



期末考试 你准备好了吗

本报讯(记者 蔡文玲) 初三年级期末考试将从12月26日起陆续开始,除东城、西城、平谷等部分区外,其他区期末考试均将在12月30日前结束。期末考试作为初三年级第一次大考,具有非常重要的作用。期末考前,考生要做好充足的知识 and 心理准备;期末考

后,考生要根据考试情况找准定位,及时调整备考策略。

本次期末考试可以用来检验考生初三第一轮复习的成果,为接下来的两轮复习指明方向。期末考试后,考生要根据考试情况合理规划下一步复习重点。本次考试还可以给考生的

学习情况进行初步定位。通过考试,考生能了解自己的在班级、年级中的具体位置,据此规划未来努力方向和学校选择。面对期末考试,初三的考生们应该如何自我调整,取得比较理想的成绩呢?

清华大学附属中学王丽君老师给考生提出了三

点建议。首先,放平心态,直面考试。考试的本质是检验所学知识的掌握程度,担心考试反而会影响到正常发挥,考试成绩只能代表考生当时的知识水平,后续还可以通过努力继续提升。其次,正面思考,调整目标。考生要结合上次考试成绩和最近一个阶段的学

习情况,适当调整自己的考试目标,避免因成绩和目标落差大而自我否定。最后,拒绝空想,行动至上。考生与其焦虑担心考试结果,不如果断投入到复习中去,集中注意力专注当下学习,尽量不被外界事物影响,提高学习效率。

期末居家复习期间,考

生难免会遇到各种各样的学习和情绪问题,遇到问题时要及时与家长沟通,也可与学科老师或班主任联系,通过老师的讲解和客观分析及时解决问题,避免因一道题而钻牛角尖或情绪问题影响考试状态。祝愿各位考生都能取得理想的成绩!



为丰富学生居家学习期间的文化生活,北京市第八中学永定实验学校开展“与你在一起”云端音乐周活动,让学生在轻松愉快的氛围中感受音乐的魅力。图为学生正在演奏古筝曲《战台风》。 学校供图

北京学生科技活动持续“在线”

本报讯(记者 宋迪) 探索“曲棍球里的杠杆原理”,挑战各类机器人科技项目……日前,由市教委举办的“科学在身边”活动和机器人智能大赛落幕,数千名学生参与到一系列丰富多彩的中小科技活动中。

“发现身边的科学”和“探寻体育中的科技”,是此次“科学在身边”活动决赛线上展示环节的两个方向。12月10日比赛当天,同学们从身边现象和体育运动中观察

到的“雪糕为什么不化”“从鸡翅解冻引发的思考”“饮料瓶的奥秘”“游泳中发现的物理现象”等有趣的问题着手,展示了自己的研究思路与方法、验证过程和结论等。在互动问答中,评审组充分肯定了同学们发现问题的好奇心和探究精神。此次评审组由来自北京师范大学、北京交通大学、首都师范大学、首都体育学院、中国科学院、北京教育科学研究院等高校和科研院所的科技、体育领域

专家组成。他们严谨细致地对每位同学的研究思路、方法和相关细节进行指导,并提出建议。

两年来,已经有5000余名学生参加“科学在身边”活动。通过留心观察日常生活、体育运动,学生们从中提出科学问题并进行观察、分析、假设、验证来开展科学探索,从发现问题和解决问题的过程中获取知识,熟悉科学研究过程,培养科学精神和创新意识。

以北京学生科技节为平

台,市教委还开展内容丰富、形式多样的科普体验、实践活动、科技竞赛等。2022年北京市学生机器人智能大赛也在上周末举行。700名中小小学生参加了智能机器人线上挑战赛复赛,机器人工程挑战赛89支参赛队,少儿工程创意赛60支参赛队克服当前疫情复杂形势造成的困难参加了比赛。本届比赛由线下转线上,对工程类的竞赛而言,从“实”转“虚”需要克服很多问题和障碍。在这

个过程中,参赛团队也诠释了不轻言放弃的科学精神。

针对本届比赛,组委会和裁判组从策划初期即考虑疫情可能产生的影响,研讨比赛方式如何调整、竞赛规则如何适应新的比赛形式,还特别设置了虚拟的智能机器人线上挑战赛项目,全力以赴照亮中小学生的科学梦想。市教委相关负责人表示,未来本市将继续以多种形式开展各类科技竞赛,助力提升学生科学素质。

本期导读

期末考试

答题有技巧

复习有策略

4—5版 特别策划

教育部等部门联合破解学科类
隐形变异培训问题

2版 综合新闻

初三家校合作

找准时机同频共振

3版 家校课堂



《北京考试报》
视频号



微信扫一扫
订阅《北京考试报》
(北京邮政官方服务号)