课外知识,生活过得很充实。但我还认为这是一场巨大的考验。线上学习,使得自律的人更优秀,不自律的人更是一落千丈,谁也不敢松懈,每个人都在默默努力。

这一年里,是我和妈妈待在一起时间最长的一次,我觉得我们娘儿俩的关系并没有出现,像有的家庭会发生的争吵不休的那种情况,反而是越来越亲密,而且我更深刻地体会到了母爱的爱。

2022年承载着成长的过程,记载着我进步的历程,尽管有微笑也有泪水,有奋起也有失落,但只要尽力而为,当以后再次回首往事时,那必将是我们将人生的一笔财富。时代一直在改变,那么我们就应该将目光投向2023年,投向未来,因为未来是希望,未来是机遇,未来是属于我们的时代。就像我们的国家在风雨中前行,虽历经坎坷与磨难,但她正迈着矫健的步伐,走在世界的前列。

未来是一个未知数,它需要我们去探索,我们要用理想去创造未来。展望2023年,我们会找到自己前进的方向;展望2023年,我们会找到自己的目标;展望2023年,我们会拥有更多的力量。

2022年再见! 2023年你好!

朔城区五中(320)班 段煜钦

指导老师:卢今

从此,我不再放弃

数学,我的弱项;数学,我的死对头;数学,我成绩单上的拖分科,自从我和数学打交道以来,我灰心过无数次。总是把我的努力随风飘走。

成绩单发下来,我欣喜若狂地打开,并坚信一定可以考好,因为这是我努力了半个月的智慧结晶,“语文92分,数学72分,英语88分……”我瞪大双眼,顿时一盆冷水当头泼来,扑灭了心中的火焰。又一想,对于我的智商,我有太多的无奈,尽管我多次的补习、做试卷。这些努力是得不到一丝回报,最终也是及格而已。

我无力地趴在桌子上,看着卷子鲜红的72分,解题的思绪如千万根断了线,风一刮,怎么也扯不到一起,哎,我真笨,也好不甘心……

回到家里,我坐在阳台上,发着

坚定信念 继续向前

人生路漫漫,偶遇困境,我便不会迷茫,点亮心中的信念,我继续前行……

小升初后,繁重的学业铺天盖地而来,我常常觉得自己置身于迷雾之中,不知所措……

很快,升入初中后的第一次期中考试接踵而来。这次考试无疑是我初中生涯的分水岭,看着自己并不理想的成绩,我怅然失神,觉得曾经的坚持与努力全都付之一炬,感到前途渺茫,我不禁流下泪水。

这时,妈妈走进房间,她似乎并没有看到我眼角的泪水,而是自顾自地开口道:“你看,咱们楼前不是有一排矮牵牛吗?”我抬头望去,只见大雨冲刷后那一排矮牵牛正直挺挺地立着。

正当我为此而感到惊奇时,妈妈

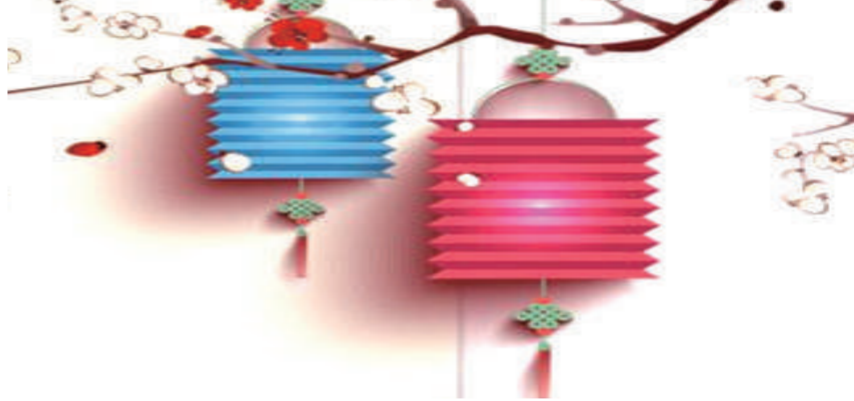


总结2022,展望2023

“哇”,2022年杀青了,迎来了2023年,一年又一年,过得如此之快。归零、更新、重启、向上!凡是过往皆为序章,所有未来皆为可盼。在过去的一年里,也许你踏足山巅,拥有花团锦簇的风光,也许你进入低谷,经历了一个人的兵荒马乱,但是没关

系的,都过去了。潮起潮落,花谢花开,流年就在弹指间,蓦然回首,一年已过,在2022年发生了许多事。我们完成了初一的学业,但是当我们迎来初二的时候。疫情又来席卷了我们,刚开学不到两个月,我们又开始了网课,还有线上考试;不

新年新希望



时光荏苒,岁月如梭。一去便不复返。2022年已经过去,2023年也如约而至。今天回首2022年,更觉得像一条路,一条由汗水、泪水拼接而成的路。回头望,走过的路早已大雾弥漫,来时的路已经全然看不清楚。

依稀记得前年跨年时的样子,那可谓是“疯狂”,我们班级里无一人不因为即将跨年而感到高兴。

但是后面的考试,跨年时有多疯狂,考试就有多狼狈。我信心满满地走入考场,到头来灰头土脸离开了考场。那一次考试,我没有考取到一个好成绩。

从那以后,我真正确解到了学习的重要性。并在然后的寒假中努力学习,玩是肯定玩了,但主要以学习为主。到了初中生涯第二个学期,我把大部分精力转移到了学习上。这才使得在新的学期考取到了不错的成绩。

到了暑假,我游历了许多地方,长了许多见识,俗话说得好:“读万卷书,行万里路”。我在学习与玩耍中成长,

这个暑假,去了许多地方,见了很多人,掌握了许多以前不知道的知识。再往后几个暑假就很像这样痛痛快快地玩耍了。

离开暑假,步入秋天,一个安然无恙的九月过后,进入了金秋十月,而这个十月,却是一个不平凡的十月,因为疫情,我们被迫居家隔离,开始网课的生活。这一等,就等到了现在。我们已经有了3个多月没去过学校了,多么希望疫情可以早日结束,让我们回归正常的学习生活。

2023年,机遇与挑战并存,梦想与辉煌同在。我将满怀信心,朝着目标迈进,无论多么忙碌,无论我身在何地,心底一定要预留一份该有的纯真,新年给我带来新的希望,给我重新开始的机会。

告别2022年,迎接2023年。过去再美好,即使努力回忆,终究回不去。眼下再艰难,勇敢微笑面对,终会跨过去;未来再遥远,只要不停步,终将能到达。

朔城区五中(316)班 杨力

习作园地



仅如此,这一年还让我体会到了“小阳人”的痛苦,发烧、嗓子疼、头晕目眩、四肢无力,一直持续了五天。疫情静默期间,我们也是身在前线的战士,再次回忆起那段时光,是自己努力的背影,是额前流下的汗水,尽数淹没在知识的海洋中……

2022年落下帷幕,2023年已经到来。新的一年,新的开始,往后的日子每一天都是崭新的。2023年,愿新的一年,温暖如初,阳光满路;愿新的一年,功力拉满、业绩突出;愿新的一年,良友相随、万物欣欣;愿新的一年,挚爱可亲、幸福可触。

朔城区五中(316)班 杜昱璋

指导老师:卢今

“不要为消尽之年华而叹息,必须用新的面貌来迎接匆匆溜走的好时光”。

——题记

人生宛如一场万物之旅,匆匆又匆匆,时间宛如插上了翅膀,流逝得越来越快,一不留神,便是一整天。蓦然回首,今天竟已是2022年的最后一天。

回顾2022年,这是不平凡的一年,这一年中承载着我的欢欣、激动,也有偶尔的失落与彷徨。疫情静默期间,人们足不出户,都在家中;世界仿佛静止了一般,停止了一切运行;人们在出行、看病、吃饭等方面存在着一定的困难。但是,我们经历过艰苦卓绝的努力,战胜了前所未有的困难和挑战,点点星火汇聚成炬,这一切凝聚着无数人的辛勤付出和汗水,每个人都不容易。静默期间,我们青少年也是身在前线的战士,再次回忆起那段时光,是自己努力的背影,是额前流下的汗水,尽数淹没在知识的海洋中……

2022年已经过去,我们迎来崭新的一年,不管以往成功与否,遗憾或自豪,2022年永远属于过去,属于历史,如一颗陨落的流星划过天际,来不及招呼;2023年如朵朵漫天飞舞的蒲公英,尽显招摇之态。2023年是一个新的起点,在来年之际,让我们真诚地道一声:“再见2022年,你好2023年!”

新的一年,愿世界和平美好,幸福安宁,大家皆得所愿。

回顾往昔,我们无怨无悔;展望未来,我们信心十足。

朔城区五中(320)班 刘姝婕

指导老师:卢今

回顾与展望

在朴实雄浑的中式建筑下,播放一首中国风歌曲,跳一个“飞天”,岂不美哉?

游戏中也有中国风。不要不信,越来越多的游戏元素都将中国元素融入在游戏中。以《纸嫁衣4:红丝缠》为例,它是一款解谜悬疑游戏,其中有八卦、皮影戏,甚至是各民族的风俗,其效果让我再一次感叹中国风的魅力。

假如传统文化脱离了现代因素,会变得死板,而现代因素离开古典文化,也会变得空洞。所以,为了传承和发扬中国古典文化,我们不仅要对其有浓厚的兴趣,还要有新奇的想象力,让中国文化“活”起来,把它一代代

传承下去。

朔城区五中(324)班 尹涵宇

指导老师:高红岩

我眼中的中国风

中国风,在百度上的意思是中国风格,是建立在中国传统文化的基础上,蕴含大量中国元素并适应全球流行趋势的艺术形式或生活方式。所以说,中国风就在我们的生活中。

歌曲中有中国风。在现在,中国风的音乐越来越多,从火遍天下的《青花瓷》到助力冬奥的《雪龙吟》,皆是体现了音乐中的中国风。当熟悉的旋律再次响起,只不过,这次的戏腔还带着些音乐的韵律,变得更加醉人。

建筑中有中国风。当今,中式建筑十分常见。以佛寺、故宫、四合院为代表,其飞檐翘角、斗拱彩画、朱柱金顶,园林景观无不体现了中式建筑艺术之纯熟与感染

力。如南京博物院,它的屋顶就是模仿了辽代建筑,让檐部缓缓翘起,给人以腾飞轻快的感觉。试想一下,站

又缓缓开口:“矮牵牛,又名撞墙朝颜,听起来很脆弱吧?可当它们经过大雨冲刷,即便有些狼狈,但不一会儿,就又重新站起来了。”

我望着那一排矮牵牛,它们虽然渺小,但不似看上去那般脆弱,竟在经历挫折后依旧绽放出美丽的花朵。面对挫折,它们并没有选择逃避怯弱,而是选择毫不犹豫地去战胜挫折,从未迷茫。

朱自清先生曾言:“燕子去了,有再来的时候;杨柳枯了,有再青的时候;桃花谢了,有再开的时候。”是啊,今天失败了,还有明天,只要我们努力去战胜失败,就会有希望。

从此,再遇困境,我便不再迷茫,坚定信念,继续向前……

朔城区五中(335)班 马敏

指导老师:高红岩

