



本市基教探索生成式人工智能应用

本报讯(记者 安京京)“数智启未来——GenAI 重塑北京基础教育”教学现场会日前在北京师范大学昌平附属学校举行。本次活动探索了生成式人工智能(GenAI)在教育教学中的多样态应用场景及潜在价值,展示了北京市在数智教育领域的超前布局。

来自全市16个区信息中心、中小学校的300余名校长、主任、骨干教师参加了本次活动。

昌平区教育委员会主任苏俊

山从人工智能帮助学生作文创作和人工智能辅助医疗诊断治疗两个例子出发,分析了AIGC对教育、对教师带来的挑战,引发了与会人员对新时代教师应具备素养的思考。

北京教育科学研究院基础教育教学研究中心主任杨德军认为,教师在拥抱人工智能的同时,既要注重创新,也要重视传承。学校要注重教师的数字素养提升,坚持教育与技术的深度

融合,让人工智能真正成为推动教育改革的强大动力。

北京师范大学文学院教授张秋玲在演讲中介绍了“语文素养植根工程”的“研一备一教一学一评”智能学习平台,该平台借助数智时代的技术支持,通过五年的教学实践,在提升师范生及高中生读、思、写能力方面取得显著成效,有效促进了教师专业成长,优化了教学流程,并提供了个性化的学习资源和反馈,为语文教育

提供了新的思路和方向。

来自小学、初中、高中7个不同学科的优秀教师,展示了基于生成式人工智能(GenAI)技术的创新教学模式:小学书法课堂中,智慧学习屏与EduOffice数字书法软件相结合,不仅丰富了课堂展示,还显著提升了学生的学习效率;初中数学课上,学生利用“几何画板”进行新知探索,结合多屏资源共享,丰富了分组教学与协作学习的互动方式;高中语

文课聚焦《论语》生命意义,课上,运用素养植根平台,实现关联阅读、多场景切换,引导学生多角度理解《论语》,并鼓励他们创作;高中生物课堂上,生成式人工智能技术与数码显微镜的结合,让学生深入探究了ABA对气孔运动的影响,使复杂实验变得切实可行……这些展示课不仅展现了GenAI技术在提升教学质量、激发学生学习兴趣方面的巨大潜力,也为与会者提供了借鉴与启发。



逃生新体验

延庆区首届“长城杯”中学生国防动员知识技能竞赛启动会日前召开。图为延庆四中学生正在体验绳结逃生训练。
本报通讯员 王有忠 摄

本市中小学保安服务规范出台

本报讯(记者 安京京)为进一步加强中小学、幼儿园安全管理工作,确保中小学生和幼儿人身安全,北京警方修订出台2024版本《保安服务规范中小学幼儿园》(以下简称《规范》)北京市地方标准,10月1日起正式实施。

相比旧版《规范》,新标准在校园保安的基本要求、人员要求、装备配备要求、保安服务要求等方面更加全面翔实。如新增规定,保安员要严格遵守学校各项规章制度,非因工作需要,不应进入学校教学区域和非勤务区域,不应出现干扰学校正常

教育教学秩序的行为,不应接听、议论、泄露师生个人信息及学校信息。保安服务公司要对保安员进行常态化心理健康监控,对在岗保安员每半年开展一次全员心理测试等。

在技能要求方面,新标准提出,保安员要接受不低于16学时保安业务培训,培训合格后方可上岗,并且每年要接受不低于16学时的在岗培训。

在保安服务和相关情况的应急处置方面,新标准规定,高峰勤务时段做到最大程度配置执勤人员和备勤力量,每个校园

出入口最低保安数应不少于2人,巡逻服务每班保安员也应不少于2人;门卫、巡逻和安防监控室均实行24小时上岗。

保安员应对外来人员、车辆进行核查和信息登记,防止未经许可人员、车辆进入学校;对拒不配合、手续不全或存疑的,应报告学校保卫部门处理;对突发危害人身安全的违法犯罪行为,保安员应按照应急预案采取果断措施制止违法犯罪行为,保护人员安全,控制事态扩大,及时报告学校保卫部门和公安机关,并配合做好调查取证工作。

新标准还规定,保安员对学校重点部位及周边巡查每日应不少于5次并进行记录。其中,夜间时段(0点—6点)应至少开展一次巡查。

据悉,新标准旨在统一校园保安员资质条件、岗位配置、服务行为及保安操作标准和装备标准,确保中小学、幼儿园发生突发事件或异常情况时,能够迅速、果断进行处理。标准制定后,北京警方将联合北京保安协会、相关保安公司统一组织有关校园保安的培训、考核等工作,确保标准执行落地。

本期导读

初三一年
关注这些事

4—5版 特别策划

师生化身魔术师
校园上演科学魔术

2版 基教视窗

清晰目标 拒绝“内卷”

3版 家校课堂

解决写作真问题
之“不切题”

7—8版 初中学考·作文



北京考试报官方视频号



扫码订阅《北京考试报》

策划部主任 安京京 版式/冯婷婷

师生化身魔术师 校园上演科学魔术

北大附中大中小贯通 培养物理卓越人才

本报讯(记者 胡梦蝶) 仅用一张塑料片就能接住几公斤的水,几个人手拉手就能使灯泡发光……这是在北京市大峪中学上演的“科学魔术”。日前,门头沟区教育研修学院在北京市大峪中学开展“展现实验魅力 启迪智慧人生”——门头沟区教育研修学院建院70周年系列活动中学物理学科论坛暨科学魔术展演。门头沟区物理老师将物理教学化为生动有趣的实验,激发学生对物理学习的兴趣。

参加此次魔术展演的物理老师来自门头沟区各所中学。每位老师都精心准备了与物理知识相关的科学魔术。活动现场,门头沟区教育研修学院中学物理研修员郭勇和大峪中学老师朱金强生动地表演了白炽灯的发明历程。为了让学生更直观地了解电流知识,他们用几十安培的电流依次

通过不同材质的金属丝,直至钨丝持续发光。北师大永定分校老师孙建伟和军庄中学老师于新成利用大气压强表演了覆杯实验。他们先将水倒满玻璃瓶,然后用一张塑料片盖住瓶口,再缓慢将玻璃瓶倒放,水并没有流出来,塑料片完好地“吸”在了瓶口,随后,两位老师向学生介绍了大气压强这个知识点。

老师们不仅让学生了解知识,还创造机会让他们参与其中。王平中学周海华和杨建华两位老师组织几名同学上台体验手拉手就能使灯泡发光实验;三家店铁路中学老师邓洪杰利用马德堡半球实验让学生亲身感受大气压强的威力;妙峰山民族学校老师刘红星、杨宏宇带来空气炮实验,几名同学上台拍纸箱就能击倒远处的纸杯,该实验环节还特意设置了烟雾以便学生们观察到

空气的流动;一摞书页叠在一起,两队学生怎么也拉不开,大峪中学老师董玲玲解释这是摩擦力的作用……

活动结束后,北京市正高级教师王志刚点评道:“此次科学魔术活动点燃了学生学习科学的热情,鼓励他们实际生活与所学科学知识相联系,培养他们善于观察,勤于思考,学以致用的好习惯。”郭勇表示,引导学生动手动脑做实验是激发学习兴趣非常有效的手段。一系列的魔术吸引了学生的眼球,也调动了他们积极参与的热情,更在他们心中埋下了热爱科学、喜欢物理学的种子。据悉,门头沟区教育研修学院中学物理组还将继续开展实验展演活动,逐步使全区所有物理教师参与进来,促进教师能力的提升,提高实验教学水平,建设好科学教育实验区。

本报讯(记者 许卉) 日前,“北京大学物理卓越人才培养示范基地”成立仪式在北京大学附属中学举行,北京大学与北大附中教育集团在拔尖课程共建、人才联合培养和教学资源互通等领域的合作与创新迈上新台阶。

据悉,该项目面向北大附中教育集团小学高年级、初中、高中学生,选拔有强烈探索未知好奇心和热情的物理学科拔尖人才,实施大中小一体化贯通培养。

作为北京市首批青少年拔尖创新人才培养基地,北京大学和北大附中将在市区教委指导下充分发挥双基地示范作用,探

索基于学科兴趣和科研能力培养的大中小联合育人模式。本项目基于“小初衔接、初高贯通、大中协同”一体化育人理念,发挥大学科研资源和师资力量优势,结合北大附中基础教育改革实践经验,探索以教育集团为育人主体的人才培养体系。

据了解,2024年秋季学期开始,北京大学物理卓越人才培养示范基地课程首期已面向集团小学高年级、初一年级学生开放初级课程,课程由北大附中教育集团骨干教师及北京大学物理学院教师联合实施,每期学生200人。课程利用周末及寒暑假开设,包含科学理论和科学实践内容。

朝阳区学子开启科普探索之旅

本报讯(记者 邱乾谋) 地质的演变、生命的起源、生活中的人工智能……近日,朝阳各校开展了丰富的“全国科普日”活动,为学生开启科学探索之旅。

北京中学与北京大学深圳系统芯片设计重点实验室联合承办了北京市“中国芯科普大会·全国科普日”活动,学校在探索新型育人模式的同时,致力于发展科学教育。活动中,少年中国芯“千名专家进万校”与少年中国芯主播“科学教育芯天使”两大项目正式启动。

极地知识进校园“北京站”活动在中国人民大学附属中学朝阳学校举行,学校师生通过观看图片展、聆听讲座方式,学习有关极地气候环境、南极海洋哺乳动物等知识,了解我国

极地考察现状。学生被我国极地考察工作者勇斗极寒、坚忍不拔、拼搏奉献、严谨求实的精神深深感动。

北京工业大学附属中学组织学生走进北京科学中心,开展“走近科学热爱科学”主题实践活动,学生沉浸式体验有趣的科学项目,领悟科学思想,学习科学方法,活动提高了学生的科学素养,激发了学生的好奇心和想象力。

北京市第八十中学枣营分校开展“科技赋能新模式 智慧分类环保篇”宣讲活动,学生了解了新型智能垃圾分类箱如何高效地帮人类完成垃圾分类,深刻明白了人工智能技术是方便生活、改变世界的重要手段,对科技的探索欲进一步提升。

沉浸式“非遗”活动 开启研学新体验

本报讯(记者 苗露) “先把各种香料和草药按照比例进行搭配,再按照比例装入香囊袋中,一个精巧精致的香囊就诞生了……”日前,北京一零一中怀柔校区,初一年级学生在老师指导下体验香囊制作,开启了一场充满趣味与文化底蕴的“非遗”文化研学之旅。

本次活动以“探索非遗魅力,共绘文化长卷”为主题,设置了手工编绳、木版画、浸烙葫芦、制作香囊、磨豆浆、做豆腐等丰富多彩的“非遗”体验活动。活动中,“非遗”传承人手

把手教学,学生亲身体验画笔在木板上一笔笔绘制,浸烙葫芦的绘、烙、浸、染工序,一颗颗豆子研磨到香浓豆浆,再到成型的豆腐等“非遗”工序,锻炼学生动脑动手的能力,并深刻领略到非物质文化遗产的博大精深。

北京一零一中怀柔校区相关负责人表示,这次社会大课堂活动通过寓教于乐的活动,让学生深入接触了“非遗”。相信这些美好的体验会在学生心中种下“非遗”的种子,让优秀传统文化在新时代青少年心中生根发芽。

图片新闻



西城区第二十七届学生艺术节戏剧展演日前在北京市第四中学举办。本届戏剧展演以“戏润童年”为主题,150余个精彩节目,涵盖了话剧、音乐剧、朗诵以及戏曲四大艺术门类。
本报通讯员 佟靖彬 摄

东城中小学丰富课后服务“自助餐”

本报讯(记者 孙梦莹) 东城区第十八届中小学民族团结教育周主题活动启动仪式暨东城区中小学课后服务工作阶段总结会日前举办。活动中展示的课后服务成果令人眼前一亮,东城学子课后服务“自助餐”已愈加丰富。

活动中,北京市文汇中学、东城区景泰小学、东城区回民实验小学等学校呈现了涵盖体育锻炼、科技活动、文化艺术、劳动实践、阅读朗诵、德育心理和综合实践在内的7大类12门课后服务课程,包括民族韵律操、花样竹竿舞、蒙古族舞蹈等具有民族特色的课后服务课程。

东城区委教育工委委员、四级调研员张燕介绍,东城区坚持“五育并举”,持续推进以体质健康提升为突破的青少年“健康·提升2025工程”,以文化东城建设为支撑的青少年“文化·传承2030工程”,将拓展课程与课后服务有机结合,统筹开发和利用传统文化、体育健康、艺术审美、科技创新等多领域多彩课程,培养学生特长、激发学习兴趣,形成多样态、立体化学校课后服务课程矩阵。同时,东城区还研发20大类百余个长链条劳动教育课程,注重学生综合素质提升,为学生身心健康、幸福成长奠基。例

如,青年湖小学打造“丛林课程”体系;地坛小学与北京国际职业学校携手,开设种植类课程,烹饪类课程;中央工艺美术学院附属中学发挥美术特色教育优势,深入推进美育工作,形成“艺术+”课后服务群。

此外,东城区还发挥区教科院、少年宫、科技馆、青少年活动中心、北京现代职业学校等专业机构辐射带动作用,联合学校同向发力,主动谋划、了解需求、积极创新,提供菜单式、多样化服务项目,通过送课上门等形式,增强课程吸引力,优化课后服务“定制餐”。



教育笔谈

编者按:初三备考需要良好的身心状态。可是有些学生的好心态正被竞争的压力蚕食,担心同窗“内卷”起来,自己被超越。本期,北京市前门外国语学校李梦楠老师为面临“内卷”压力的学生提供了切实可行的解决方案,帮助他们在竞争中保持健康心态,通过实际行动走出困境,实现个人成长和发展。

清晰目标 拒绝“内卷”

北京市前门外国语学校 李梦楠

【案例】

小安是一名新升入初三的学生。她发现每天总有一些同学比自己早到班里开始学习,课上这些同学思路清晰,课后他们的笔记整理得清楚整齐,

课间他们也在向老师请教学习中遇到的问题……小安很是焦虑,觉得自己各方面落后别人越来越多,担心别人超过自己。同学们是不是“卷”起来

了?最近她总是莫名地心慌,晚上学习到很晚,躺在床上却久久不能入睡,甚至出现了脱发的情况。她心烦意乱,陷入“困境”。

【分析】

“内卷”到底是什么?“内卷”本是一个学术名词,在学术文献中常用作“内卷化”。人民论坛网评:“内卷”一词之所以在社会大众特别是青年群体中流传,是因为它所描述的社会现

象引起了他们的共鸣。青年群体通过“内卷”这面镜子既看到了投射其中的自己以及自己的生活,也看到了那些和自己有相同命运和处境的人;他们都对“被内卷”的现状感到不满

和无奈。这种现象在社会心理学中被称为共享现实。共同的“被内卷”感受形成一种社会气氛,人们共同感受到一种强大的压力,并选择了同样“内卷”的生活方式。

【支招】

适当运动 学会释放压力

人体在运动的时候会产生多巴胺和内啡肽,这两种神经递质是身体机能活跃后体内自然分泌的,可以让我们变得活跃,进而使我们在运动后精神振奋,感觉到舒心、愉快。因此,运动是一种舒缓心情、排解压力的方式。学生可以每天适当运动,不仅能让自己身心得到放松,而且能有效地增强体质,更好地完成学习任务。

呼吸冥想 保证充足睡眠

冥想是通过排空大脑中所有输入的信息和思想,使大脑得到休息的方法,对体温、血压、心跳、脉搏、脏器节律和脑压、脑温、脑波都有直接的调节作用,可以一定程度上消除睡前的焦虑情绪,帮助学生更好地入睡。

自己先以最舒服的姿势躺在床上,不去想任何事情,然后慢慢地将注意力放在你的呼吸上,轻轻地、慢慢地、深深地呼吸,可以选择“478睡觉呼

吸法”——吸气4秒,憋气7秒,吐气8秒。大概10个来回,就会产生困意,再慢慢调整到正常的呼吸上,这样做让人很容易就能进入深度睡眠状态。

睡眠不足者表现为烦躁、激动或精神萎靡、注意力涣散、记忆力减退等,长期缺少睡眠甚至会产生幻觉。保证充足睡眠可以消除疲劳,使人精力充沛,思维敏捷,学习效率,还可以让人更放松,缓解紧张、焦虑的情绪。

制订计划 高效利用时间

摆脱“内卷焦虑”的根本方法,就是了解自己擅长的领域和短板,清楚自己的目标是什么,而不是跟别人比来比去,把备战初中考变成一个享受学习的过程。

在日常的学习生活中,不要总是关注别人,要专注于自身,根据自己的情况制订学习计划,从每周的计划细化到每天的计划,完成一项任务就划掉一项,告诉自己今天已经离目标又近一步。一天下来,你就会感觉无比

轻松,有满满的成就感。除此之外,学生还要学会高效利用时间。鲁迅曾经说过:时间就像海绵中的水,只要愿意挤,总还是有的。利用好碎片化时间有助于提高学习效率,把学习任务“化整为零”,逐个突破,只有行动起来,才能破除“内卷焦虑”。

积极暗示 告诉自己能行

生活中,当你某件事情抱着百分之百的相信,它最后就会变成事实。当我们怀着对某件事情非常强烈的期望时,我们所期望的事物就会实现。由此可见,积极的心理暗示可以帮助中学生摆脱“内卷焦虑”。

比如,学生可以给自己设置一条属于自己的激励语,每天可以提醒自己,潜移默化地激励自己。其实这条激励语的语言不需要多复杂,简简单单能够加强心理作用即可,比如:我一定可以、我能行。积极的暗示可以增强信心,优化情绪,减轻身心压力,甚至可以激发更多潜能。

家教信箱

疑问:家有初中生,作为家长,我们知道要积极投入孩子的成长过程,可除了督促孩子学习,我们不知道还有什么可以陪孩子做的,想请教专家有什么建议。

回答:您好!很高兴看到您对家庭教育的关注。确实在今日社会,许多家长常常因为孩子的成绩而感到焦虑,但成绩并不能全面反映孩子的潜力和价值。孩子爱劳动、尊老爱幼、爱整洁、爱提问、爱体育、有艺术才能等都是他们的闪光点。家长应关注孩子的多元发展,通过共同体验生活,培养孩子的责任感和成就感。在此,我提出12项家庭教育任务建议,家长可以帮助初中阶段的孩子提升生活能力和学习潜能,实现幸福教育。

1. 烹饪与共享美食:孩子要参与准备七顿饭,包括买菜、设计菜单、烹饪及收拾厨房。此任务旨在锻炼孩子的信息收集、逻辑设计、成本意识和时间管理能力,培养责任感和做事有始有终的习惯。

2. 物品收纳与清洁:全家参与家务劳动,共同维护家庭环境的整洁。通过这项任务,孩子可以培养条理性和责任感,学会如何管理自己的物品和时间。

3. 艺术欣赏与演出:全家定期观看艺术展览和演出,提升孩子的审美能力和艺术素养。艺术欣赏能够拓宽孩子的视野,激发他们的创造力和想象力。

4. 观看新闻与影视:全家共同观看新闻、电视剧、电影和比赛,增强孩子的社会认知和情感交流。通过观看不同类型的节目,孩子可以了解社会动态,培养批判性思维和同理心。

5. 认识与使用工具:孩子学习使用工具进行简单维修,培养动手能力和解决问题的能力。这项任务可以让孩子在实践中学习新技能,增强他们的自信心和成就感。

6. 家庭设施维护:孩子了解并维护家庭设施,提升生活安全意识和责任感。通过参与家庭设施的维护,孩子可以学会如何保障家庭安全,培养责任感和独立性。

7. 生活用品采买:孩子参与家庭采买和记账,学习财务管理和成本控制。这项任务可以让孩子了解家庭经济的运作,培养他们的理财意识和节约精神。

8. 旅游与探险:全家开展国内旅游和户外探险,拓宽孩子的视野和生存技能。旅游和探险可以让孩子亲身体验不同的文化和风土人情,增强他们的适应能力和生存技能。

9. 行李打包与思维导图:孩子学习行李打包和思维导图使用,提升规划和管理能力。通过这两项技能的学习,孩子可以学会如何高效地管理自己的时间和资源。

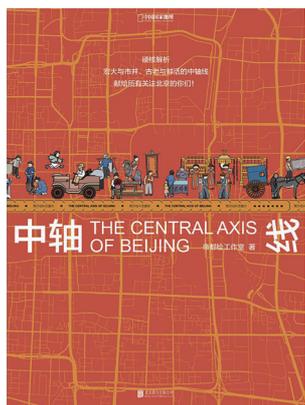
10. 医疗急救与灾难求生:孩子学习急救和灾难求生知识,提高应急处理能力。这项任务可以让孩子在面对突发情况时保持冷静和理智,采取正确的应对措施。

11. 艺术创造与体育对弈:全家共同进行艺术创造和体育对弈活动,增进亲子关系和体育素养。通过这些活动,家长和孩子可以增进彼此的了解和信任,培养共同的兴趣爱好。

12. 摄影与视频制作:孩子学习摄影和视频制作技能,记录家庭美好瞬间,提升审美能力。这项任务可以让孩子学会如何捕捉生活中的美好瞬间,留下珍贵的回忆。

本期答疑人:刘海燕 北京市新府学外国语学校高中部校长

开卷有益



帝都绘工作室/著 北京联合出版公司

《中轴线》

这是一本从历史到现代,从建筑到规划,从文化到生活,多角度梳理北京中轴线的文化、建筑和艺术美学等特质的可视化百科。全书共分3个章节,分别讲述北京中轴线上的生活文化、建筑发展和城市历史。该书通过将大量的文献、论文进行梳理、加工,共汇集成39个城市中轴线主题——关于北京中轴线人们最关心、最希望了解的主题,包括了14个北京中轴线上“明星”建筑场景、14个中轴线上古今都市生活画面的纵向对比以及11张独特角度的城

市历史信息图。古今历史变迁和文化遗产尽在其中。

推荐理由:

本书不仅展示了不同历史时期的变化,还探讨了北京中轴线所展示的中国都城建造和发展观。全书90%以上页面采取竖式阅读方式,通过极强的形式感,线性的阅读体验,达成逻辑与设计感的结合。读者可于画面中感知北京中轴线内含的东方美学和艺术思想,于文字阅读中深入理解大美中轴线。

编者按:2025年是北京新中考落地的第一年。对于中考考生来说,注。本报记者根据往年进程,按月梳理了初三生需要关注的大事,以

初三一年

2024年

11月

■ 初中学考报名 ■ 期中考试

根据往年安排,初三年级学生初中学业水平考试报名工作将在本月开启。本市初三年级在校学生、本市户籍在外省市就读拟回京参加高级中等学校招生录取学生和往届生都要参加初中学考。考生要在各区规定时间内登录北京教育考试院网站,对本人有关报名报考信息进行录入和核对。

升入初三后的第一个重要考试——期中考试也将在10月末到11月初举行。期中考试是考生自我检测、定位目标、再次发力的重要契机。北京市第一七一中学初三年级语文教师王胜华建议,准备期中考试要注重长线积累及持续学习。以语文学科为例,考生首先要有的放矢,详细了解初三语文期中考试的范围,有针对性进行复习;其次,考生要对症下药,对自己易错的考点,要结合资料进行专题复习,不清楚的题一定要向老师请教,注意整理错题,回顾做题思路;最后,考生还要注重日积月累。平时做完阅读题后,考生要再看文章,深入分析、理解内容。作文备考要多练习写人、写事、写景类的文章,尤其要关注与北京相关的素材。

12月

■ 第一次英语听说机考

英语听说机考第一次考试通常在本月中下旬举行。作为初中学考英语科目的一部分,英语听力口语考试与笔试分离,采取计算机考试方式,学生共有两次考试机会,取最高成绩与笔试成绩一同组成英语科目成绩。初中学考英语听说机考共四道大题,包含四种题型,分别是听后选择、听后回答、听后转述和短文朗读。每场考试时间约30分钟。

北京师范大学附属实验中学英语教师张晶建议,在日常听说练习时,考生要培养有效的答题习惯。比如听后选择题,考生听前要认真读题干和选项;听后专注并做必要的记录,如关键词、主题句等;听后对比选项,然后准确点选。听后转述题在听前要根据导图预测,确定主题及分支要点、已给信息和需补充信息,尤其是需补充信息的关键内容,比如主语、动词和要点间的连接词等。考生可根据要点在草纸上划线或誊写导图,为记录做准备。此外,考生在备考时可以综合运用教材、模拟题、小组学习、AI陪练口语等多种方式提高听说水平。

2025年

1月

■ 期末考试 ■ 中考体育选项

初三第一学期的期末考试一般于本月举行。北京市十一学校顺义学校初三班主任李学明介绍,期末考试的备考阶段是很关键的时间节点。随着考试时间的临近,考生可能会产生恐慌心理,觉得漏洞很多,不知道该复习什么内容。在经历了基础复习和专题复习及多次的综合模拟测试训练后,期末备考时,学生反而要回归课本,夯实基础知识。因为考查基础知识的掌握与应用情况才是考试的意义所在。此外,学生还要学会将以往的错题进行反思小结,使之成为决胜期末统考的小锦囊。

根据往年安排,报名参加当年初中学业水平考试的考生本月要登录北京教育考试院网站,选择体育现场考试项目。

2月

■ 寒假查漏补缺

在寒假开始前,考生要认真分析期末考试的试卷,找出知识漏洞,并根据上学期的学习情况和自己的薄弱科目,制订一份合理的学习计划。北京市第66中学初三数学备课组长刘一介绍,寒假期间,数学备考可以从宏观和微观两方面入手。在宏观方面,学生要注重夯实运算基础,注重建立知识网络,并注重培养数学思想方法。在微观层面,学生需要注意不要盲目刷题,应该回归教材,理解掌握每一章节的基础知识和基本技能。养成读题时圈画关键词的好习惯,快速从冗长的题目中提取有效信息。在做基础题时注重知识点再现,夯实通性通法,提高做题效率;在做综合题时注意每一小问之间的递进关系,通过分析前一小问的铺垫找准分析问题的路径,并注重经验总结。

寒假同样也是学生增强体质,提升体能的关键时期。针对假期体育备考,北京市第66中学体育教研组老师建议,学生可以将体能素质与专项力量素质相结合。BMI过高以及耐力素质较差的学生可以进行慢跑、跳绳、爬楼梯等有氧运动训练;下肢力量薄弱的学生进行蹲起、蹲跳起、3级立定跳等训练;柔韧性较差的学生进行单侧腿体前屈、跨栏坐压腿等训练;核心力量不足的学生进行卷腹、仰卧举腿、仰卧起坐等训练;上肢力量较差的学生进行俯卧撑、斜身引体、弹力带引体等训练。

3月

■ 第二次英语听说机考 ■ 中招体检

英语听说机考第二次考试一般在本月举行。在第一次考试中发挥不佳的考生要把握好这次考试机会。第一次英语听说机考取得满分(40分)的考生,不再参加第二次考试。

全市中招体检也将在本月开始。招生体检由各学校或报名单位集中组织,考生要听从学校安排,按时参加体检。考生体检当日尽量穿宽松的衣服,以便穿脱,不要携带贵重物品,以免丢失。

北京市体检中心专项业务科科长窦紫岩介绍,体检前3天,考生要规律饮食,在保证营养的前提下饮食偏清淡,保证充足睡眠。体检前一周要尽量避免服用损肝药物及营养品,以免影响转氨酶的检查结果。如果确因病情需要,考生也不必强行停药,但体检时要向医生说明,以便医生对体检结果进行判断。

4月

■ 体育现场考试 ■ 一模考试 ■ 体检补检 ■ 校园开放日

按往年情况,初中学业水平考试体育现场考试一般于4月到5月进行。从2024年起,北京初三年级体育与健康考核评价现场考试内容调整为4类22项,每名考生考4项,满分30分。考生要提早加强运动训练。需要注意的是,考生在日常训练的高强度运动前,一定要进行热身,如慢跑、拉伸等准备活动。

各区一模考试将在本月举行。一模考试不仅能帮助学生检验学习成果、发现知识漏洞,还能为学考复习提供方向,对中招志愿的填报也会有一定参考作用。考生积极应对一模也能帮助自己适应初中学考的考试形式和节奏,增加考试经验,增强心理素质。

全市中招体检一般到本月下旬结束。考生如错过统一组织的体检时间,应及时向班主任或校医提出补检要求,由校医或班主任及时与区中招体检机构联系,约定补检时间。如遇特殊情况确无法在区中招体检机构补检的考生,须提前到区中招体检机构领取体检表(体检表照片处加盖区中招体检机构公章),在规定时间内携带体检表、本人学生证及体检费,按照指定方式到北京市体检中心补检。

本月,部分学校将陆续举办校园开放日,这是一个让初三生和家长深入了解心仪学校的绝佳机会。通过参加校园开放日,考生可以就关心的问题直接寻求专业解答,如学校的教学特色、升学率、师资力量等。

在这一年的学习过程中,有一些重要时间节点和考试信息需要关注,以供参考。

关注这些事



5月

- 查询体检结果
- 普通高中登记入学
- 中等职业学校自主招生报名
- 二模考试

本月,考生可以查询中招体检结果,往年的查询时间是5月10日至31日。考生可登录北京市体检中心网站或关注北京市体检中心微信公众服务号查询本人体检结果。考生本人或家长如对体检结果有异议,应在获悉体检结果一周之内提出复检申请。

中职校自主招生计划将于本月发布,有意向的考生可提前了解学校和招生专业。参加2025年自主招生试点的学校在规定时间内,根据招生专业人才培养特点和教育教学需要,自行组织专业能力测试进行录取。被录取考生继续参加初中学业水平考试,成绩记为“合格/不合格”,不再参加中招志愿填报和其他招生录取。

北京市昌平职业学校副校长赵东生表示,近两年自主招生得到了越来越多学生和家长的关注和认可,不同专业的自主招生,对学生的基础条件、能力素质和相关学科知识要求都有所不同,建议学生在选择专业时,既要考虑自身的兴趣爱好,还要充分

考虑自身学习基础与专业发展之间的匹配度。

“为了帮助学生更好地了解自身优势,学校充分发挥自主招生政策的优势,将职业体验课、职业启蒙课、劳模工匠精神与中小学劳动教育课程开发相结合,通过开展职业能力测评、专业认知问卷调查等方式,为学生合理规划好学习路径和专业成长路径。”赵东生介绍,学校还积极与区域高职院校、行业企业加强合作,畅通了学生成长发展路径。

本月底或下月初,市教委将公布当年具有招生资格的高级中等学校名单。名单中没有出现的学校本年度没有招生资格。本月还将启动普通高中登记入学工作。回户籍考生本月可向所在学校提出回户籍申请。此外,照顾加分和优先录取考生信息也将在本月底公示。

二模考试因各区安排不同考试时间有所差异,大致在5月底6月初进行。“二模”是学考前最重要的一次全区统考,是考生查缺补漏的好机会。

6月

- 初中学考开考
- 招生简章发布

初中学业水平考试将在本月下旬举行。2025年中考总分将调整为510分。其中,语文、数学、外语科目分值均为100分;外语科目笔试分值为60分、听力和口语考试分值为40分;道德与法治科目分值为80分;物理科目分值为80分;体育与健康科目分值为50分。

《北京市高级中等学校招生简章》

一般于初中学业水平考试后发至考生手中。该简章对有关招生政策、规定和办法作了具体说明,并详细刊登了各学校的招生计划。简章还刊登了报考办法、考试时间、考试成绩公布、志愿填报、录取办法等详细事宜,考生和家长要认真阅读并熟悉重要时间节点,为下一步志愿填报做好准备。

7月

- 学考成绩公布
- 中招网上报名
- 中招志愿填报
- 中招录取

初三年级学考成绩及分数段统计一般于七月初公布。考生如对文化课考试成绩有疑问,可向毕业学校提出查询申请。成绩查询不涉及卷面评阅情况,不再重新评卷,只查分,不查卷。北京市教委相关处室、北京教育考试院中招办、各区中招办及部分学校将联合举办志愿填报咨询活动,考生和家长可提前准备好问题,及时参与咨询。

中招志愿填报方面,2024年填报时间是7月13日到17日。从2024年情况看,中考考生共可填报28个志愿,其中贯通项目提前招生共设8个志愿,校额到校和市级统筹招生共设8

个志愿,统一招生共设12个志愿。中招志愿填报通常采用网上填报方式进行,志愿填报网址为北京教育考试院网站。报考需专业加试项目的考生,要按要求参加专业测试。

中招录取从7月中下旬开始。高级中等学校招生录取按提前招生、校额到校招生和统一招生顺序,全部采取网上录取方式进行。考生首先应根据自己的实际情况,慎重选择参加哪种招生方式。被前一阶段录取的考生不再参加下一阶段录取。考生可在相应时间登录北京教育考试院网站查询录取结果。

8月

- 志愿征集填报
- 录取通知书查收

7月底或8月初,统一招生录取结束后,未被录取考生可参加志愿征集录取。

在统一招生阶段未录取满额学校可以申请参加志愿征集录取,北京教育考试院统一公布参加志愿征集的学校、专业和计划。学校(专业)志愿征集录取的条件、范围以及录取方式与统一招生相同,其中有加试要求的专业,不能再进行专业加试,只能录取已在北京教育考试院备案的未被录取的加试合格考生。

志愿征集通常设6个志愿,每个志愿学校可以填报2个专业。录取时根据学校补录计划,依据考生录取总分,从高分到低分及考生填报的志愿顺序录取。参加志愿征集的考生和家长要及时填报,抓住机会。

被录取的考生需留意查收录取通知书,仔细核对报到时间和所需材料,确保按时报到。暑假期间,初三毕业生可以为即将到来的学习生活做好全面准备,迎接新的挑战和机遇。

上述初三大事根据往年情况梳理,本学期最新情况安排以官方权威发布为准。

(本报记者 苗露 孙梦莹 安京京)



物理

紧扣变量逻辑关系 解决实验探究问题

北京市陈经纶中学 吴晓天

通过对初中学科物理试题的研究可以看出,物理实验题的分值一直占据试卷的很大比例。比如近三年,初中学考物理试题的实验解答题分值为28分,占整个试卷分值的40%左右。在选择题里亦有一些关于实验知识的考查。此外,还有10分是在卷面之外,考查学生实验动手操作能力。由此可见,实验部分整体约占初中学考物理满分80分的50%。

随着新课程改革的不断深入,初中学考物理实验试题不断改革创新,近几年尤其重视考查探究性实验,引导学生探究因变量与自变量的关系。把握实验试题的类别及其考查要点,能够帮助学生在应对时更加得心应手。笔者以近三年初中学考物理实验题目的考查知识为例进行分析,希望能对考生有所帮助。

对提出问题的考查

针对实验探究中提出问题的环节,最早出现在2015年的中考题,以科普阅读的形式出现,最近一次出现在2023年初中学考的20题,下面以此题作为例题1进行展示。

【例题1】小京用图1所示的装置进行实验,其中灵敏电流计指针偏转的方向可以反映电路中的电流方向。使金属棒 ab 向左做切割磁感线运动,灵敏电流计指针向右偏转,如图1所示;保持磁场方向不变,使金属棒 ab 向右做切割磁感线运动,灵敏电流计指针向左偏转,如图2所示。小京探究的问题是:_____。

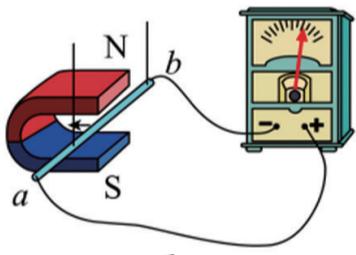


图1

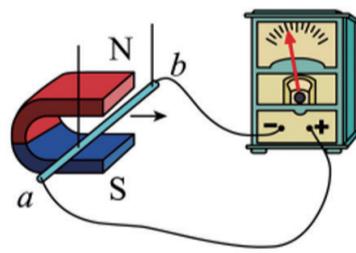


图2

【解析】这类题的解答,要求考生必须明确表述出2个可测量的变量,即自变量和因变量。此外,考生还需表述清楚二者之间的逻辑关系。在作答时,考生一方面对从情境中提炼出2个变量有困难,另一方面对厘清自变量和因变量的逻辑关系也存在困难。

诸如有的同学提出这样的问题作为答案,如“灵敏电流计指针偏转方向和电流方向有关吗”,这就是没有找对自变量和因变量;如“金属棒的运动与感应电流方向是否有关”,这是没有将自变量描述清楚;再比如“金属棒切割磁感线方向与感应电流方向是否有关”,这是混淆了自变量和因变量之间的逻辑关系。

其应对方法也不难,考生需要先找到实验当中的自变量是什么。自变量是指人主动操纵,而引起因变量发生变化的因素或条件,其标志是人为的主动操纵,而因变量是被影响的量,其中自变量为因,因变量为果。而探究问题的表述通常为“因变量与自变量是否

有关”或“因变量与自变量有关吗”。在题目中,考生还要分析出有些变量不能通过直接观察得出,而是要通过其他因素间接反映得出,比如上题中感应电流的方向,是通过灵敏电流计的指针偏转反映得出,但因变量仍为感应电流的方向。

对数据处理的考查

实验数据的处理包括读数、画图、画表格、运算等。在北京初中学考物理实验试题中,最常见的命题是要求学生画出实验数据的记录表格。最近一次对数据处理的考查出现在2024年初中学考的19题,下面以此题作为例题2进行展示。

【例题2】利用两端电压不变的电源、两个电流表、两个不同规格的小灯泡、滑动变阻器、开关和导线若干,探究在串联电路中,流入第二个灯泡的电流 I_2 与流入第一个灯泡的电流 I_1 是否相等。

- (1)画出实验电路图_____;
- (2)画出实验数据记录表格_____。

【分析】这类命题对变量的识别有很高的要求,需要学生识别出自变量、因变量及控制变量。此题的情境较为简单,其自变量与因变量都能直接测量得到,以往在更复杂的题目中,亦有需要数据处理才能得到的自变量或因变量。这就需要考生将得出过程中的中间量也在表格中体现出来。其中,要注意物理量的记录位置也有明确要求。探究实验的因变量、测量实验的最终测量都必须放置在实验数据表格的最后一行或者最右侧一列。

对探究实验,考生可以下表为参考进行表格的绘制。若自变量、因变量可直接测得,则不需要第1、3行,否则需要写出得出的过程变量。其实验次数依据实验探究的题目决定。如果讨论“有关或无关”,记录2次数据即可;如果讨论“因变量随自变量增大而增大(或减小)”,记录3次数据即可;如果讨论正比(反比)、公式、是否相等、图像等,则需要记录至少6次数据。对于测量实验,要根据实际测量的次数绘制表格。

得出自变量的过程变量/单位						
自变量/单位						
得出因变量的过程变量/单位						
因变量/单位						

以此标准,例题2的实验数据记录如下表所示。

电流表 A_1 的示数/A					
电流表 A_2 的示数/A					

对实验现象的分析与论证的考查

这一类型的命题在初中学考物理试题考查中非常普遍,而且题型多样,包括根据数据总结结论、证伪实验、推理实验等。下面以2022年初中学考的23题作为例题3进行展示。

【例3】小京为了证明“浸没在水中的物体所受的浮力大小与水的深度有关”的观点是错误的,他利用符合实验要求的弹簧测力计、刻度尺、烧杯、水和金属块等器材进行实验。

(1)以下是他的部分实验步骤,请帮他补充完整。

①将金属块悬挂在弹簧测力计下,测量金属块受到的重力 G 并记录;

②在烧杯中装入适量的水,_____,静止时记录弹簧测力计的示数 F_1 ,用刻度尺测量烧杯中水的深度 h 并记录;

③_____,静止时记录弹簧测力计的示数 F_2 ,用刻度尺测量烧杯中水的深度 h 并记录;

④用公式_____计算金属块所受浮力 $F_{浮1}$ 、 $F_{浮2}$ 并记录。

(2)由水的深度变化时, $F_{浮1}$ _____ $F_{浮2}$ (选填“=”或“≠”),就可以证明这种观点是错误的。

【分析】考生平日做的习题大多是推理实验,偶尔遇到证伪的问题容易转不过弯。其实只要把握实验的三个变量,处理证伪问题亦不在话下。考生依然要分清自变量、因变量、控制不变的量。其中,自变量通常是我们平日实验中的“无关变量”,而证伪便是证明因变量与无关变量无关。

值得注意的是,考生最容易在证伪问题中忽略控制变量,从而得到因变量与无关变量有关的错误结论。考生应以题目中提到的无关变量为自变量,如例题3中的“深度”为自变量,需要控制真正影响因变量的“物体排开水的体积”不变,便可突破证伪题目中的难点。

总的来说,紧扣变量之间的逻辑关系,自变量、因变量和控制不变的量是所有实验探究的共同点,三者的关系问题几乎涵盖了初中学考物理的探究命题。考生若能把握住实验探究问题当中的精髓,即“改变自变量,保证控制变量不变,观察因变量的变化”,便能在实验探究问题当中得心应手。

解决写作真问题

考场作文写作常会出现不切题、详略不当、想象不合理等问题。根据阅卷老师反馈,这些问题会导致学生作文分数不理想。本期起,我们邀请北京市第一六一中学的语文教学团队针对考场写作有待解决的真问题给出应对策略。

本期主持人:

张颖(北京市第一六一中学)

本期话题:

写作不切题

精准审题 明确立意 处处扣题

符合题意,是初中语文学考作文评分标准的第一项要求。那么,什么是题意?一般它是指题目所表达的含义(作文的角度、中心、内容、体裁、字数等)。符合题意就是平时常说的切题。要想写出切题的考场作文,考生可以遵循以下方法进行训练。

一、审题:精准把握作文命题意图

审题就是审清题意。这是作文切题的前提——精准把握作文的命题意图。考场作文不同于日常写作,所有的作文题首先都是阅读题,只有弄明白出题人想让我们写什么、怎么写,才能构思、下笔,才可能写出切题的文章。

不管一道作文题是否有提示语,考生审题时都要先抓住核心词,后明确限定词,再补充潜台词。核心词是一个作文题目中最关键的部分,它规定着作文的写作对象;限定词是在限定作文的要求,告诉我们应该在这个范围之内进行写作;潜台词是在考查考生的理解能力,能否读出题目背后的深层含义,并在作文中体现出来。

①请将“北京,这里有我的”补充完整,构成你的题目,写一篇文章。不限文体(诗歌除外)。(2019年北京市高级中等学校招生考试语文试卷)

②北京是一本读不尽的书。

阅读作品,读到北京的风物与精神;走进建筑,读到北京的历史与文化;参加活动,读到北京的习俗与礼仪……翻开北京这本书,你读到了什么?以“我读到的北京”为题作文。文体不限,诗歌除外。(2023年北京市初中学业水平考试语文试卷)

这两道作文题看上去很相似,很多学生在作文时经常会用同样的作文素材,更有甚者,直接把题目一换,作文内容完全一致。可以说,两道作文题目在某些方面确实有交叉,但本质上二者是不同的。

2019年的作文题目“北京,这里有我的”,其关键词是“我的”,要写出我的经历或感受;题目中的“北京”只是一个地域上的限定词,“我的”意味着要与“我”有关的事情,“这里”是在暗示要写出在北京,“我”经历了什么,感受到什么。很多学生写这篇作文时,能写出一件完整的事情,

发生地也是在北京,但怎么证明作文记录的就是发生在北京的事情呢?这就需要作文中要有能展现北京这个地域特征(建筑、文化、历史、人物等)的语句,以此来证明所记录的事件确实发生在北京而非其他任何一个地方。

2023年的作文题目“我读到的北京”,关键词是“北京”,限定词是“我”,“读到的”是潜台词,即把北京当作一本书来读,因为书不可能只有一页,所以作文时也应该从多个方面或一个时间段,写出北京的特点或变化。很多学生写这个作文时,关注到了提示语中列举的“北京的风物与精神、北京的历史与文化、北京的习俗与礼仪”,但作文时却只是在写“北京”怎么样,把“我”丢了,成了客观地展现北京。其实,这个题目应该从“我”的视角出发,写出自己看到的、听到的、接触到的北京是什么样的,一定要把自己对北京的思考融入其中。

二、有题:立意先行,突出重点

这里的“题”,是指题意、主旨。所谓“有题”,就是有主题、有中心、有立意。也就是说,审清题意后,我们不能立马开始写作文,一定要立意先行,想明白自己要表达的作文中心是什么。

同样的作文素材,因为作者的立意不同,所以行文中着力描写的语句、侧重突出的地方也是不同的。相信大部分学生都能理解这句话的意思,作文时也都能有比较明确的立意。对照初中语文考场作文评分标准,立意明确仅仅是基本要求,要想在考场上得高分,就需要立意新颖或深刻。

作家史铁生的《那个星期天》,记述了自己小时候一个星期的经历,表达了真实的情感体验。在你的记忆中是否有一个星期天,发生过特别的事情,遇见过特殊的风景,获得了别样的体验?在你的想象中是否有一个星期天,经历一场奇遇,解开一个谜团,见证一个奇迹?以“那个星期天”为题作文。可写实,可想象。文体不限,诗歌

除外。(2022年北京市初中学业水平考试语文试卷)

①每当回想起那个星期天,我都会不由得联想:一只被五花大绑的螃蟹,竟然有着如此强大的潜力,我们人类不更应该有吗?那些面对一点困难就想退缩的现代人,不应该感到羞耻吗?我们新时代的青年,应该向这只不服输的螃蟹学习,直面困难,勇敢迎接挑战。

②直到现在,每当回想起那个星期天发生的事情,我都会想:一只被五花大绑的螃蟹,竟然有着如此强大的潜力。如果我们在遇到危险或困难的时候,也能把它当作决定自己生死命运的机会,是不是也能像螃蟹一样,激发出无限潜能,从而为自己赢取生活的主动权呢?

①②是同一个学生同一篇作文的前后两次所写的结尾段。很显然,②要比①更自然,更深刻。①写道“应该向这只不服输的螃蟹学习,直面困难,勇敢迎接挑战”,

这句话读上去不够自然,甚至有些不合常理。修改后的②却能变换一个角度,由螃蟹强烈的求生欲望联想到人处困境时置之死地而后生的现实,向读者展现了一个人生道理,即利用困境,激发潜能,方能赢取生活的主动权,读上去自然又深刻。

总之,在考场作文中,立意明确是底线,新颖深刻是追求。要想让考场作文的立意更有深度,考生不妨联系生活哲理、反映社会热点、彰显家国情怀,以小见大,平中见奇。当然,立意是否新颖和作文的选材也是很有关系的。比如,有个学生在写《我读到的北京》时,不是单纯地就北京写北京,而是先设置了一个生活情境:不常接“我”放学的姥姥,竟然和“我”一起迷失在北京的胡同中;然后把北京的特色建筑、风味小吃、人情世故等能体现北京特点的事物放置在这情境中,让它们一一展现出来。这样的文章读之让人耳目一新。

三、扣题:明扣暗扣两种方式

切题的作文最明显的标志就是要在文中处处扣题。扣题的方式有两种,一是明扣,二是暗扣。明扣,很多学生基本都会用,就是在形式上不断闪现扣题句,比如在作文的开头和结尾一定要有明显的扣题句,主体部分还要有一两处扣题句。这种扣题方式固然可行,但很多考生用起来却只是流于形式,往往由于表述不够自然,容易导致文题分离,也就是我们经常说的“穿靴戴帽”,自然得分也一般。更高级的扣题方式是暗扣,就是要在作文的素材选择上、在语义的内容表达上做到反复扣题。

比如有学生写《北京,这里有我的童年》,选取了“北京大观园”和“庆丰包子铺”两个地点,以儿童的视角,描绘了大观园正门的雄伟华丽和红戏台的喜庆喧闹,还有包子铺中的京腔京韵和特色小吃,蕴满了童真童趣。作文的地点选择,以及对场景和声音的描写等内容就是在反复扣题。

又如另一位学生写《北京,这里有我的家》,把“我”想象成一只北京雨燕,通过写雨燕的“家”的变迁:从颐和园到立交桥下,再到城内雨燕塔、城外湿地园——展现出北京人民保护环境,为

人与动物和谐相处而付出的努力。这篇作文中的颐和园、立交桥、雨燕塔等都是能体现北京特征的典型事物,这就是在扣题。

再如《那个星期天》,如何在文中体现这是“星期天”,而非其他日子呢?我校张壹贺同学是这样写的:

“早上,我睡到自然醒,起床后听见父亲正在厨房里忙活。”这句话就能表明这是周末的休息日,我们才能睡到自然醒,而非平时的上学日。

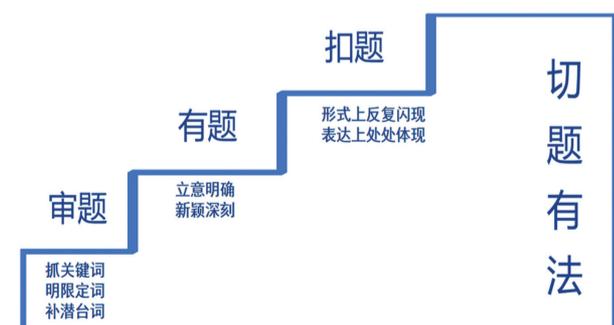
“好在这是一个星期天,昨天我就把周末作业写得差不多了,今天有的是时间找它。”这句话就更能体现这是星期天,而非星期六,因为“我”昨天作业完成得差不多了。

“我不禁担心起来:明天我们就该上班上学了,要是还不找到怎么办?”这句话不仅表明我们找的时间长,更能体现那天就是个星期天,因为明天要上班、上学啦。

这样的表述方式与单纯地告诉读者“那是一个星期天”相比,是不是显得更加自然。

总之,考场作文要在叙述上做好交代,在描写上突出展现,在议论上表达明确,尤其是详写部分更要做到字里行间处处扣题。

写切题作文就如同登上阶梯,从审题到有题到扣题层层向上。下图是依据这一逻辑绘制的思维导图,供学生参考。



(相关学生习作见下版)

习作推敲

结合前面的讨论,我们一起来看看学生关于“一路走来_____多”这一题目写的作文该如何修改。

一路走来坚持多

北京市第一六一中学学生 李睿珂

原稿

“听号令,切莫要惊动了她……”随着歌声停止,我一手做兰花指状向前指,一手叉腰。灯光渐暗,掌声响起,我的心仍如打鼓般跳动不止。我终于实现了在舞台上演唱京剧的梦想。回首走来一路,真是坚持多啊!

学习京剧后,每天清早我的屋中都会传来咿咿呀呀的吊嗓子声。为了让声音更清亮,气息更充足,这是每个京剧演员都必须养成的习惯。尽管每天早起很艰难,但每每想起对京剧的热爱,我总能咬牙坚持下来。除了声音,舞蹈动作在京剧中也很重要。走步一定要小碎步,手伸出时一定要摆出兰花指,每个动作中都有着许多的细节。想记清动作,我就只能一遍一遍地坚持练习。

功夫不负有心人,在日复一日地坚持后,我有了上台表演的机会。在脸上涂上油彩,脸颊上点上一抹绯红,贴上发片,望着镜中神采奕奕的自己,我心中欣喜不已。登上舞台,摆好姿势,深吸一口气,气沉丹田。

“叫张生,隐藏在棋盘之下……”多日的坚持练习有了成效,我的声音洪亮了很多,吐字也更加清晰,这让我信心倍增,更加卖力地演唱。

可装扮好行头的表演与轻装上阵的练习还是不同。华丽的头饰重重压在我的头上,吊眉毛胶带着勒着脸庞,勒得我脸颊生疼,连表情都僵硬起来。油彩紧紧趴在脸上,多层叠合的戏服包裹在我的身上,让我感觉透不过气来,心中隐隐起了退缩之意。难道我就要这样放弃吗?我心中暗暗问自己,想到我的梦想,明明还有一步就能实现。我咬了咬牙,忍住难受,坚持下去。深吸一口气,翘起兰花指,我模仿着角色俏皮可爱的样子,继续舞起来。抚眉,转圈,向西指去,一套行云流水的动作过后,我终于顺利完成了表演。

听着台下热烈的掌声,我的内心澎湃不已。我通过坚持,实现了我的梦想!真是多亏了一路走来坚持多啊!

改稿

“听号令,切莫要惊动了她……”随着歌声停止,我一手做兰花指状向前指,一手叉腰。灯光渐暗,掌声响起,我的心仍如打鼓般跳动不止。我终于实现了在舞台上演唱京剧的梦想。回首走来一路,真是坚持多啊!

学习京剧后,每天清早我的屋中都会传来咿咿呀呀的吊嗓子声。为了让声音更清亮、气息更充足,吊嗓子便成了每个京剧演员都必须养成的习惯。尽管每天早起很艰难,但每每想起对京剧的热爱,我总能咬牙坚持下来。除了声音,舞蹈动作在京剧中也很重要。走步一定要小碎步,手伸出时一定要摆出兰花指,每个动作中都有着许多的细节。想记清动作,我就只能一遍一遍地坚持练习。

功夫不负有心人。在日复一日地坚持后,我终于有了上台表演的机会。在脸上涂上油彩,脸颊上点上一抹绯红,贴上发片,望着镜中神采奕奕的自己,我心中欣喜不已。登上舞台,摆好姿势,深吸一口气,气沉丹田。“叫张生,隐藏在棋盘之下……”多日的坚持练习有了成效,我

的声音洪亮了很多,吐字也更加清晰,这让我信心倍增,更加卖力地演唱。

可装扮好行头的表演与轻装上阵的练习还是不同。华丽的头饰重重压在我的头上,吊眉毛胶带着勒着脸庞,勒得我脸颊生疼,连表情都僵硬起来。油彩紧紧趴在脸上,多层叠合的戏服包裹在我的身上,让我感觉透不过气来,心中隐隐起了退缩之意。那么多困难我都咬牙坚持下来了,最后的展示我怎能掉链子?行百里者半九十,身上的疼痛忍就过去了,再坚持一下,适应就好了。于是,我深吸一口气,翘起兰花指,把现在想象成平时训练,模仿着角色俏皮可爱的样子,继续舞蹈起来。抚眉,转圈,向西指去,一套行云流水的动作过后,我终于顺利完成了表演。

听着台下热烈的掌声,我的内心澎湃不已。这时我却突然意识到,自己已经和戏服、戏妆融为一体,我丝毫没有戴头饰、穿戏服的不适了。

一路走来坚持多!原来,坚持真的能够帮我们实现梦想。坚持住了,把不习惯变成习以为常,我们就离成功不远了。

修改点评

原稿立意一般(坚持就能胜利),修改后立意提升了(坚持的尽头是习以为常,坚持了,习惯了,成功也就到来了)。

一路走来陪伴多

北京市第一六一中学学生 王维莫

原稿

不知为何,我从小便喜欢吉他,或许是因为用它弹出的美妙音乐深深吸引着我。四年前,我决定学吉他。刚进吉他店,我就被一把深蓝色吉他吸引了,爸爸看见我痴迷的样子就给我买下了它。回到家中,我用棉布轻轻擦拭它,缓缓抚摸每一根弦,那一刻,我似乎把它当成了我的朋友。

学吉他的过程是痛苦的,并非想象中那样轻松。学完了简单的拨弦后,老师教我和弦。他将我的左手手指紧紧地按在弦上,我顿时感到一阵剧痛,但仍然咬牙坚持着,认真按好每一个和弦。一个星期后,我的手指因与琴弦接触而变得又红又肿,甚至不能碰水。但我仍告诉自己,唯有坚持,才能学会吉他。经过两个月的苦练,我已熟练掌握大部分和弦,指尖也已磨出了茧子。当我成功弹出一首完整的曲子时,那种快乐是无法描述的。那天,我几乎不停地弹了一整天的吉他,我享受着与吉他独处的时光。

后来,我升入了初三,随之而来的是中考的压力,吉他课自然停了。我每天过着紧张的生活,常常晚上九点才到家。那把吉他则被冷落在墙

角,静静地待在那里,不久便积上了一层灰。

开学考的成绩使我失去了信心,我忽然觉得生活索然无味,前途渺茫,从而消极地看待事物,整个世界仿佛是灰色的。那一日,我坐在书桌前解题,烦躁不堪的我无意瞥见了那一抹蓝。我的吉他!我轻轻拿起它,拂去琴弦上的灰尘,左手按弦,右手拨弦。一下,两下,熟悉的声音又在耳边响起,一滴眼泪,落在了吉他的上。我不顾一切地弹起来,“生活不止眼前的苟且,还有诗和远方的田野。”是啊,人生还有很长的路要走,与此相比眼前的困难岂不如蝼蚁一般渺小?继续努力吧,少年!弹奏中,那抹蓝似乎更加耀眼了,那是希望的颜色!一曲终了,我轻轻地放下吉他,抹去了泪珠,带着重燃的信心,坐回书桌前……

现在正逢着我人生的第一个关键期,困难自是难免,但在书房困顿的我转头便会看到那把吉他,而它总会以那抹蓝色回应我,鼓励我继续努力。就这样,我在它的陪伴下,一路走来,渐行渐远……

改稿

不知为何,我从小便喜欢吉他,或许是因为用它弹出的美妙音乐深深吸引着我。四年前,我决定学吉他。刚进吉他店,我就被一把深蓝色吉他吸引了,爸爸看见我痴迷的样子就给我买下了它。半年后,我终于掌握了一些曲子,吉他从此也陪伴在我身边。

小升初那年,我第一批收到了录取通知。看着屏幕上心仪的学校,我的内心瞬间被喜悦填满。我拿起吉他,迫不及待地用手指扫动琴弦。吉他的音色如丝般顺滑,从低音的深沉到高音的尖锐,每一个音符都充满着力量和情感。它的六根弦在指尖下跳跃,演奏出或柔和或激昂的旋律。我用尽所有力气,向吉他诉说我的喜悦,吉他声却慢慢变缓,我的内心也渐趋平静,我这才想起来学期还未结束,学业还未完成,于是开始继续学习。

两年很快过去,随之而来的初三给我增添了不小的压力。白天的在校生活很紧张,晚上到家后我还要完成很多复习,成绩却起伏不定,不断挫败着我的自信心。还好有吉他的

陪伴,平抚了我茫然的内心。

一天,我坐在书桌前解题,百思不得其解,我又开始烦躁不堪,却无意间瞥见了墙上的那一抹蓝。我的吉他!我轻轻拿起它,拂去琴弦上的灰尘,左手按弦,右手拨弦。一下,两下,熟悉的声音又在耳边响起,一滴眼泪,落在了吉他的上。吉他的声音像铺满月光的溪流般缓缓流淌,经过我的耳畔,我好像看到了摩尔福蝶落在鸢尾花蕊,看到停歇在蓝花楹林间的知更鸟,又看到苍穹与汪洋相接。伴着吉他的声音,我的心境渐渐变得开阔,目光再次落在难题上时,想法也发生了转变。“世界很广阔,只要扛过中考,我就能带着吉他,去看更多的美好了。”我有了这个想法后,那抹蓝似乎更加耀眼了。对,那是希望的海洋!一曲终了,我轻轻地放下吉他,抹去了泪珠,重拾信心,坐回书桌前……

一路走来,吉他陪伴着我,它总会以那抹蓝色提醒我,抚平我的内心的忧伤,告诉我要理智看待事情,避免卷入情绪的漩涡。

听,我心中的吉他又开始弹奏了。

修改点评

这篇作文原稿“陪伴”不够突出,主要体现在第2段选材不合适;修改后中心更突出了,扣题做得有进步。