

如何度过考后时光

宋广文

随着高考结束，又一批寒窗苦读的学子会有一种如释重负之感，恨不得彻底解放自我，做回真正的自己。这种心情可以理解，毕竟学习的过程中有太多的压制、太多的烦躁、太多的困惑……

但如果能更理性一点儿看待学习的过程，谁又可以轻松、简单甚至懒散地完成学业？谁又可以不费吹灰之力就可以拿到高分而被名校录取？中国没有，任何国家都没有；过去没有，现在没有，未来也不会有。孟子早就明示：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。从“心”接受学习的艰辛，才会心甘情愿地受苦受累。一分耕耘一分收获，连爱迪生这样的天才，也要付出 99% 的汗水才能取得成功。

高考只是一个过程而已，既不是生涯的起点，也不是生涯的终点。不同的分数和相关条件下，大家将走向不同的地方、不同的学校，在新一轮竞争中再出发：前景无限多，前景既是目标，也是风景。

考后会有一阶段的等待，或静待花开，或焦躁不安。与其说在等待结果，不如说结果在等你。结果已有，不管你心情如何，它已经在那里。

高考后到入学这段时间，该做些什么？

最现实而又有意义的建议是：

放松心情，但不放纵情绪。可以听音乐，可以结伴旅游，可以与同学畅谈，可以读自己想读的作品……但一定不要放纵自己——或饮酒过度，或彻夜狂欢，或到不熟悉的地方游玩。在放纵的情况下，人最易犯错，而有些错会让人遗憾终身。

理性选择，做该做之事。不积极配合学校的安排、不认真备考，就不太容易取得高分。这有些无奈。这种过度的统一性要求，会一定程度上牺牲掉个人的兴趣爱好和特长。高考后，时间有了，没有人给你规定任务了，可以根据自己的喜好做该做的事情：学习一种新技术，学会一种乐器，学会一种运动技巧，或系统地读些名著，看经典影视作品等。如果自己不善选择，不妨问家长或咨询老师及专家。

增加体验，向生活学习。学生在校期间课本知识学得不少，但对生活的认识、对生命的认识、对国情的了解等，未必真清楚。所以，最好多走多看，多与普通大众交流，多向一线人员请教，真正体验一下最普通民众的生活，借此理解生活的本质和人生的真谛。如顾炎武所言：“君子为学，以明道也，以救世也。徒以诗文而已，所谓雕虫篆刻，亦何益哉？”其实，哪怕只是在家独立买一次菜，做一顿饭，做一次家务，也会让自己体验到父母的辛苦。

明道优术，学会做人。无论下一步在哪发展，也不管学习什么专业，最重要的还是学会做人。要学会做人，有不同的路径：可以知理悟道，即学习理论，特别是科学的理论，借理论之光悟出生命之道、生活之道、发展之道、学习之道、交友之道等；可以知人善道，即向任何领域的成功人士学习，见贤思齐，同时尽量见不贤而内省，避免别人曾经犯过的错误；可以知慧施道，即将古人的智慧、名人的智慧、成功者的智慧变成自己行为的依据和指南。这样不仅可避免或少犯错误，而且可以事半功倍。

人生有限，而知识无限、智慧无涯。但愿今年高考的莘莘学子从“心”开始，以“苟日新，日日新，又日新”的姿态迎接下一个起点。

（摘自《中国教育报》2021 年 6 月 18 日第 6 版）

本期主编 翟文文

滕州教研



TENGZHOUJIAOKEYAN

2021 年 6 月 25 日 星期五 2020—2021 第 36 期（总第 320 期）滕州市教育事业发展研究中心主办

直击问题，科学指导，未雨绸缪，铆足干劲

——全市新老高三对接研讨会召



为进一步总结高三备考经验，实现新老高三有效衔接，优化高考备考策略，加强 2022 届高三备考工作的科学性、有效性，安排部署新高一初高中衔接、新高三教学及 2021 年高考成绩统计等工作，6 月 23 日下午，全市新老高三对接研讨会在教体局南二楼会议室召开。各高中学校业务校长，现高二级部主任和 2021 届高三级部主任及全体高中教研员参加会议。滕州市教育事业发展研究中心教研室马培函主任出席并作讲话。会议由教研室高中部朱述进主任主持。

此次会议主要有三项议程。首先各学校高三级部主任代表梳理存在的问题，从明确高考目标，培养学生树立信心，打造高效备考课堂等方面交流高考备考有效做法，结合校情对 2022 年高考提出精准指导意见。

其次，朱述进主任要求各校统筹谋划工作，通过精打细算增强“高精准”备考水平。朱主任主要从三个方面给出忠告。一是未雨绸缪，及早安排，做好新高一初高中衔接工作。二是充分调动各方面的积极性，形成合力冲击高考。朱主任从新高考、新教材、新理念的高度，要求全体备考师生要关注新高考变化，全力提高学生的思维能力、实践能力和解决问题的能力。教师要进一步优化工作作风和方式，强化研究，下水做题，精心细致地做好培优工作。三是要狠抓尖子生、临界生的补差工作。加强对作业的科学管理，落实好“一课一研”提高复习质量。

最后，马培函主任对下一阶段的工作提出建议和要求。马主任强调各高中学校要深入剖析，做到“回看走过的路”、“借鉴别人的路”、“远眺将来的路”。他提出四项要求。一是各校要创新形式召开各个层面的深度新老高三对接会议，做到早起步早开局。二是要克服困难做好高考各类数据的准确上报。三是从长计议，切实抓好起始年级的教学，做到心中有方向，脚下有力量，心往一处想，劲往一处使。四是勇于突围实现学校新的增长发展。

此次研讨会促进了不同年级的教学工作互相借鉴，不仅对优化新高三复习备考有显著的指导作用，对促进基础年级超前树立高三意识，以高考引领基础年级教学也具有宝贵的借鉴意义，助推形成了“三年备考一盘棋”的教学新格局，打好高考备考开局战。大研讨奠定大格局，大格局昭示大发展。在高考成绩还未公布之际，新学期的工作早已拉开帷幕，我们有理由相信，2022 年高考备考这盘棋必定会一招接一招，下得越来越活，越来越精彩！（翟文文）



按：俗话说：“七分考，三分报。”高考成绩公布，报志愿成了考生和家长最关心的问题，理想与现实、兴趣与就业，谁前谁后，孰轻孰重？希望下面这篇文章可以为考生填报志愿提供一些参考。

“七分考，三分报” 高考志愿填报记牢这些原则

考生家长：我们应该怎样填报志愿？总原则是什么？需要注意什么？

华中师范大学测量与评价中心主任胡向东教授：目前需要做的是注意录取政策规定的学习，分析自己的兴趣爱好，明确自己成绩所处位置，加强对学校和专业情况的了解。下面有几点供参考：

一个注意：关注我国高考录取各省差异。我国当前高考录取制度的最大特点，是建立在分卷考试基础上的分省录取：高考试卷有若干种，招生计划分拨到省，各省确定录取批次与规则等，这样一来，各省志愿分布和录取结果会因省情不同而不同。

二项准备：一是对本省域的招生计划、录取政策与规则、录取时间安排、征集志愿的时间等做充分了解，不打无准备之战；二是对考生自己的兴趣爱好做充分了解，思考未来发展道路。

三个重点：一是学业规划与路径选择，不妨从上大学起规划学业，是读完本科就业、还是读硕士博士？二是院校与专业选择，大致列出自己喜爱的学校、城市、专业，注意自己的选考科目要与这些学校、专业的要求相匹配。三是分数排位的分析与使用，根据本地公布的选考组合成绩排序，明确自己的成绩位置，与中意的学校和专业做大致匹配。

综合考虑四项原则进行选择

一是地域优先。如果学生在职业和学业发展、学校选择方面还没有建立非常清楚的目标，那么可以优先考虑地域。不同的地域，不仅文化底蕴各异，还代表着不同的学校教学资源、经济实力和就业机会。

二是职业优先。这一原则适合于职业选择已经“有谱”、分数较高有选择余地的考生。比如喜欢教师这一职业，那么第一就要选择填报师范类专业。

三是专业优先。这一原则最适合专业特长明显的考生，当然也适合分数相对较低的考生。对前者，考生可以列出自己喜欢的专业和学校，结合分数在可能达到的区间内选择。对分数较低的考生，学校选择性不多，专业的重要性就更为突出，建议选择技能性较强的专业。

四是学校优先。三种考生较为适合这一原则。一是考生还没有明确的职业选择，各门成绩又比较均衡，就比较适合优先选择学校。二是踩线的考生，首先选择学校以保证就读学校的层次。三是准备将来出国深造的考生，选择在国外认可度较高的国内名校，有利于出国申请成功。

考生家长：我们在填报平行志愿时，需要规避哪些风险？

南开大学招生办公室主任金柏江：平行志愿也不是完全没有风险，如有不慎，仍有被退档或高分滑档的风险，需要特别注意以下三点：

第一，务必关注不同专业(类)中关于体检的要求，尽量避开学校可以不予录取、有关专业可以不予录取或不宜就读的专业，降低退档风险。

第二，在传统高考省份及以“院校+专业组”模式报考的高考改革省份，填报志愿时建议一定要服从调剂。如因个人原因，所填报院校或院校专业组内各专业未拉开分数梯度，投档时，院校无法安排专业，该生又不服从调剂，则有退档风险。平行志愿投档原则为一轮投档，一旦退档，则会退出该批次的录取，只能参加征集志愿或下一个批次的录取，而征集志愿基本上没有什么好选择。

第三，如果根据分数，虽然大概率可以进入某学校，但很可能会进入自己不感兴趣的专业志愿中，考生需要提前咨询好该校招生办或招生组，问清楚入校后是否有相对人性化的转专业机会、其他双修或者辅修机会，避免因对专业的不适应或不接受，造成难以克服的学习障碍，影响本应充满希望的大学生活。

市教体局义务段规范学业质量监测工作调度会召开

6月24日上午，义务段学校规范学业质量监测工作调度会在至善学校召开。参加会议的有全市各镇街学区（联区）主任、业务指导员、小学教研室主任；全市各初中学校校长、业务校长，担任市派检查员的初中学校干部以及全市各小学校长、市教研室初中、小学教研员等。

会议由市教研室主任马培函主持。首先教研室小学部主任仇光伟，初中部主任王立亭分别传达和解读小学和初中学业质量监测工作方案细则。其次孙局长作重要讲话，他提出三项要求：一要要提高政治站位，切实增强工作的主动性和责任感，齐心协力做好本次质量监测工作。二要以高度责任心组织监测。要严格考务培训、严格考试纪律、严格保密规定。三要以如履薄冰的心态对待考试：一是制定应急预案；二是强化工作责任；三是严肃责任追究。最后，马培函主任对会议进行总结并对学业质量监测工作做进一步的强调和要求。

此次活动进一步推动了教学评价改革，积极构建了科学有效的学业质量监管机制，为学校改进教学、推进新课堂达标提供了科学依据。



市初中英语“基于听说智能测试的常态课堂策略研究”

专题研讨会召开

6月15日，市初中英语“基于听说智能测试的常态课堂策略研究”专题研讨会在级索中学举行,160多位初中英语教师参加了本次会议。

主要有六项议程。首先由学区王次锋主任欢迎致辞。至善中学张文清老师执教了听说智能测试的常态课堂示范课。接着至善中学彭长青老师进行点评，解读了人机对话各个题型的考察目标和重难点分布。由级索中学校长刘恒俊作《人机对话背景下初中英语常态课堂的突破策略》的专题讲座。初中英语教研员李亚璞老师作题为“拓展新视野 迎接新挑战”的讲座，她结合往年考试答题情况分享了人机对话的迎考技巧，为接下来的教学工作指明了方向。最后朱邦伟副主任发表了重要讲话，他对级索中学为承办本次活动作出的各项工作给予高度肯定。他指出“人机对话”测试是大势所趋，作为一名新时代背景下的老师要顺势而为，深刻认识到抓好英语教学的重要性，通过学习不断提升自己的专业知识，驾驭课堂的技能。在本次研讨会的带动下，初中英语“基于听说智能测试的常态课堂策略研究的成果”必定会遍地开花，结出累累的硕果。（李亚璞）



简讯：6月23日，初中英语中心团队“精准推进强镇筑基行动，专业助力新课堂达标”活动在西岗中学成功举行。

下周工作早知道

1. 小学指导基层学校组织期末考试及六年级统一阅卷工作。
2. 初中指导基层学校组织七、八年级期末考试及统一阅卷工作。
3. 义务段组织期末考试巡查工作。
4. 高中指导基层学校筹备高一、高二期末考试。
5. 统计高考成绩数据。
6. 初中各学科研究枣庄市七年级期末试题和中考试题，进一步明晰试题对教学的导向和反馈作用。