

眼下的寒假,对于广大初三和高三毕业班同学来说,是他们中考和高考前的最后一个假期了。因此,不少家长学生,有点“如临大敌”的架势,生怕稍有疏忽,就错失良机落到人后了。

常言说:文武之道,一张一弛。把自己搞得过于紧张,也不见得有利于学习,不见得就一定会考出好成绩。尤其是,春节将

临,必要的走亲访友、见识社会、增长待人接物的能力,也是一名中学生所必备的“知识”,其间所积累起来的社会阅历,还会有助于升学考试呢。

在此,不妨听一听几位初高中毕业班同学诉说的寒假生活。大家也可以共同来“会诊”一下,他们有哪些是做得很不错的,还有哪些是需要改进的。

我从来都不是“学霸”

高三的寒假并没有想象的那么枯燥,但也不如高一高二那么轻松。学校里没有安排任何集体补课,我也没有报任何寒假补习班。我从来都不是“学霸”,因此,每当出现懒惰和贪玩的欲望时,心里就会有纠结和挣扎。于是,我想出了一套缓解挣扎的方法,比如,每当惰性来袭的时候,我就会把烦躁的心情写下来,而班里学习小组间的相互鼓励和打气,也让我觉得这个中学阶段的最后寒假,会过得有意义和不孤单。

高三年级每个班级都会划分成几个

学习小组。我们小组在寒假前成立了一个微信群。每天早晨,同学们都会在群里相互问候早安,并把自己每天的学习计划发在里面;每天晚上,小组成员又会“聚”到微信群里,总结当天的学习计划完成情况,对一对答案,相互解答一下难题。组长还会统计出易错的难题,邀请学科老师在线解答。在这种相互激励下,有时候晚上我也会忙到比较晚,但也忙得不亦乐乎。

不过,学习之外的活动,我也没少安排。比如,最近几天我都在参加长宁区青年

“毕业班是没有春节的,否则就没有春天”,真需要那么夸张吗? 毕业班学生最后的寒假该如何度过



■ 有学生说,毕业前的最后一个寒假,将狠狠咬咬牙关闭自己所有的兴趣爱好之门

党校活动。每天,我都要花上一两个小时在小区里打打篮球和跑跑步。每周,我还会定期和同学相约去图书馆“刷作业”,在图书馆的安静氛围里看看闲书、温习功课以及休息聊天。

以往过年,我都会跟随父母回老家探望爷爷奶奶,今年虽然我们留在上海过年了,但我和爸爸已有了农历新年的“跨年计划”——由于我和爸爸都喜欢摄影,我们打算趁着过年这几天,去采采风、写写生,拍拍申城的别样风景。

延安中学高三学生 潘星宇



■ 谁说这个寒假就必须钻进复习书堆做“苦行僧”? 图 CFP



■ 参加一些健康的户外活动,其实更能提高学习效率 图 CFP

仍按平常时间作息

这是初中最后一个寒假了,很珍惜即将告别的初中生活。随着中考的临近,我的寒假计划主要还是以复习为主——上午在家复习,下午轮流参加英语和物理两门学科的课外补习,希望今年能顺利通过中考,考入心仪的高中。

虽然假期提供了一个休整的机会,但由于习惯了上学的作息规律,因此我仍然按照平时的节奏正常生活和学习。比如,我从不睡觉,每天早晨6时多就起床了,晚上我也不会熬夜。在家复习倒没有严格按照课表时间,而是把时间安排得较为宽松和自由,也讲究注重劳逸结合。通常,看到两个小时的书和温固一下错题集,我就会休息一下。闲暇时,我比较喜欢玩一玩竞技类的电脑游戏,但是时间一般都控制在1到2小时之内。

由于学习是寒假生活的主要计划,所以,我倒并没有安排太多的课余时间。但伙伴间的交流并不能少。有时候,我会和要好的同学相约去打一场篮球,活络一下筋骨。有时候,我会叫上住在附近的“死党”,去公园散散步聊聊天,一来呼吸新鲜空气,二来增进同学间的友情。“死党”间什么都能聊,都是男生们感兴趣的话题,从学习进度、未来规划畅想,到游戏心得交流、甚至学校的八卦。

当然,寒假里的重头“大戏”就是过年。在我家,过年活动特别传统,今年也不例外。我会随父母去奉贤的奶奶家住几日,陪陪她老人家,尽尽孝道。

普陀区北海中学初三学生 史展
本报记者 马丹 陆梓华 整理

感谢父母没给我太大压力

初三以前,我从来没有参加过任何一个课外补习班。但是,进了初三之后,所有同学都在补课,我也得跟上他们前进的脚步,所以寒假前,爸妈就帮我找好了补习班。否则,人家进步了,我即使保持原状也等于退步。

寒假期间,我每隔一天会去一次补习班,数理化轮着来,每次两个多小时。学校的作业说实话还不算特别多,语文主要是做一做各个区县的“一模”考卷,每周读一本书,尤其是中考经常要考到的作家的作品。老师叮嘱我们要练字,争取在中考时给阅卷老师们留下良好的卷面印象。数学老师要求我们整理一学期的卷子,并且整理错题集。英语老师则要求我们摘抄英文报纸段落,提高阅读能力。我前两年去游学,正好认识了一些国外的朋友,有时候,我也会和他们网上聊聊天、写邮件,我觉得这对提高自己英语能力很有用处呢。

我800米跑的成绩一直不大好,所以中考体育打算选游泳。为了尽可能拿到满分,这个寒假还要好好练练体育啊。初三年级的寒假确实很忙,对我来说,每天和我家小狗玩一会,就是最大的放松了。爸爸妈妈也允许我偶尔和同学出去聚会一下,去玩密室,去打电动解压。我打算自主招生时候报“四校”冲一冲,但是我没有参加过竞赛,证书也比较少,难度还是挺大的。我觉得自己还蛮幸运的,爸爸妈妈没有给我太大压力。

虽然我认为刚刚进行的“一模”考,没能考出自己的最好水平,但爸妈都安慰我,“考得还不错了,继续努力”。我希望好好利用这个寒假冲一冲,为实现自己的目标努力。

徐汇区初三学生 小静

【校长观点】

包玉刚实验学校校长 吴子健

最后一个寒假怎么过?学生、老师和家长都有必要来探讨一番。

■ 每天沉浸在题海中,肯定是不行的。即使是埋头复习,也要讲究科学方法。各校的初中和高中的教材内容已基本学完了,不妨对各科的知识点做一下梳理,特别是对于曾经做过的大量试卷中的错题做个整理,从中找出自己的薄弱环节。

■ 现在有些毕业班同学在复习时存在一个不太好的情况,就是对自己喜欢的学科复习得特别起劲,对不喜欢的学科则比较淡漠。还有的学生对老师“逼”得紧的学科比较重视,对老师“逼”得不紧的学科则比较马虎,这样的厚此薄彼也是不利于全面复习和科学复习的。

■ 建议同学们能利用寒假时间多开展一些交流,既是增进友情,也可以有利于学习方法的取长补短,看看别人是怎么学的,自己还有哪些不足。这样的交流也会十分有益于心理的调整和稳定。

本报记者 王蔚

上海未来路进修学院

FUTURE ROAD TEACHERS COLLEGE IN THE CITY OF SHANGHAI

丰硕的成果

2012届上海未来路进修学院“华约”“北约”“卓越联盟”三大自主招生考试成绩辉煌,有107位同学被北大、清华、复旦、上海交大、同济等高校录取,其中北京大学7人,清华大学3人,复旦大学29人,上海交大40人,同济大学26人,浙江大学1人,西安交大1人。还有许多同学通过高考以优异成绩被北京航空航天大学、南京大学、浙江大学、上海财大、华师大、上海外国语大学等等全国重点大学录取。

2012年4月熊晓东院长和王斯雄副院长在美国哥伦比亚大学数学教育系做讲座后与师生们合影

2014年 寒 春 课 程

(1月11日~6月15日) 正在热招中

其他热门课程:

- 高三、高二、高一各年级、各学科、各层次学习指导班
- 初三、初二、初一各年级、各学科、各层次学习指导班
- 预初年级数学、语文、英语学习指导班
- 初中、高中各学科竞赛辅导班

核心课程一: 高三自主招生学习指导班

目标: 北大、清华、复旦、上海交大、香港大学等一流大学

课程: 数学1(高中数学)、数学2(大学预科数学、数学竞赛)、物理、化学、英语、语文、

核心课程二: 熊晓东高三数学复习指导班

目标: A班 复旦、上海交大、同济、财大等重点大学中的高质量大学

B班 一本线以上全国重点大学

C班 大学本科

课程: 数学、英语、语文、物理、化学、政治、历史、生物、地理

核心课程三、四: 高二、高一英才班

目标: 北大、清华、复旦、上海交大、香港大学等一流大学

课程: 数学、英语、语文、物理、化学及各学科竞赛辅导

核心课程五: 初三自主招生学习指导班

目标: 华师大二附中、上海中学、复旦附中、交大附中等著名高中

课程: 数学、英语、语文、物理、化学及各学科竞赛辅导

辉煌的教学成果

熊晓东高中数学是一项影响几代人的品牌教学。未来路英才教育每年培养学员达上千人次,经过系统的教学指导和训练,学生综合素质明显提高,学习成绩直线上升。每年都有大批学生被美国欧洲世界一流大学录取,被北大、清华、复旦、上海交大等国内一流重点大学录取,被北京航空航天大学、南京大学、浙江大学、上海财大、华师大、上海外国语大学等重点大学录取。未来路的办学理念 and 教学成果得到了社会广泛认可,电视台、报纸等主流媒体竞相报道学院的事迹。熊晓东教育思想最突出的一点是充分挖掘孩子的潜能,让孩子全部才华都显示出来。除了二十世纪的美国加州大学的陈德微、威斯康星大学的唐恩卿、卡耐基·梅隆大学的周玉宁等一大批杰出学生以外,二十一世纪的英国牛津大学的王皓春、美国俄亥俄大学张俊逸、香港大学的梁思静、朱志杰、周明易、清华大学的庞子洋、复旦大学的王蔚佳、华尚之、陆昱谦、侯开捷、华思敏、许斌、上海交大的赵径舟、谷晓霞、陈棋伟、朱呈辉、许云柯等等同学都是经过熊老师的指导在高水平大学的各种考试中获得优异的成绩,现在都在国内外一流大学深造或做研究。熊晓东高三数学不仅有历届高考命亦俊、孟晓春、郝彦朕、王平等一批优秀生数学夺得150、149的拔尖高分的案例,而且也适合基础薄弱的学生,像2011届的复读生陈璋在前一年的高考中只考得二本分数线成绩,经过未来路数学居然数学考到了理科145分,总分552分,录取在复旦大学数学系。这样的案例不胜枚举。

学院地址: 上海市徐汇区零陵路342号2号楼一层112接待室 联系电话: 51573510、51573500、51573520 学院网址: www.FRTC-EDU.cn 交通路线: 最便捷是地铁4号线、7号线, 东安路站1号出口往东50米; 公交: 41、49、50、72、89、104、733、932、隧道二线, 万野专线等;

金吉列留学

金吉列携手中国消费者协会联合发布《出国留学消费指导手册》

留学高峰论坛

- 转学**美国名校**, 机会不容错过!
- 韩国**18所大学入围亚洲QS**前100**, 中等生入读**世界名校**不再是梦
- 加拿大**转学分学院-- 就读**世界名校**性价比的最佳选择之一!

14:00-15:00 1月26日

美国—跨越二个世纪的留学首选

艾方林(中国驻美国纽约总领馆前公使衔教育参赞)

留学英国, 感受英伦贵族文化

金纬(金吉列董事长特别顾问、前上海交大国际交流处处长)

公司地址: 黄浦区徐家汇路555号广发大厦3D(英、加、澳、新西兰签证中心楼上) 网址: www.jjl.cn 服务热线: 021-61581818

专业办理: 美、英、澳、加、日、韩、马、葡、德、乌、白俄、意、法、荷、墨、澳、丹、东、比、德、西、意

专业团队: 美国、英国、加拿大、澳大利亚、新西兰、法国、俄罗斯、日本、意大利、西班牙等十国大使馆教育参赞

诚聘英才: 各省市留学咨询顾问2-3人(优先聘请美国及加拿大), 简历请投递: zhouqin@jjl.com

分类招聘

投放热线: 021-62793358

延安路地址: 延安中路839号能顺老大楼1903室 天山路地址: 天山路789号东楼1603室

★上海东莘会计师事务所 聘: 退休人员返聘、全/兼职 会计上岗证, 总帐会计, 出纳开票等。T: 62826046 王

上海深广企业服务有限公司招聘

深广创业家园: 由上海深广企业服务有限公司、崇明经济园区、闵行经济园区、金山经济园区等多家经济开发联合运营, 是上海领先的中小企业创业服务平台。

招聘营业员10名

女性, 有出色的销售经验, 会电脑, 打字速度一般。有简单的财务知识, 退休的优先。全市都有网点。

公司地址: 漕溪北路737弄汇翠花园1号楼3101室 联系电话: 15692113327 64690114 官 网: http://www.sgcyyj.com/

ECNUSOLE 华东师范大学开放教育学院

网络教育 www.ecnudec.com

2014年春季招生

(高升专、专升本、第二本科)

第二学历, 免试入学, 并且免修教学计划中的公共课

总部地址: 上海市中山北路3625号 华东师范大学开放教育学院(网络教育) 电话: 54271104 奉贤: 37100698 青浦: 59725322 62233921, 62232037 闵行: 64984063 松江: 57824799 南汇: 58024813 嘉定: 39966126 宝山: 66630050 金山: 56126313 虹口: 65603370 闸北: 62443885 杨浦: 55955318 徐汇: 51093665 徐汇: 54195385 徐汇: 34699978 徐汇: 54972108 黄浦: 63297710 长宁: 62590058

上海地区学习中心及报名点

金山: 57972191 金山: 67961013 川沙: 68681333 奉贤: 57427104 奉贤: 37100698 青浦: 59725322 浦东: 58708646 浦东: 60541563 金桥: 61311241 闵行: 64984063 松江: 57824799 南汇: 58024813 嘉定: 39966126 宝山: 66630050 金山: 56126313 虹口: 65603370 闸北: 62443885 杨浦: 55955318 徐汇: 51093665 徐汇: 54195385 徐汇: 34699978 徐汇: 54972108 黄浦: 63297710 长宁: 62590058