

跃马仗剑 未来已来

——致全体初三同学们



作者简介

李园园，中学高级教师，浙江省舟山市名班主任工作室主持人，市兼职德育教研员，市德育分会副秘书长。曾获浙江省班主任基本功大赛一等奖，长三角地区二等奖。多次获得美丽教师、优秀班主任、伟兴奖教金等荣誉。所带班级获得市级先进班集体称号。德育工作上有亮点和实绩，多次受邀开展省市级交流和主题培训讲座。有多篇德育论文获得省市级奖项，编写出版《舟山市家庭教育系列读本(高中版)》。

亲爱的初三同学们，还有四十多天，你们即将奔赴中考考场，去面对人生中第一个重要挑战，我代表高中的老师祝贺你们，即将完成一个重大而又神圣的成长仪式，来到更广阔的舞台，施展才华抱负，为梦想而战。我和所有高中的老师将敞开心扉迎接你们！

一千多个日夜的上下求索、写满字迹的试卷、写错撕碎的稿纸、腹中空空的黑色水笔、洒过的汗水、流下的泪珠……都会成为你的财富，支撑着你勇敢地走向未知的前路。但是一切还没有结束，你们面对的是一个新的开始。在这里，我从一个高中“老班”的角度，给即将升入高中的你们一些建议，希望对你们有帮助。

做好初高中衔接的准备

成功不是偶然，而是准备已久的结果。这个准备既是学习上的，也是心理上的。学习上要做好初高中知识的衔接。高中和初中的知识点并不是完全按照梯次进行的，高中的知识难度深度都大幅度提升。同学们可以利用暑假，制定一个初高衔接计划表，包括各个学科的先期预习、适当的解题训练等，这样可以更快速地适应高中生活。推荐一个免费平台，国家中小学网络云平台。心理上主要是强大自己，让自己变得更积极更自信，这没有什么灵丹妙药，我的经验是多阅读、多运动；少拿手机、少上网。一个人内心强大是非常重要的，因为到了高中你可能将面对更多的挫折和波谷，如果一直沉溺于虚幻的网络，很容易变得狭隘、脆弱，慢慢就懈怠了、迷失了。

关注多元升学路径

浙江的新高考采用“3+3”模式。第一个“3”指语数英，第二个“3”指在七

科(物理、化学、生物、政治、历史、地理、技术)中选3科。所以，同学们可以和家长一起分析一下自己的学科优劣，并结合高考填报志愿的相关要求，对选科有一个大概的方向，那么高一的学习就可以有适度的主次之分，重心更多的花在大三科(语数英)上，打好更扎实的基础。

另外，现在高考的升学路径是多元化的，同学们可以和家长一起早了解早规划，如果到高三再规划，肯定是来不及的。我们可以多关注一些正规的公众号，比如省考试院的公众号，以及浙考神墙750、淘淘升学、浙江牛娃圈等专业性比较强、认可度比较高的公众号，及时了解相关信息，提升自身认知，做好生涯规划。

培养独立自主能力

信息时代，人特别容易成为网络的奴隶，容易失去自我；中考路上，雪花般的模拟套卷中，人非常可能沦为答案的仆人，容易失去主见变得懒惰。但我们要明白，只有自己的思考才有价值和意义，所以无论什么题型，都得自己动笔去写一写，写出详细的步骤过程，未形成自己的答案前，不参与讨论，也不去看标准答案。大考时，没有人替你读材料，没有人带你圈重点，没有人给你分析题干，没有人和你一起讨论思路过程，所以你要在独立、限时、自主上多训练多提升。要坚持从无到有的思考逻辑，要远离答案倒推的“似乎听懂”，远离各种搜题软件和智能产品。这对于今后的高中三年学习生活意义重大。

2024届全体初三同学们，请攥紧你们的双拳，奋斗到最后。记住二战时期，英国首相丘吉尔的一句话：我没有能奉献的东西，唯有热血、辛劳、泪水和汗水。



走过中考的我，想对你说

舟山中学高一(2)班 袁一涵

仅仅一个月后，你们就将怀着五味杂陈的心情，各自奔赴自己的战场——中考。作为各位的学姐，我想与大家分享一些冲刺中考阶段的个人经验，希望能给大家带来帮助。

复习阶段：耐得住寂寞，看得到繁华

最后一个月，知识体系已基本完善，日复一日的查漏补缺难免有些枯燥，不自觉的松懈也是自然现象，然而“却是平流无石处，时时闻说有沉沦”。越临近考试，越要沉住气，因为复习的状态，就是考试的状态。

1.每天反思学习上的得与失，调整状态。如发现哪个题型易错，却没有及时纠错和归纳总结；或近几日有些浮躁，思考一下影响你静心学习的因素究竟是什么。

2.挑选和归纳每科和每本书易错易忘知识点。如果自己看不出来，可以寻求老师帮助分析试卷，看看错题有没有共同点。

3.错题重做。需要注意的点是，看答案知道正确解题过程，很可能只是走马观花，只有自己抛弃依赖，重做一遍，才能确保实实在在地掌握。

临考阶段：故用兵之法，无恃其不来，恃吾有以待之；无恃其不攻，恃吾有所不可攻也

1.保持规律作息。“逆风翻盘”确实存在，但它可能并不由你熬夜到几点决定。健康的重要性不言而喻，但它在中考之前，健康一定是最基本的。

2.制定属于自己的应考策略，提醒自己考试时的易错点和注意事项。

3.少聊天，多做题。这是当时我的老师常唠叨的、最朴素的大道理。

考试阶段：愿你置身前行，如率百万雄兵

1.控制做题节奏，把握好时间！这是重中之重。如果思考很久没有结果，不要慌也不要纠结，先放一放，做完其他题后，可以换个思路再次研究。对于模棱两可的题，要做好标记，不要一直徘徊，等全部完成后有时间再去推敲。

2.审题时多圈圈画画，时刻保持警惕，以免掉入陷阱。

3.尽量常规化对待。平时是什么方法，考试还是用最熟悉的方法；平时的做题顺序，考试时也不要临时调换。

4.严阵以待，反复检查，奋战到最后一刻。对于去年的我而言，也对于此刻的你们而言，中考，庄重而神秘，手握着我们的命运，描画着前方的岔路口。

但走过中考的我想说，它不过是初中最后一场普普通通的考试，经历了三年大大小小考试洗礼的你们，都已具备了坦然应对它的能力。保持体力，调整心态，不负当下，不惧将来。

最后，送给大家一句在中考前一直激励着我的话：“在这个不进则退的时代，就只能逆流而上！”