

迈好衔接第一步

高一语文学习的三个核心



名师名片

倪迅,武汉市第六十八中学语文教师。武汉市“高效课堂”先进个人、武汉市优秀青年教师,曾获湖北省、武汉市语文优质课竞赛一等奖。

高一开学,不少同学在语文课上感到了一些变化:课文变长了,读起来不那么轻松了;课堂笔记记了,却理不出头绪;作文下笔时,也不知道从何说起。其实,无需焦虑,这些变化只是初高中语文学习要求差异的正常反应。

初中语文侧重归纳与概括,高中语文则转向比较与辨析,更注重思辨与应用,要求同学们发展逻辑思维,学会有理有据地表达观点。课文不仅题材更广泛,体裁也更丰富:文言文升级为篇幅更长,思想更深邃的史传散文与政论文,现代文阅读也扩展到了长篇小说甚至学术著作,写作字数要求也增加到800字以上,这就对同学们观察生活和思维深度的要求明显提高。

面对这些变化,不必慌张,只需抓住三个核心即可:重视教材,得法于课内;重视阅读,涵养于积累;重视习惯,落实于日常。

重视教材:得法于课内,施法于课外

很多新生会陷入一个误区,认为语文“学的都不考”,于是早早抛开课本盲目刷题。其实,高中语文衔接的核心阵地就在教材。

统编高中教材以“人文主题”和“学习任务群”双线组织,每个单元都设计有指向核心素养的学习任务,是一套系统培养学生语文能力的教材,本身极具学习价值。同时,高考越发强调“教考融合”。以2026年新课标Ⅰ卷考查网络热词“出片”的义项梳理为例,这对应的正是必修上册第八单元“词语积累与词语解释”的单元学习任务。也就是说,语文课堂上的每一次探究,都极有可能变成考场上的直接检验。

那如何检验教材学透了没有呢?建议同学们学完每个单元后做一件事:合上书本,尝试说出本单元的主题、核心任务以及学到的可迁移阅读方法。能清晰表述,说明知识已扎根内化;若只会背熟课文,则仍停留在机械记忆阶段。

重视阅读:语文素养的核心来源

不少高一学生可能面临这样的困惑:读不懂长文,写不出深意,课堂跟不上老师的分析节奏。这些问题不能简单归结为基础不牢,症结在于阅读量不够。不少孩子除了教科书和教辅几乎不怎么读书,有些孩子读书也可能被一部分家长认为是“读闲书”,浪费时间。事实上,一个人的用词是否精准得体、表达是否流畅准确,直观地体现着他的文化素养。而提高文化素养的主要途径,正是进行一定量的高品质阅读。我长期观察发现,喜欢读书、阅读量宽的学生一般思维比较活跃,学习成绩也相对较好,具有比较强的创新能力和发展潜能;而阅读量较窄的学生思维则相对沉闷、死板。这意味着,把阅读当成课外补充是狭隘的,它本身就是锻造思辨力与表达力的根本途径。

高中教材“整本书阅读”指定的《乡土中国》与《红楼梦》,便是不错的高质量阅读入口。前者以“差序格局”“礼治秩序”等概念帮助同学们理解中式社会的运行规则,后者以大家族兴衰呈现复杂的人情世故,二者关联阅读,收获更深。高一课业压力相对不重,正是营造广泛阅读空间的黄金时期。读罢不妨关上书自问:这本书让你印象最深的片段是什么,哪些情感让你产生共鸣?三五分钟的回顾,可让整本书在你心里走得更深。

重视习惯养成:成绩拔级而上的秘密

考场上,同样的作品,字迹工整的卷面让阅卷老师细品,潦草涂改的作品则因书写而扣分降档;课堂上,同样的知识,会记笔记的同学任何时候复盘都纲举目张,只靠耳朵听的同学往往摸棱两可,不知所以然。既然同学们已来到同一间教室学习,那成绩的差距往往不在智力水平上,就在这些日常习惯里。其一,书写是高中语文最值得投入的习惯。准备一本硬笔楷书字帖,每天坚持练一篇,把字写得工整清晰,这本身就是“加分项”。其二,笔记习惯同样关键。笔记重在摘要记录老师所讲重点,以思维导图流程图为主,不必逐字抄写;读书笔记则摘抄重要观点与精彩语句,并写下自己的看法和评价。其三,练笔习惯贵在坚持,认真完成老师布置的作文,学有余力时每周写一篇日记或周记,“我手写我心”。尤其要提醒的是,写周记时不要只是机械摘抄或流水账式记录,而是要学着对生活中的人和事发表看法,哪怕只有三两句话,也是从“记”到“思”的关键一步。高中语文的进阶之路并不困难。只要扎根教材、持续阅读、守住习惯,最初那些“读不懂”与“理不清”与“写不了”,终将化作游刃有余。

一年近300场体育赛事

小学生运动中锤炼意志品质

“在日复一日的锻炼中,我长高了、长壮了,每天都很开心!”9月21日上午,武汉市江阳区红领中学校教育集团的孩子们结束了大课间律动,交流运动后的感受。

在红领中学校的4个校区,体育早已不只是一门独立课程,而是融合五育、滋养学生身心健康、赋能全面成长的重要载体。近年来,学校创新构建“时间整合、内容重构、评价驱动”三位一体体育综合育人新体系,让孩子们在运动中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。



红领中学校的学生在操场上运动。

早锻炼、大课间、社团活动 运动中开启美好一天

“我现在一口气能跳绳100多个,仰卧起坐做越起劲!”22日下午,红领中学校优雅校区的操场上,一名三年级学生兴奋地分享着自己的进步。

去年3月开始,红领中学校将跳绳、跳箱障碍跑、标志筒小栏架障碍跑、仰卧起坐等体能项目融入晨间锻炼,引导学生在趣味闯关、小组比拼中提升力量、耐力、速度与柔韧。20分钟的晨练不仅帮助学生激活身体、唤醒精神,更在日积月累中夯实学生体质根基。

每天40分钟的阳光大课间,是孩子们最期待的时光。学校将七彩阳光、彩带龙操、武术操、跑操等特色项目串联,让孩子们在玩中锻炼身体。国家级非遗龙舞衍生而来的彩带龙操,已成为学校一道亮眼的风景线。彩龙翻飞舞动,同学们在强健体魄的同时,也感受到中华龙文化的独特魅力。

每周三、周五下午,校园体育社团与校队专项训练如期开展。足球、篮球、排球、田径、游泳、羽毛球、跆拳道、武术等项目同步铺开,同学们驰骋赛场、挥汗拼搏。早锻炼、大课间、体育课、社团活动……红领中学校的孩子们在校每日户外活动时间不少于2小时。

全校年度赛事精彩纷呈 在赛场上学会守规与合作

“课堂上要教得好,赛场上更要比得好!”这是体育组的老师们经常挂在嘴边的话。学校搭建“普及夯实+特长提升”立体化体育课程矩阵,依托日常

体育课夯实体能根基,规范动作技能,普及运动安全与体育常识;依托社团、校队训练满足个性化特长发展,实现分层培养。

红领中学校阳光校区将篮球作为贯穿一至六年级的成长载体,让每个孩子都拥有属于自己的“篮球成长故事”。低年级孩子在趣味游戏中拍球、运球,埋下热爱运动的种子;三、四年级学生系统学习传球、行进间运球、基础投篮等标准动作;五、六年级学生学习团队协同作战,在专业训练中熟练掌握攻防技巧、团队配合与战术跑位。

阳光校区还定期举办班级篮球联赛、年级趣味篮球赛。一至三年级开展趣味运球比赛,四至六年级开展专项竞技比赛,年度开展体育赛事165场。据统计,4个校区全年开展体育赛事近300场,每个比赛日都成了孩子们的节日。

统一大课间标准、赛事体系、课堂范式、教师技能培训……在红领中学校的各校区,每位学生都能享受到优质的体育课程资源。一年一度的体育节最受孩子们欢迎,为期一个月的赛事活动包含亲子运动会、团体拔河、趣味接力、班级篮球联赛、师生对抗赛等,全体师生沉浸式参与运动、享受比赛的快乐。

数据赋能多元评价 学生从“要我练”到“我要练”

“拿到‘班级体质健康之星’后,孩子每天主动运动打卡,运动习惯变好了。”红领中学校CBD校区五(4)班张柏睿的家长向班主任分享孩子的进步。

CBD校区深耕校园足球育人特色,面向全年级常态化开设专项足球课程。曾经的张柏睿性格内向沉闷,不善与人

交流。在班级足球联赛的历练与日常足球训练中,他一次次奔跑、配合、拼搏,收获自信、学会担当。如今的他不仅球技突飞猛进,人也变得更加积极开朗。

学校依托智能体测设备,建立了“数据采集—精准分析—反馈改进—分层激励”全过程育人闭环,日常动态监测学生体能数据,掌握每名学生体质发展状况。学校结合“班级体质健康之星”“年级之王”等评优激励,充分调动学生自主锻炼积极性,推动体育锻炼从“被动完成”向“主动健身”转变。

刚进入尚美校区啦啦操校队时,2104班岳语晨同学并不突出。日复一日的训练,塑造出她不怕吃苦、坚持不懈的性格。训练课上,她常常对着镜子纠正姿态,一遍遍地重复跳跃、转体。如今,岳语晨成长为校队队长,随团队多次拿下全国啦啦操团体一等奖、市级中小学啦啦操比赛一等奖。

近年来,学校学生体质健康水平稳步提升,体育优良率持续攀升。足球队在武汉市青少年足球超级联赛中夺冠,网球、羽毛球均收获省市级一等奖。田径、三大球、武术、跆拳道、乒乓球等多支代表队在市、区级各类体育竞赛中屡获佳绩。

红领中学校教育集团负责人表示,学校将持续深耕“健康第一、五育并举”育人理念,持续优化课程体系、丰富赛事平台、完善评价机制,让体育育人贯穿学生成长全过程,助力每一位红领中学子阳光运动、健康成长、全面成才。

(通讯员李慧 胡双双 王子豪 长江日报记者刘嘉)

五育并举案例

数字文旅、VR无人机、电子元件焊接 职业体验课上解锁新技能

长江日报讯(记者刘嘉)近日,黄陂区职业技术学校职业体验中心开展的“木兰旅荟”“木兰智汇”系列中小学职业体验课程,场面火爆。数字文旅、VR无人机、电子元件焊接、照明电路实操等趣味满满的沉浸式课程,吸引一批批中小學生走进职业课堂解锁新知识、新技能,真切感受“技能让生活更美好”的深刻内涵。

9月20日,黄陂区多所中小学的学生走进该校职业体验中心,开启了一场集科技感、趣味性、知识性于一体的职业探索之旅。在数字文旅体验课程中,同学们穿戴专业VR设备,体验云端之旅。课程依托先进的数字科技,以艺术化、动态化的呈现方式,将黄陂本土木兰文化、特色旅游资源融入虚拟体验场景,全方位展示“木兰故里,大美黄陂”的地域魅力,让学生们沉浸式领略家乡文旅风采,感受数字技术与文旅产业融合的创新魅力。

无人机体验课上,同学们佩戴VR设备、操作手柄,在虚拟场景中感知实体电路结构,了解无人机起飞和控制的原理,破解飞机里“看不见的数字密码”。“太有意思了,平时看



学生进行电路实操。

见无人机在天上飞感觉很酷。现在不光自己能动手操控,还明白了飞行的原理。”现场,孩子们兴奋地交流着。

实操类课程更是让学生在动手实践中锤炼技能、收获成长。电子元件焊接实操课上,专业老师细致讲解元器件识别、品类辨识、规范安装、标准焊接等知识与操作技巧。在手把手教学下,同学们认真学习操作规范,分工协作、大胆实操,顺利完成元器件识别、标准化焊接等一系列操作,最终完成组装抢答器电路套件。照明电路实操课上,同学们经过多次尝试与调试,终于成功让电路接通、双色灯顺利亮起。有学生感叹:“我们不仅掌握了基础电路实操技能,更强化了安全用电意识,养成规范用电的良好习惯。”

据了解,“木兰旅荟”“木兰智汇”是黄陂区职业技术学校重点打造的市级中小学职业体验中心,是学校深耕区域职业启蒙教育的核心平台。课程秉持科普、学习、生活相融合的理念,依托优质职业教育资源,精准挖掘中小學生兴趣特长,为青少年搭建多元化职业体验平台。黄陂区职业技术学校相关负责人表示,未来,学校将持续依托自身专业特色与教学资源优势,持续优化职业体验课程体系,助力青少年树立正确的职业观、成才观。

你问我答

开学头一个月 先别急着盯成绩

开学季,家长群里又热闹起来。“老师,我家孩子坐不住,一节课能扭30次,这哪能学得进去啊?”“作业天天写到转钟,是不是得辍职回家陪读?”“他成绩在中下游,要不要赶紧报个班?”这些问题,都是家长们每年开学的真实焦虑。本期《你问我答》邀请到汉阳区墨水湖小学语文教师兼语文教研组长张竹君,就开学头一个月家长问得最多的三件事,为家长们支招。

一提学习,孩子就烦? 别把上学变成“受罪”

每年开学,总有孩子早上出门磨磨蹭蹭,书包一放就喊累。我常跟家长说:孩子刚上学,最该保住的不是那几分,是他对学校的那点好感。一个孩子要是每天早上不情不愿背着书包进校,下午愁眉苦脸走出校门,你再给他补课,也是逆水行舟。我打过一个比方——一把湿柴,点不着就别架在火上硬烤,烤得大人灰头土脸七窍生烟,柴也没着。不如把它搁到暖和干燥的地方,放一放,它将来还有被点着的可能。

我班里有个孩子,语数英三科稳定在及格线以下,批评不当回事,惩罚也不照做。怎么办?宠着呗。我从不要求他完成根本不会做的作业——他偶尔抄对几行,我照样夸;上课听不懂,我说你趴着睡,他说睡不着,我开玩笑说那我就小声点讲。别人背书一篇一篇,他一句一句背。就这么“宠”了一年多,有一天课间,同学们都出去玩,他一个人坐在前排一笔一画补作业,还抬头问我:“老师,我写这么半天还没写完,考试时能写完卷子吗?”你看,上进的种子自己就冒芽了。

具体做法:第一,回家先别问“今天考了多少分”,先问“今天中午菜好吃吗”“课间跟谁玩了”。第二,孩子写错了、磨蹭了,先别吼“你怎么这么笨”,那句活除了把他推得离书本更远,没用。第三,给他留点余地:作业会写就写,实在写不动,跟老师说一声,天塌不下来。

作业写到转钟,要不要陪读? 先搞清楚他到底卡在哪儿

前两天有个妈妈凌晨发消息,说要辞职回家专门陪读。我一般先劝一句:别急着作决定。陪读管不管用,得先弄明白一件事——他的问题,是“管不住”的问题,还是“听不懂”的问题。要是孩子只是边写边玩、坐不住,家长在旁边盯着、立好规矩,一段时间就能扳过来;要是他上课压根没听懂,订正十遍还错,那问题在理解能力,你辞职坐在旁边干着急没用,不如让专业老师给他讲。说句实在话:如今的学业要求和知识难度和家长们上学那会儿不可同日而语,你在家能不能教、有没有精力教,得先掂一掂自己的斤两。

具体做法:第一,别光顾着“陪”,先翻一翻孩子的课本:语文现在学到哪一课了?数学那个错点到底错在哪?你连这都没弄清楚,陪在一旁就是自我感动。第二,别替他写、替他急,替他着急,让他自己为一次忘带作业挨回批评,比在家吼十遍管用。第三,孩子一畏难就哭,别慌着哄,也别跟着急——我班有个孩子一听作业多就先哭为“敬”,问“要是抄不完怎么办”,我就一句“没有如果,抄得完”,不哄不凶,他哭够了,几分钟就抄完了。

孩子习惯差,要怎么管? 别把“管”变成了“代劳”

我常跟家长说一句话:别惯着孩子。家长一听就急了——我没惯啊,我管得严着呢,该打就打、该骂就骂。其实我说的“惯”,不是溺爱,是“替他把他该担的责任都担了”:早上喊十几遍才起,陪作业陪到12点,说不会立马坐下给他讲,一边骂他一边追着给他擦手梳头发清书包。你越忙乎,孩子越觉得这些事儿跟他没关系。家长很负责,老师也很负责,那孩子自己负责什么呢?

具体做法:第一,能让他自己做的,你就别伸手——书包让他自己收,落了课本,自己承担一次被老师提醒。第二,家里的规矩跟学校一个标准,别在校守规矩,在家当皇帝。第三,立规矩不必只是骂——孩子漏写“熊”字四底座,你调侃一句“把它四条腿都砍了,人家怎么跑”,他下次就记住了;孩子递东西随手一丢,你吐槽“我把你放在心尖上,你把东西甩我脸上”,他不好意思地笑一笑,道理自己就悟了。

开学头一个月,是养习惯、攒好感的黄金期,不是拼分数的冲刺期。我继续学着怎么当老师,也请家长们继续学着怎么当家长——咱们一起努力,把孩子送到“愿意去、敢举手、敢开口”的地方去。

(长江日报记者杨幸慈 整理)