

寒假 ≠ 懒觉+电视+游戏

——劳逸结合让寒假更充实

分析寒假学习几大误区

不少家长们发现,每到寒假孩子就与电脑、电视和手机成了亲密无间的朋友。如果不让看电视,那他就坐在电脑前打游戏或者上开心、人人……要是这几样活动都被家长禁止了,孩子宁可昏昏大睡也不愿学习。这样一个月下来,孩子的精神状态变得很差。等到开学之后,两三个星期都没有办法进入学习状态。

除了不愿学习的学生外,还有一种学生是属于疯狂娱乐型。用几天时间疯狂写完作业,然后扔在一边,不分日夜深陷到“网游”里,或者和同学、朋友疯玩到不归家,把寒假变成了纯粹的“玩假”。这样一个月下来,不仅学习玩垮了,心也玩散了。

与以上情况相反的是狂轰滥炸恶补型的学生。许多家长和学生对寒假寄予无限厚望,希望通过假期能让学习“大跃进”,于是狂轰乱炸地给孩子报班进行恶补,弄得孩子寒假比平时学习还累。“智立方”的老师指出这种不科学的高压低效学习,不仅对孩子成绩帮助不大,而且容易使孩子对学习产生厌倦心理,非常不利于孩子的身心健康。

根据需求制定学习计划

寒假仅有一个月,时间非常宝贵,更需要根据上学期学习情况量体裁衣,巧妙安排学习计划,让孩子们在寒假有限的时间里提高学习效率。

下面一起来看看“智立方1对1”针对不同年级学生给出的寒假学

对于学业负担沉重的中学生而言,寒假无疑是一个难得的休息、放松、自我调整的好时机。但是放假并不等于放任自由,1个月的寒假虽说不是那么长,但是如果能做到合理安排,还是可以好好地利用起来的。如何巧妙计划,让孩子的寒假生活过得愉悦又充实呢?昂立一智立方1对1的老师针对中学生的寒假生活为广大家长提供了一些建议和指导。



习建议。

初一学生:应侧重培养良好的学习习惯,如:改变流水账式的课堂笔记,学会重点记录难点和书本上没有的知识并将其融入知识体系;学会合理规划、安排各项学习内容的时间;及时记录和纠正遇到的问题和所犯的错,建立错题本、好题本等等。

初二学生:这个阶段的学生开始出现两级分化。一部分学生发展为乐学、会学者,成绩稳定在第一梯队;而另一部分学生开始出现“跟前两年比起来成绩差多了”的情况,学习成绩下降,丧失学习信心,甚至产生厌学情绪。因此,家有初二学生的家长必须分析可能造成孩子学习退

步的因素,防止孩子成绩继续下滑。中等成绩的学生应在寒假着重查漏补缺,打好基础;学有余力的孩子可以适当超前学习,培养其感兴趣的学科优势。

专家建议:家长一定要特别重视在初一、初二阶段做好孩子的思想教育和心理教育方面的指导,及时地解决或者预防孩子学习的滑坡,让孩子树立学习的信心非常重要。这样才能从容应对初三紧张的学习。

初三学生:因为要应对中考,所以假期里一定要做好复习。从以往来看,有些很聪明平时成绩也很好的学生在中考中失利,基础知识掌握不牢是很大的原因,寒假里要仔细梳理知识点,防止在不该丢分的地方丢分。

高中生的寒假学习安排就应该更为紧凑一些。在寒假里,应该至少每天有两个小时以上的固定学习时间。

高一学生:重点应放在总结自己的学习方法是否适应了高中的学习。不少家长反映,孩子高中入学成绩很好,一个学期之后却下滑到了中下游。这时就应该对这半年的高中学习好好进行总结和反思,找到问题发生的原因,寻求更适合高中的学习方法。

高二学生:要善于找自己的薄弱环节,做好假期查漏补缺。高二的学生一般都比较能了解自己的优势在哪里,而哪些地方学得比较吃力。在寒假里应重点梳理基础知识,熟练掌握知识点脉络,争取不留知识盲点地进入下半学期的学习。

高三学生:这个寒假到了比较关键的阶段。除了及时的查漏补缺外,应该着重进行高分应试训练以及加强心理素质方面的训练。尤其是理科方面,要多做专项训练,对各种题型熟记于心,总结归纳知识点和解题技巧。“每日一卷”是一个不错的方法。在考试规定的时间内完成一份练习卷,然后重点分析失分点加以改正强化记忆,是一个快速提高的有效途径。

劳逸结合让学习更快乐

中学生的寒假生活,要避免“疯玩”,也不提倡“疯补”。在有限的时间内想获得较好的效果,家长应该帮助孩子选择适合的课外辅导课程,并根据孩子自身的学习状况制定学习课程和课时安排,做到张弛有道,这样才能确保巩固已学知识,真正帮助孩子在寒假里“合理进补”。

而要达到好的效果,“智立方”老师提醒家长:选择寒假补习班,要尽量找到一个和孩子“对味”的老师。现在的孩子个性都非常强,如果学生与老师的性格和教学方法能够相互契合,师生间就会有更为顺畅的沟通,让学生始终保持快乐健康的学习心态,各项学习计划和提高方法才能积极施行,落到实处。同时专家也建议家长应该在假期内安排一些有益身心的文娱活动,帮助孩子提高自身修养,培养综合素质,真正过一个快乐、充实的寒假。

中学生专家咨询热线:

徐汇中心:64481352
长宁中心:60825263
金桥中心:20249715
五角场:55093558
八佰伴:61062573
人民广场:33664668
闵行中心:34537280
宝山中心:56585520



智立方教育
昂立中学生VIP中心

源于名校 成就所托

源于百年交大 学术底蕴深厚
领先上海市场 深谙沪版教材
专注中学培训 熟悉中学特点
独创1对3教学 互动学习模式

哪些情况下选择智立方?

- 薄弱科目: 孩子在某些科目上需要短期快速提高
- 常抓不懈: 孩子有些科目一松就下滑,需要“盯住”
- 冲刺拔高: 孩子成绩波动较大,希望稳定在较高水准

试学分析

- 告诉孩子题目怎么会做错的,有什么方法可以应对
- 告诉家长孩子能提高多少,中高考能达到什么目标

徐汇交大 64481092	中山公园 60825259	金桥中心 60875909
五角场 55093560	八佰伴 61062563	人民广场 33664668
闵行莘庄 34537266	宝山中心 56585510	

www.onlyvip.com.cn

中学生 VIP 1:1

