

初三生早定中考目标

本报讯(记者 徐凡)初三生已迎来新学年。有关老师提醒,除知识、身体和心理上的准备外,考生还要提早确定合理目标并有计划地实施。

不少学生暑期就开始准备迎接初三的学习和生活:有的报了辅导班,有的买了辅导书。作为过来人,刚参加过今年中考的陈默

说,初二放暑假时只顾着玩儿,一点儿书也没看。上了初三感觉一下紧张起来,最初几个月都没进入状态,学习落下一大截。他总结说,初三和初二有所不同,既要学习新课程,又要进行总复习。考生最好有计划、有目标,实实在在地跟着学校的学习进度,一蹴而就的想法是不

现实的。首都师范大学附属中学教师王梅表示,初三生要先找准自己在班级、年级中的位置,通过对过去成绩的分析,合理定位,锁定目标。目标要是通过努力可能实现的,否则,盲目制定过高目标或与别人比较,只会打击自信心。中考是一场持久战,仅有目标

是不够的,还要有实现目标的计划,并将大目标分解成小目标。

现在,初三生可制订一份学习计划表,按计划复习;同时树立目标,如月考要达到的成绩、期末考试要达到的成绩等。这样合理规划、循序渐进,既能保证复习效果,又能劳逸结合。

一六六中学

初三生暑期博物馆志愿讲解

本报讯(记者 邓菡)暑期最后一周,北京市第一六六中学13名新初三生来到北京市自来水博物馆,参加了以“水润生命”为主题的节水志愿服务。作为该馆首批志愿讲解员,他们用掌握的课程知识,为前来参观的游客进行讲解服务。

在为期5天的活动中,学校地理教师指导学生将课内学习的世界水资源、中国水资源知识与博物馆更丰富的水资源知识结合起来,教学从课堂走向课外,贴近生活实际教学,实现无围墙课堂,使学生把学到的知识用起来、讲出来,并不断探索新知识,以此开拓学科知识视野。

在实际讲解服务过程中,志愿者将自己在课内外已掌握的相关知识,以及前期在博物馆学到的世界水资源现状、中国水资源现状及北京市水资源现状等知识,为近200位观众提供了讲解服务,使他们对世界及我国的水资源尤其是北京水资源紧缺情况有了更深入的理解与认识,并愿意从



自来水博物馆内,一六六中学初三生志愿者为游客进行讲解。

秦悦 摄

自身开始节约用水。此外,志愿者还尝试让每位观众为北京节水做出承诺和宣言,使更多人加入“节水志愿者”队伍。

经过此次志愿服务,13名新初三生切实感受到在校外课堂学以致用的获得感。刘子鸣说,通过这次志愿活动,真正意识到中国水资源的紧缺及节水的重要性。节约用水不是口头说说而已,而要在实际

生活中做到。张梓茹不仅从中体会到快乐,还记住了不少课内外知识,也学会了课外运用,除了高兴外还有种意犹未尽的感觉。曲昕雨说:“水资源真的很宝贵,我们要停止一切浪费水的行为。这次活动让我们把课本上的一些知识学活了,知识掌握得更牢固了。参与志愿者服务很快乐,前期准备工作虽然很多,但观众给予的赞赏是对我们最大的鼓励

和支持。”

地理教师程靖伟表示,学校地理教学一直将培养学生的地理实践力、人地观念作为目标。此次指导学生在自来水博物馆进行讲解,不仅是一次简单的讲解志愿服务,更重要的是增加了学生与他人交流的机会,在提升公众节水意识的过程中提升他们为社会服务的意识,锻炼社会交流能力与服务能力。



临近开学,孩子们抓紧最后时间去博物馆增长见闻。图为中学生参观成都三星堆博物馆。

本报记者 安京京 摄

中小学校要开足开齐体育与健康课

本报讯(记者 邱乾课)国务院教育督导委员会办公室日前印发的《中小学校体育工作督导评估办法》指出,要强化体育课和课外锻炼,开足开齐体育与健康课程。

相关单位要开足开齐体育与健康课程,实施大课间体育活动,深化教学改革,提高教学质量;强化学生课外锻炼,广泛开展阳光体育运动,积极开展课余训练和组织丰富多彩的竞赛活动,定期召开运动会等。配齐配强

体育师资,加强师资队伍培训,落实体育教师待遇,推动体育场地设施达标,实施学校体育安全风险防控,加大体育经费投入等。

通知强调,完善学校体育考试制度,规范考试考核过程,发挥体育考试的导向作用。按照规定办法建立学校体育评估制度,实施学校体育工作年度报告制度等。建立健全学生体质健康档案,加强学校卫生工作,促进学生体质健康水平明显提高。

北京考试报 考生真需要

系统发布招考信息

准确解读招考政策

科学指导填报志愿

北京考试报

北京教育考试院主办

征订热线: 82837128

- 出版: 北京考试报社
- 邮编: 100083
- 地址: 北京市海淀区志新东路9号

- 统一刊号: CN11-0169
- 邮发代号: 1-104
- 每周三、六出版

- 发行部电话: 82837128
- 总编室电话: 82837146
- 广告部电话: 82837190