

菏泽一中高二年级

寒假生活指导

班级 _____ 姓名 _____

2018. 腊月. 25——2019. 正月. 15

致全体家长的一封信

尊敬的家长朋友们：

春节将至，菏泽一中高二年级全体教师谨向您致以新春的祝福和诚挚的问候！祝大家节日快乐，阖家幸福！

高中阶段，高二是高中学习生活的关键一年。我们衷心希望各位家长能继续配合学校，督促自己的孩子合理、有序地做好已学知识的复习巩固提高和新知识的预习。在此，提醒各位家长在寒假期间做好以下事宜：

一 时刻规范孩子的行为习惯

我校一贯注重学生的行为修养。在假期里，希望您能继续规范孩子的言行，严格执行科学的作息制度，不要打乱其作息规律。教导孩子言语文明，勤俭节约；不吸烟不喝酒，不玩手机，不沉溺于网吧等娱乐性场所，增强安全意识，时刻保持一名文明学生的良好形象。

二 密切关注孩子的学习情况

学习是高中生的第一要务。放松了对孩子学习的要求与监督，必将会影响孩子将来的成绩。所以恳请家长朋友们切实帮助您的孩子做好假期的学习规划并检查落实。

1.监督检查孩子每天的学习时间、学习进度、学习效率。我们为您的孩子准备了适量的自学材料，请您和孩子一起制定合理的学习计划，并认真监督和检查。

2.给孩子创设良好的学习环境。有无一个良好的学习环境，是孩子是否取得良好学习效果的关键所在。不制造噪音，不干扰其学习；不在家中设牌场、酒场；不吵闹，不打骂，不给孩子制造精神压力；多鼓励，少批评；多赞赏，不讽刺。

三 鼓励支持孩子参加社会实践活动

学生的成长需要学校、家庭、社会三位一体的共同教育。假期是孩子与家长沟通交流的最好时期，家长可以与孩子一起设计一些家庭活动，让父母在活动中了解孩子，孩子在交流中理解父母。鼓励支持孩子参加社会实践活动，让孩子到社会实践中去感受生活体验生活，锻炼自己。

再次祝各位家长朋友春节愉快，万事顺心！

菏泽一中高二年级工作委员会

2019-1-26

家长签名：_____

高二寒假学习生活指导

一、假期之意义

爱因斯坦说：人与人之间的差别在于业余时间。

清华姊妹学霸说：假期不是用来休息的，是用来超越的！

假期学习之优势：自主性强，针对性强，有效性高，用好则有一日千里之进！

假期学习之不足：作息易紊乱，计划难执行，环境多干扰，管理没保障，学习无重点，诱惑多又多，缺乏定力者一退千丈！

选择就在自己，命运就在手中，关键就看你如何决断与执行！

二、假期之任务

适合的，才是最好的。针对自己特点，制定适合自己的目标任务，扬长补短，长知识，长能力，长分数！

优秀生：鼓励参加学科竞赛培训，培养优势学科，强化弱科。

中间生：深化、预习为主；重点章节、薄弱章节复习为辅。

薄弱生：薄弱学科、重点章节复习强化为主，自学、预习为辅。

其他：加强阅读与写作。实践性任务：（1）就关心的某一社会问题做一调查报告；（2）就某学科感兴趣问题做一研究性学习报告；二者自选其一。开学上交班级评定等级。

三、假期学习之方法

1. 选择重点、薄弱点，深度突破；切忌面面俱到，走马观花。

2. 基础复习与预习：（1）深读教材，理清主干，提出关键性问题；（2）合上教材做思维导图，不仅列出知识体系，更重要的是列出变式、方法、规律之间的联系，找出关键点、综合点、薄弱点、易错点，对应典型习题及变式；（3）习题检测，达标过关。

3. 错题重做与分析：整理本学期典型错题，逐一重做；分析错因，找出障碍与薄弱；每道典型错题找出同类题目5至10道，限时完成；总结规律与方法。

4. 薄弱加强：舍得用时间，舍得下功夫，勇于破难点。

5. 检测达标：学习不是机械完成表面性任务，而是知识能力的提升。学习必有检测，检测必定限时，建议每周集中自主检测一次，不过关的内容就是你需要加强的重点，只有解决了不过关的问题，才能

实现真正的提升。

四、假期学习之保障

1. 严格作息制度，切忌晚睡晚起。制定假期作息时间表，并严格执行。

2. 合理制定计划，严格执行；切忌散漫随意。一是总体计划，确定重点加强学科，重点突破章节，每周学习内容。二是学科安排，建议两天一轮，每晌两个学科，文理间叉；每两天留出一晌放给重点学科或薄弱学科；每周至少进行一次各学科限时检测。三是日计划，具体安排每晌学科内容，计划要适量，能够完成，每天留出一段机动时间，及时弥补未完成的计划，每晚必定进行学习反思，重点解决疑难问题。

3. 建立严格学习制度，排除环境干扰；组建学习共同体，实现合作共赢。克服假期的各种干扰与诱惑，保证学习效率与效果，必有强有力的学习制度；几个同学一块学习，有助于学习制度的执行，有助于疑难问题的解决，有助于比学赶帮学习氛围的形成。

4. 监督与指导。请家长做好监督管理，保证作息，督促计划制定与落实；利用微信、QQ等新媒体，每周与班主任老师交流沟通孩子的作息、学习情况。

5. 开学报到时，提交假期学习计划与落实情况、家长意见、各科假期作业，进行假期学习测试。

高二年级全体教师

2019年1月26日

教师寄语：

假期是同学们与家人团聚的美好时刻，是调整身心的重要阶段，更是弯道超车的最佳时机！相信大家一定会充分利用寒假这个加油站，向自己挑战，向弱项挑战，向懒惰挑战，向陋习挑战，超越自己，迈向成功！

成长的道路上，有舍才有得，需要大格局。团聚过后，拿起假期作业，伴着外面的热闹，享受自己的安静，解一道道题，看一本本书，离梦想更近一步。不忘初心，方得始终！

假期作息时间及学习指导表

起床：6:30

上午：6：40—8：00 锻炼身体、晨读、吃早饭

8：00—9:40 数学

10:00—11:40 语文

午休：12：40—13:40

下午：14:00—15:40 英语

16:00—17:30 选修学科 1

17:40—18:30 读书活动

晚上：19:00—19:30 看电视新闻

19:30—20:30 选修学科 2

8:40—9:40 选修学科 3

__ 班 __ 同学的寒假学习日志

| 日期 | 晨读 | 上午 | 下午 | 晚上 | 落实情况 | 家长签字 |
|------------|------|----|----|----|------|------|
| 1.30 | | | | | | |
| 1.31 | | | | | | |
| 2.1 | | | | | | |
| 2.2 | | | | | | |
| 2.3 | | | | | | |
| 2.4 2.5 | 自主安排 | | | | | |
| 2.6 | | | | | | |
| 2.7 | | | | | | |
| 2.8 | | | | | | |
| 2.9 | | | | | | |

| 日期 | 晨读 | 上午 | 下午 | 晚上 | 落实情况 | 家长 签字 |
|------|----|----|----|----|------|----------|
| 2.10 | | | | | | |
| 2.11 | | | | | | |
| 2.12 | | | | | | |
| 2.13 | | | | | | |
| 2.14 | | | | | | |
| 2.15 | | | | | | |
| 2.16 | | | | | | |
| 2.17 | | | | | | |
| 2.18 | | | | | | |
| 2.19 | | | | | | |

备注：请家长每周通过微信、QQ每周向班主任反馈学习情况至少一次。反馈形式以图片、图表、文字的方式均可；反馈的时间建议安排在2月2日、2月10日、2月17日。

菏泽一中高二寒假学习成长共同体信息表（名称： ）

| | | | | | |
|----------------------------|------|------|--|-------|--|
| 班 级 | | 班主任 | | 班主任电话 | |
| 组长信息 | 小组组长 | | | 家长电话 | |
| 活动地点（组长住址） | | | | | |
| 成 员 及 其 信 息 | 姓 名 | 家庭地址 | | 家长电话 | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

任课教师联系电话

| 学科 | 任课教师 | 联系电话 |
|----|------|------|
| 语文 | | |
| 数学 | | |
| 英语 | | |
| | | |
| | | |
| | | |

学生学习情况自我剖析及措施

| 学科 | 自我学情分析 | 采取措施 | 家长建议 |
|----|--------|------|------|
| 语文 | | | |
| 数学 | | | |
| 英语 | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

附：各学科假期学习与生活指导

高二语文寒假学习生活指导

好的开始是成功的一半，寒假是查找问题和确立目标的最好时期。因此，同学们要充分利用寒假时间，调整自己的状态，在复习方面提前做好准备。对此，老师给出如下建议：

一、列出详细学习计划

“凡事预则立，不预则废”。对于高中生来说，学习计划是提高学习效果的基本保证。因此，学生要在寒假制订一份详细的语文复习计划。制订计划时，首先可以以周为单位，制定需要完成的学习内容，再将一周的内容分配给每一天，具体到每天的每个小时。除了制订计划外，学生还要有督促自己实行计划的措施和检测学习效果的方式。学生要主动屏蔽让自己分心的事物，如手机、电脑、电视等。

二、保质保量地完成寒假作业

老师布置的寒假作业一般都是有针对性的，或是巩固高一复习的成果，或是为高二高三铺路打基础，总之是有目的的，所以保质保量地完成寒假作业是整个寒期复习的大前提。

三、多理多思，夯实基础

“多理”即多整理，多梳理。利用十天左右的时间归类整理必修一至必修五、《唐诗宋词选读》的基础知识。现代文基础整理包括成语、病句、佳句的积累以及名句背诵等。文言文基础整理包括通假字、一词多义、词类活用、文言句式及教材内一些重难点句子的翻译等。基础知识积累可以采用两个整理本，一是教材内重难点知识积累本，整理以上相关内容；一是错题本，将高一高二历次语文考试中出现的基础知识方面的问题归类整理。

四、多读多看，丰富积累

全国卷，更加注重考查学生的阅读能力。利用假期多阅读，多观察以丰富自己的知识积累十分必要。“多读”，每天利用固定的时间阅读所学课本中的美文佳句，阅读报纸杂志上或思想深邃感情丰富或构思新颖语言优美的文章，阅读课内所学文言文或课外浅易的文言文（以人物传记为主）。“多看”，看电视，一些有益于高中生的电视栏目，如：新闻联播，百家讲坛，新闻周刊，新闻 1+1 等。看社会、看自然，为学习积累第一手素材，丰富作文的写作内容。寒期期间语文基础知识的复习，不求面面俱到，力求突出重点，只有将所复习内容抓实，才会有收获，有提高。最后，祝大家过一个健康快乐有意义的寒假！

附假期推荐阅读书目：《家》作者巴金、《子夜》作者茅盾、《花季雨季》作者郁秀、《史记》作者司马迁、《飘》作者玛格丽特。写不少于 3000 字的观后感（不是摘抄）

高二语文组
2019 年 1 月 18 日

高二数学寒假学习生活指导

一、主要内容

第一，寒假作业认真做完。

第二，高二下学期开学，我们先学习数学选修 2-3，再学习选修 2-2 的导数部分（定积分部分删了），学完后复习高一的课程（提前进入高三一轮复习模式）。

第三，下学期期中考试内容是选修 2-3 全部内容+选修 2-2 第一章 1.1, 1.2。

1、在解决基本问题的过程中梳理基本知识：定义，公式，公理，定理。

2、写写数学必修 1-5 的目录，选修 2-1，选修 2-2 及选修 2-3 的目录。

第四、数学选修 2-3 预习

1 分类加法原理和分步乘法原理

2 排列组合这一部分的概念和公式

3 二项式定理概念，公式及运用。（注意二项式定理和组合的关系。）

4 离散型随机变量的均值（理论平均数）和方差，注意和初中学习的平均数、方差（标准差）对照学习。

5 正态分布。

二、寒假学习的意义

1、高中学习-----关键期的把握，兴趣、态度、方法、能力、思想。

2、学生自身发展----在反思中成长，身心发展、学业发展、个人追求。

3、寒假是超越的机会，是自学能力培养的机会。

三、如何预习

1、预习的意义

高二将学完高中全部数学内容。并且在高二最后一个多月进入高三一轮复习。具有承上启下的作用。

预习能提高听课的针对性，预习中发现的难点就是听课的重点，对预习中没有掌握好的有关旧知识，可以进行补救，以减少听课过程中的困难。预习的效果好的话，往往比老师讲的记忆起来还要深刻。

3、预习的策略和方法

（1）妥善安排好时间。（2）明确好任务：第一复习巩固旧概念，查清理解新概念，不理解就背下来。初步理解课本新课的这部分基本内容是什么、找出课本中的难点和自己费解的地方，把课本后面的习题做一做。预习完了写写这一章节的知识结构。

四、错题回顾总结反思重做。

高二英语寒假学习生活指导

一、必做任务

1. 有计划地完成老师布置的寒假作业

2. 结合已学课本及练习册的重点词汇、短语和句型，反复诵记。

3. 预习选修 7 的单词短语知识点，并能熟读课文 Reading 部分。

4. 根据平时错题类型，针对性补漏。对于高考考查较多的时态语态，定语从句，名词性从句，非谓语动词题型方面，可把语法书上相关章节学习一遍并专练高考

真题，融会贯通，步步为营、稳扎稳打。

二、选做任务

1. 成绩优秀的学生（120 分以上）

★ 加强阅读。得阅读者得高考，假期要进行大量广泛的阅读，训练阅读速度。可借助于报刊杂志（如：英语测试报，21 世纪英文报等）

★ 收看英语电视节目。如 CCTV9 英语频道节目，选看两部经典英语原版电影，寓学于乐。如 **The Shawshank Redemption, Forrest Gump, The Princess Diaries, The Pursuit of Happiness**

2. 成绩中等的学生（95—119 分）

中等生的特点为基础知识掌握不牢固，阅读能力稍弱。

★ 加强阅读（要求同上）

★ 把所学的知识点系统地梳理一遍，把重难点整理到笔记本上并反复复习。

★ 培养朗读的习惯。每天早晨起床后，选择课本的阅读文章或高考真题中的完形填空大声朗读，培养预感。

3. 成绩较为薄弱的学生（95 分以下甚至不及格的学生）

成绩薄弱学生基础知识欠缺太多，不会分析句子结构，需要先过词汇记忆关。

★ 每天有计划地记一部分单词、短语等基础知识。

★ 加强阅读，可以读阅读理解题，或者选择简单的英文小说。

★ 把所学的知识点系统地梳理一遍，并把重难点整理到笔记本上。遇到看不懂的句子可电话求助于老师或者查阅参考书。

★ 背诵新概念短文，培养语感。

高二物理寒假学习生活指导

亲爱的同学们，你们马上就要迎来快乐的寒假生活，但大家是否意识到越是大家放松的时候，你们往往可以拥有更高的学习效率，可以通过自己的自主学习实现“弯道超车”，在这里老师根据本学期大家的学习表现结合下学期的学习任务为大家的假期自主学习提供以下建议，希望大家都能在假期里得到更大的收获：

1、加强受力分析与运动分析方面的复习与训练（参考必修 1、2 对应章节），下学期的我们的内容在这方面会有更多的更高的要求。

2、加强应用两种观点（动力学观点和能量观点）解题方法复习与训练（回顾牛顿运动定律、机械能、电场、磁场、电磁感应重点问题），这是我们物理学科的核心内容，应做到更准确、更熟练、更规范。

3、积极做好选修 3-4 与 3-5 两书的预习，可以使我们下学期的物理学习更有针对性及效率。

4、争取读我们高中物理内容中涉及到的 3 到 5 位物理学家们的名人传记，这样可以使我们的学习更有动力与张力。

5、具体计划建议如下表（其中 1、2、3、4 分别对应以上 4 条建议）

| | |
|-------------------|----------------|
| 1 月 31 日-2 月 4 日 | 完成 1、2 两点 |
| 2 月 6 日-2 月 12 日 | 完成 3 |
| 2 月 13 日-2 月 17 日 | 强化 1、2 两点，回顾 3 |
| 1 月 30 日-2 月 19 日 | 穿插完成 4，四天一本传记 |

高二化学寒假学习生活指导

教师寄语：寒假是最好的弯道赶超机会，寒假是查缺补漏的最好时机，寒假就是在自己全面巩固和完善的基础上能够跟同学进行你追我赶的较量的机会！俗话说，不怕同学是学霸，就怕学霸过寒假。因为对学霸来说，寒假不是用来挥霍玩耍的，而是用来超越自我更进一步的！要想成为新学期的学霸，必须按时、高质量完成化学寒假学习计划。

| 预习内容 | 预习目标 |
|--|---|
| 第2章 第1节 共价键模型（2课时）——阅读教材 p ₃₁ ~p ₃₈ 相关内容并完成同步练习册 p ₂₆ ~p ₂₉ 相关内容。（1月31日到2月1日） | 1. 熟知共价键的概念与形成，知道共价键的特征——具有饱和性和方向性。2. 能够从不同的角度对共价键分类，会分析σ键和π键的形成及特点。3. 会判断极性共价键和非极性共价键。4. 知道键能、键长、键角等键参数的概念，能用键参数说明简单分子的某些性质。5. 学会键能与反应热相互求算的方法。 |
| 第2章 第2节 共价键与分子的空间构型（3课时）——阅读教材 p ₄₀ ~p ₄₈ 相关内容并完成同步练习册 p ₃₀ ~p ₃₈ 相关内容。（2月2日到2月4日） | 1. 知道共价分子结构的多样性和复杂性，能用杂化轨道理论解释或预测某些分子或离子的空间构型。2. 理解价电子对互斥理论和等电子原理，能根据有关理论、原理判断简单分子或离子的空间构型。3. 知道手性分子的概念，会判断手性碳原子。4. 理解共价键的极性、分子的空间构型与分子极性的关系，学会判断简单分子极性的方法。 |
| 第2章 第3节 离子键、配位键与金属键（2课时）——阅读教材 p ₅₀ ~p ₅₆ 相关内容并完成同步练习册 p ₃₈ ~p ₄₂ 相关内容。（2月8日到2月9日） | 1. 知道离子键的形成、概念、实质及特征。2. 知道配位键、配合物的概念，学会配位键的判断方法，会分析配合物的组成与应用。3. 知道金属键的概念及其实质，能够用金属键理论解释金属的物理特性。 |
| 第2章 第4节 分子间作用力与物质性质（2课时）——阅读教材 p ₅₉ ~p ₆₆ 相关内容并完成同步练习册 p ₄₃ ~p ₄₇ 相关内容。（2月10日到2月11日） | 1. 了解分子间作用力的广泛存在及对物质性质的影响。2. 了解氢键的形成条件、类型和特点。3. 列举含有氢键的物质，知道氢键对物质性质的影响。 |
| 第3章 第1节 认识晶体（3课时）——阅读教材 p ₇₀ ~p ₇₇ 相关内容并完成同步练习册 p ₅₄ ~p ₅₈ 相关内容。（2月12日到2月14日） | 1. 熟知晶体的概念、晶体的类型和晶体的分类依据。2. 知道晶体结构的堆积模型。3. 知道晶胞的概念及其与晶体的关系，会用“切割法”（或“均摊法”）确定晶胞中微粒的数目和晶体的化学式。 |
| 第3章 第2节 金属晶体与离子晶体（2课时）——阅读教材 p ₇₈ ~p ₈₃ 相关内容并完成同步练习册 p ₅₈ ~p ₆₃ 相关内容。（2月15日到2月16日） | 1. 进一步熟悉金属晶体的概念和特征，能用金属键理论解释金属晶体的物理性质。2. 知道金属晶体中晶胞的堆积方式。3. 学会关于金属晶体典型计算题目的分析方法。4. 理解离子键、离子晶体的概念，知道离子晶体类型与其性质的联系。5. 认识晶格能的概念和意义，能根据晶格能的大小，分析晶体的性质。 |
| 第3章 第3节 原子晶体与分子晶体（2课时）——阅读教材 p ₈₅ ~p ₉₁ 相关内容并完成同步练习册 p ₆₃ ~p ₇₃ 相关内容。（2月17日到2月18日） | 1. 知道原子晶体的概念，熟知常见的原子晶体的结构与性质，能从原子结构的特点，分析理解其物理特性。2. 了解分子晶体的概念、结构特点及常见的分子晶体。3. 能够从范德华力、氢键的特征，分析理解分子晶体的物理特性。4. 会比较判断晶体类型 |

高二生物寒假学习生活指导

教师寄语：

假期是同学们与家人团聚的美好时刻，是调整身心的重要阶段，是放松、是挑战更是机遇！高二下学期学完新课后，就要开始一轮复习了，所以高二这个寒假就是一轮复习派来的天使，帮你查漏补缺，提升能力的，此时不学，更待何时！在成长的道路上，人需要大格局，有舍才有得，放松团聚过后，拿起生物假期作业，伴着外面的热闹，享受自己的安静，解一道题，近梦想一步，不忘初心，方得始终！

经过一个学期，每个同学都积累了巨大的财富：知识、习惯和能力，如果在假期得以巩固和提升，将会得到质的飞跃，相信大家一定会充分利用寒假这个学习加油站，向自己挑战，向弱项挑战，向懒惰挑战，向陋习挑战，超越自己，迈向成功！

学习生物的三个小技巧：

1. 掌握基本知识要点，“先记忆，后理解”

与学习其它理科一样，生物学的知识也要在理解的基础上进行记忆，但是，高中阶段的生物学还有着与其它理科不一样的特点，被喻为理科中的文科。

对于大家学习了许多年的数学、物理、化学来说，这些学科的一些基本思维要素同学们已经一清二楚，比如：数学中的未知数 X、化学中的原子、电子以及物理中的力、光等等。而对于生物学来说，同学们要思考的对象即思维元素却是抽象的基因、核酸、染色体、细胞以及他们之间奇特的逻辑关系（减数分裂、复制、转录、翻译等过程）；还有各种物质的千丝万缕的联系：激素、神经递质、化学调节因子（组织胺）等；还有宏观上的种群、群落、生态系统和生物圈的关系，尤其选修三需要记忆的知识更多。因此同学们只有在记住了这些名词、过程之后才有可能掌握生物学的逻辑规律，既所谓“先记忆，后理解”。

2. 弄清知识内在联系，画出属于自己的思维导图

在记住了基本的名词、概念和过程之后，同学们就要把主要精力放在学习生物学规律上来了。这时大家要着重理解生物体各种结构、群体之间的联系，也就是注意知识体系中纵向和横向两个方面的主线。

例如：关于稳态是贯穿整个必修三的主角，从纵向来讲：涉及动物个体、植物个体、种群、群落和生态系统每个层次的稳态等知识，横向来讲：每个层次维持稳态的机制各不相同，同学们要前后联系起来思考，思维导图是学好这部分很有效的工具，反对抄袭现成的思维导图，得到的太容易，就不会珍惜，容易失去，又由于每个人的思维方式不尽相同，所以通过自己的思考和努力绘制的思维导图，通过实践，再不断完善，使之真正成为你的专属“作战地图”，精准打击每一个目标！

3. 重读教材，做到“六个 W”

利用这段时间，把平常来不及细读的教材，再仔细研读一下，教材是一切知识的源泉，胜过任何一本参考书，建议大家阅读教材时，思考“六个 W”。这六个 W 分别是：

Who → 谁或什么结构

What → 发生了什么变化或有什么

How → 怎样发生的

When → 什么时间或什么顺序

Where → 在什么场所或结构中发生的

Why → 为什么这么做

只有搞清知识的来龙去脉，才能更好的理解和掌握！

俗话说：“台上一分钟，台下十年功。”没有谁的成功是从天而降的，只要你愿意付

出更多的努力,你就是下一个成功者!希望最美好的祝福与喜悦,充满你崭新的一年,愿你踏着一路关怀,在新的一年里,学习进步,万事如意!

高二政治寒假学习生活指导

一、高二政治学习范围

1、高中政治必修模块:经济生活、政治生活、文化生活、生活与哲学。

选修模块:国家和国际组织常识。

2、时事政治:年度间国内外重大时事;中国共产党和中国政府在现阶段的基本路线和重大方针政策。

二、掌握高二政治的基本学习方法

1、结合自己的实际,制定切实可行的寒假学习计划,努力实现寒假的弯道超越。尽量按在校时间合理安排自己的学习和生活。

2、寒假期间努力把四本必修教材的主干知识复习一遍,夯实基础,重点突破,每本教材整理出一张知识网络图,并预习《国家和国际组织常识》知识。

3、搜集2018年4月至2019年2月期间的国内外重大时政材料。特别是关于十九大的材料、十九届三中全会的材料。学习习近平总书记在庆祝改革开放四十周年大会上重要讲话精神。

4、每天按时收看央视一套新闻联播,了解党和国家的大政方针,关注国内外大事。关注一下《人民日报》和《求是》杂志和《半月谈》等。

5、发放材料:一本寒假作业,根据自己的计划在规定时间内按时完成。

高二历史寒假学习生活指导

寒假是年级课程过半的中途休息,总结前半部分,如何安排后半部分,调整原来的计划,这一切要放到整个高考的大节奏里,让小节奏融入大节奏,这才是关键。

一、知识系统化

历史课每一章、每一节都是一个系统。要从整体上把握每一章、每一节的知识结构,形成系统。具体来说,学完每一节要知道其中有几个子目,每一子目讲了哪些大的的问题,对每一子目以目的、背景、原因、内容、过程、概况、结果、影响等提示性词语概括出其结构。学完一章时要回忆本章有几节,每一节有几个子目,每个子目中的目的、背景、原因、内容、过程、概况、结果、影响各是什么。总之,学习时应首先想到这些提示性词语,以这些提示性词语为抓手统领教材,不致于让所学的知识支离破碎,顾此失彼。

二、内容条理化

当我们将每节的内容划分成几大块之后,接下来就是如何掌握的问题。条理化是对教材主要内容的梳理。对每块内容要分成几条要点,使杂乱的内容变得清晰。

三、要点简练化

为便于记忆,需要在系统化、条理化的基础上将所要掌握的内容进一步简练化,争取做到化大为小,化多为少,以点带面,从而构建起简洁明快、层次清晰、利于统揽的知识结构。如对较为复杂的分封制内容可抓住分封的对象、诸侯的义务、诸侯的权利三个方面进行掌握。宗法制的作用可抓住保证垄断和特权,有利巩固和团结两个方面进行掌握。

四、阅读精细化

从历年的高考试题看,考试内容涉及到教材的各个角落,需要我们适当注意教材中一些边缘化的内容,如引言、历史纵横、资料回放、图片、表格、文献资

料、小字注释等，这些都在考试之列，如若忽视，往往陷于被动。如本课中有三幅插图戴冠冕的夏禹、殷墟出土的刻有卜辞的牛骨、汉墓画像石中的周公辅佐成王图、有一幅历史地图西周分封示意图、还有学思之窗、历史纵横，都是经常考到的内容，不能对它们视若无睹。

五、记练一体化

要想对教材内容有深刻的理解和掌握，不能纸上谈兵，不能只练唱功不练做功，必须学以致用，将所学知识运用到对实际问题的解决中去，在练习中发现记忆中的盲点和理解中的偏差，从而完善知识结构并逐步培养能力。

高二地理寒假学习生活指导

“凡事预则立,不预则废”。“事前定，则不困；行前定，则不疚。”假期是学生复习、预习、查缺补漏的最佳时机。根据高中地理学科的特点，特做以下指导和提醒：

一、做好计划

制定详细切实可行的复习计划，如每天几点起床、每个时间段学习那一学科、哪些内容等并且要严格执行。制订学习计划时，适当给予压力是非常有必要的。对每个内容的复习，都应做到限定时间完成。这种目标明确的压力可以使注意力高度集中，提高复习效率。

二、内容安排

（一）复习安排：

- 1、完成学校统一下发的《寒假作业》，同时随时在积累本上积累题目中涉及到的答题要点和答题模板，对于自己解决不了的问题可通过网络、电话查询求助。
- 2、画出必修三各章节的思维导图。
- 3、建议大家在完成寒假作业的前提下对必修一的自己感觉薄弱的知识借助**错题和积累本**做深重点入的复习。

（二）预习安排

- 1、预习《环境保护》前三章
- 2、调查身边存在的环境问题，并提出合理的解决措施。

三、重点提醒

- 1、按时作息，假期不要太放纵自己，不要经常晚睡晚起，否则时间无法保证
- 2、要坚持锻炼身体，注意人身安全，预防可能会给我们带来的各种伤害。

总之，希望同学们认真对待假期的时间，做好计划，不但玩好还要学好。祝愿每一位同学都能过一个充实祥和的春节假期！

寒假生活自我总结：

家长的评价：

家长签名：_____

注：开学时请学生将寒假作业、《寒假生活指导》（填写完整，家长签字）交给班主任。

菏泽一中社区服务学分认定表

年 月 日

| | | | | | |
|-------------------------|-----------------|-------|-------|--------|---------|
| 姓 名 | | 学 号 | | 班 级 | |
| 服务时 间 | 服务对象及地点 | 服务内容 | | | 自我评价 |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| 服务对 象综合 评价 | 社区（签章） 年 月 日 | | | | |
| 综合评 定等级 | A（优秀） | B（良好） | C（合格） | D（不合格） | 指导老师签名： |
| | | | | | |
| | 学分1分 | | | 无学分 | |
| 学分认 定委员 会审核 意见 | 签章： | | | | |