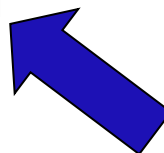
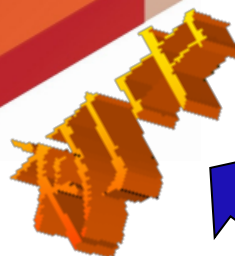
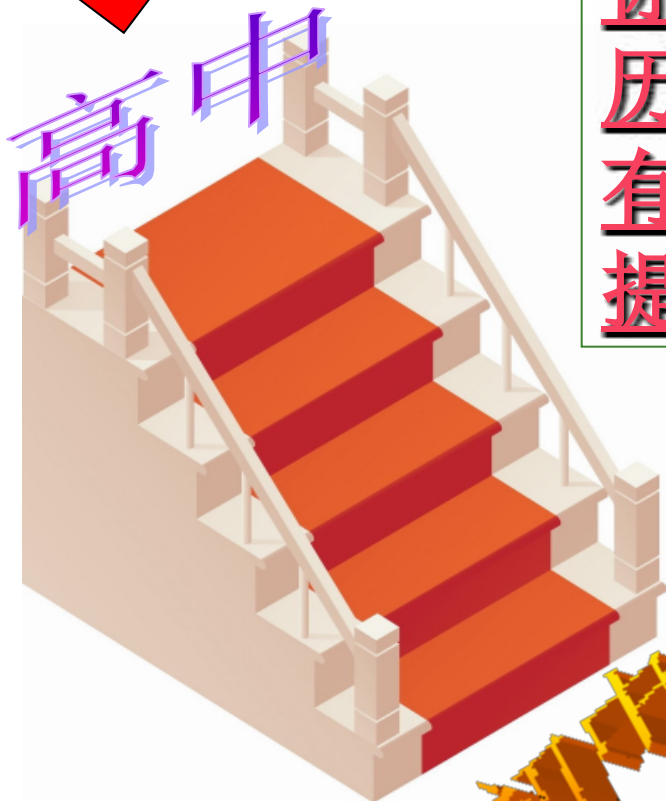

关于高一新生开学 第一课



从初中到高中，
你已完成人生
历程中一次具
有转折意义的
提升。

这个过程对
你的人生的
何去何从至
关重要



初高中过渡期应注意的几个问题

- 纠正一种错误观点——高一缓冲
- 确立一种正确思维——破旧立新
- 端正一种生活态度——责任义务

• 明确高中学习的特点



- 1、初中学习方式以模仿和记忆为主，而高中则是以理解和应用为主，要求学生要有更强的分析、概括、综合、实践的能力，要将基本概念、原理消化吸收，变成自己的东西。

- 2、高中教材知识量明显增大，每门学科都涉及至很多章节，很多个分支，内容庞杂，头绪繁多，且环环相扣，不可或缺。



- 3、理论性明显增强，能力要求大大提高。高中学习对理解要求很高，不动一番脑子，就难以掌握知识间的内在联系与区别；




- 4、综合性明显加强，往往解决一个问题，还得应用其它学科的知识；



- 5、系统性明显增强，高中教材的知识结构化升级，能力要求明显提高。



- 如果上了高中，不注意在学习基础知识的过程中培养自己的能力，**特别是思维能力**，就会使学习越来越困难；即使勉强上完高一，也会直接影响到高二高三的学习。

- 
- 良好的学习习惯
 - 正确的学习理念

• 四、掌握正确的学习方法



学习方法（学习习惯）

1. 能自主独立地完成**预习**任务，做到课前心中有数。
2. 能主动地完成各项**学习**任务，做到课后查漏补缺。
3. 高质高效地抓住课堂**50**分钟，不仅要吸纳**知识**，更要提升**能力**。
4. 能够发现别人不易察觉的学习问题，做到人无我有，人有我优。
5. 能够规范有效地利用**空闲时间**、边角余料时间，如课前、睡前、餐厅、宿舍时间。
6. 可以合理有效地分配学习时间、精力，各科**均衡**发展。
7. 积极配合老师的课堂教学活动，并有问题生发。
8. 可以敏锐地感觉到自己近期的学习状态，并自行**调整**或找老师**解决**。
9. 要坚持**归纳总结**，进而摸索形成自己的学习体系。
10. 学会合理利用各种类型的**资源**，课本、练习、试卷、笔记、老师、同学等等。

我们现在要做的是——

- **第一，要迅速转换自己的角色。**

应该反复提醒自己：我是一名高中生，并以高中生的标准来要求和衡量自己，尽快促成自己角色的转换，为适应高中阶段生活奠定基础。

- **第二，学习要有明确的目标和计划。**
- 高一新生中对待学习往往存在着两种态度和观点：第一种是：“**不管时间够不够，车到山前必有路**”。第二种是“**为了三年有出路、宁可粉身又碎骨**”。这两种截然相反的观点都是不可取的。前者缺乏明确的目标，对自己的将来和前途听之任之；而后者却有可能因为目标太高、心理压力太重而与大学梦失之交臂。

- 高中阶段，已经不同于义务教育阶段，学习的终极目标是发展自我、完善自我，为将来能够成就一番事业做准备。因此，作为高一新生必须认识到这是一个终生学习的学习型社会，学习将教会你们如何在这样一个充满竞争的社会里生存、发展。

• 第三，要养成定期整理知识的习惯。

整理知识可以从横向角度，也可以从纵向角度，但基本的方法都是**简化**。简化的过程既是将所学的知识系统化、条理化的过程，又是对所学知识进行综合、提炼的过程，可以加深对知识的理解，巩固所学知识。要在预习、听课、作业、复习、记笔记，课外学习中通过各种途径提高自己的思维力、观察力、阅读力、记忆力、想象力和创造力等。特别是对每学一个知识后对自己的认知进行再认知，多问几个“为什么”，从而对所学知识了解更加深透。

• 第四，探寻适合自己的学会方法。

较之初中阶段，高中阶段学习负担及压力明显加重，不能再依赖初中时期老师“填鸭式”的授课，“看管式”的自习，“命令式”的作业，要逐步培养自己主动获取知识、巩固知识的能力，要根据自己的条件，及高中阶段学科知识交叉多、综合性强，以及考查的知识和思维触点广的特点，自己主动探寻一套行之有效的学习方法。

• 第五、要作好充分的吃苦准备。

步入高一，要面对更概括、更抽象、更难于理解的课程学习，面对更激烈、更紧张的竞争环境，面对更长的在校时间和更远的往返路程，都要求高一的同学要树立起一种学习意识、高考意识，做好承受压力、经受挫折、忍耐寂寞的心理准备。

高一学生适应问题的主要表现

- 对快节奏的生活不适应，感到心理紧张；
- 对严格的学校管理不适应，感到压力大；
- 对学校集体生活不适应，感到人际关系紧张；
- 对学校学习训练不适应，感到心理疲劳；
- 对远离亲人不适应，感到孤独；
- 学生差异带来的适应问题。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/348133074137006050>