

我市“千名校长示范课大比武”全面开赛 示范引领推进变革提升

本报讯（全媒体记者王丙双 通讯员孙燕飞）“山不在高，有仙则名；水不在深，有龙则灵……这是唐代诗人刘禹锡创作的一篇托物言志骈体铭文，作者借赞美陋室抒写自己志行高洁、安贫乐道，不与世俗同流合污的意趣。”近日，在我市“千名校长示范课大比武”活动中，市二十二中校长李晚声情并茂讲解初中语文《陋室铭》一课。

市教育局开展“千名校长示范课大比武”活动，旨在以此为载体，抓住关键少数，发现、培养和锻造一支教学理念先进、业务精通、课堂教学能力过硬、引领课堂教学改革的优秀校长队伍，探索校长成长方式变革的“南阳方案”，提升校长治校办学水平，

全面落实立德树人根本任务，为办好人民满意的教育奠定坚实基础。

此次我市“千名校长示范课大比武”活动，由市教育局主办，市直属学校32名校长（园长）、副校长（园长）参加比赛。这标志着我市“千名校长示范课大比武”全面开赛，也是继“十万教师课堂教学大比武”“万名班主任班会课大比武”活动相继开展之后，我市深化课堂教学改革、推进教育家办学、提高校长管理水平、提升教育教学质量的又一创新之举。

市政协副主席、市教育局党组书记、局长杨文普深入市一中、市十五小等赛点巡视比赛情况，对比赛进行现场指导。在市十五小赛点，杨文普随机进入赛场，认

真听了一节小学三年级音乐示范课——世界名曲《孤独的牧羊人》音乐赏析。授课教师通过播放音乐、展示音乐画面，带领学生欣赏音乐的欢快旋律和蕴含的丰富情感，给大家带来了美的享受。

这次大比武市直属学校比赛评委由两部分组成，一部分是参与听评课的一线教师，另一部分是专家学者。每位评委均依据我市中小学课堂教学评价参考标准独立打分，充分体现了比赛的公平公正。

我市“千名校长示范课大比武”活动为期三年，市、县、乡三级联动，全市各级各类公办中小学校，包括学前教育学校、义务教育学校（含特殊教育学校）、普通高中教育学校、职业教育学校的在编在职在

岗的校长（书记）、副校长（副书记），幼儿园园长（书记）、副园长（副书记），实现全覆盖。活动分三个阶段进行，逐步扩大市直属学校覆盖面，让所有校长都带头深入一线，树标杆、作表率、走在前，打造一大批“业务上堪称专家”的优秀校长。

此外，各县市区校长县级参赛比例和市级赛课成绩将纳入对县市区教育局质量绩效考核评价；作为“名校长培育对象”的必备条件，“名校长培育对象”必须参加市级“千名校长示范课大比武”活动，且成绩在一等奖前列；同时与中小学校长职级评定挂钩；各赛点对每一节课进行全程录像，作为我市储备1000节基础教育精品课的重要课源。②5

校园内外

浙川县上集镇一中

专题讲座防欺凌

本报讯（通讯员胡冠南）日前，浙川县上集镇一中特邀女童保护志愿者为该校200余名女生上了一堂防欺凌课。

志愿者老师以“拥抱青春 守护花开”为主题，结合孩子们熟悉的生活，创设逼真场景，以生动通俗的语言与活灵活现的模拟演示，引领孩子们正确辨识不轨言行，主动抵御不良诱惑，掌握在各种可能遭受侵犯情形下最大限度脱身自救的技能。孩子们在轻松愉悦的气氛中消除了心理误区，初步形成对自己身心发育变化的健康认知，进一步提高防欺凌意识和安全保护能力。

参加培训的师生纷纷表示，这节课很及时，效果很好，他们都受益匪浅，希望学校多开展此类教育活动。②5

西峡县城区二小

系列活动护航学子

本报讯（通讯员叶娟）天气渐热，近日，西峡县城区二小举行“防溺水”系列活动，为学生保驾护航。

学校严密部署，在日常教育教学工作中，多措并举落实防溺水安全工作。班主任通过朋友圈等方式，给家长和学生做好防溺水安全宣传工作，形成家校共育合力；每周国旗下讲话时，政教处教师带领学生复习“七不两会两要”内容，敲响防溺水安全警钟；4月12日起，安排教师每天对重点水域进行巡逻、排查隐患，防患未然；开展防溺水安全教育签名活动，以“珍爱生命 预防溺水”为主题，通过真实案例，教育引导学生树立防溺水意识。此外，各班还进行了防溺水情景模拟演练，老师现场讲解溺水自救和互救方法。

此次活动进一步增强了师生的防溺水意识，使其掌握了防溺水技能，提高了自救互救能力。②5



我运动 我健康



4月22日，市第一实验幼儿园开展班级户外特色运动展示活动。老师们编排形式多样、内容丰富的运动游戏，孩子们大显身手，尽情享受运动带来的快乐。②5
通讯员 王磊 周琳 摄

名校名师指导点拨 查漏补缺冲刺中招

编者按

初三的同学们，十年磨一剑，一朝试锋芒。可供大家冲刺的时间只有50多天，为了给全市初三考生加油助力，本报特邀请我市部分名校名师，针对各个学科的备考重点、注意事项和考试可能出现的新变化，进行一一解读。

本次邀请的老师都有着丰富教学经验和丰硕育人成果的一线优秀教师，经验点拨，干货满满。祝愿广大考生在名师的指导下，都能够百尺竿头更进一步，蟾宫折桂锦上添花！

语文

市二十二中 郭阳阳

中考在即，如何使所学的知识更系统化、条理化，让复习更高效，是当下的重中之重，以下是几点备考建议。

围绕关键能力，制订复习计划。首先应梳理整合教材，全面复习。其次要开展专题复习，将近年来中考试卷进行整合梳理，查漏缺盲点，关注时政热点。

对于古诗文复习，学生不仅要篇篇背诵，字字落实，准确翻译，还要“能理解、会运用、善归纳、懂迁移”。

对于名著复习，要注重宏观整体把握和局部细节品读相结合，可以把名著中有代表性的段落当作阅读题来训练。

对于阅读训练，备考时应该梳理记叙文的考点，在理解文本内容、弄清重要概念的基础上，结合教材进行有目的的阅读训练。

对于情境表达题，要学会怎样有效筛选信息，还要关注话题情境，规范应用文格式等的复习和训练。因为试卷书写的不可逆性，所以应养成“列提纲，理思路”的习惯。

关于作文备考。要认真落实教材上的作文训练点，序列化练习；积累仿练课文雅

致优美的语言，“以不变应万变”，一个素材巧妙运用，赏析写作相结合。

此外还要高度重视书写，注重培养良好的读题、审题和阅读文本的习惯。



数学

市实验学校 许彦

结合自己在教学中的一些经验，本人总结了几个数学复习备考方法，可概括为“三步走，两注意”。

第一步：夯实基础、重视课本。建议学生在冲刺阶段以课本为主，把书中的内容进行归纳整理，使之形成体系。要搞清课本上的每一个概念、公式、法则、性质、公理、定理。

第二步：专题复习，提升思维。学生要认真对待老师精选的典型例题，通过变式训练强化练习，在做题中注重一题多解，多题归一能力的训练。对于自己的难点，在课上要大胆提问，找老师和同学交流切磋，课下进行题组训练，限时进行，使这一专题得到突破。

第三步：关注《解析与说明》，针对书中的典型例题和典型习题在理解的基础上进行练习和变式练习，同时，试做各地中考题，每一次都做按照标准的考试时间和要求进行。

两注意即要注意答题的规范性，在做各地市真题卷时，可对照评分标准规范自己的答题；注意错题本的整理和归类，将复习中遇到的同类型错题放在一起，常记常看，养成天天整理、一周重做的习惯。



英语

市十三中 夏中辉

临近中招考试，莘莘学子想不想通过有效复习把成绩再提高一个层次？只要付诸行动，完全可以达成目标。

首先，注重听力练习。每天听20分钟，听中考模拟题是最佳的也是最快捷的方式，听不懂的地方或者是题做错的地方反复听并且边听边写，直到自己能达到脱口而出的程度。

其次，重视阅读理解和完形填空练习。冲刺阶段每天练4篇阅读理解，包括一篇应用文、一篇记叙文、一篇说明文和一篇句子还原题。关于完形填空练习，不仅要每天积累，还要养成在文本中圈画批注的做题习惯，这样每一道题的答案都清晰呈现在文本中。

关于语篇填空，提高正确率的方法是在句子里找关键词并养成圈画批注的好习惯。做补全对话题时，审题很重要，复习的重点是多做题，分析题意，理解出题人意图，掌握答题技巧，直中要害。书面表达题复习备考的方法是读背范文、仿写，让老师批改指导，再次成文，再批改再美化文章。

最后，要强调重视错题，只要把每一个错题都当成财富，那么离所期待的好成绩就不远了。



道德与法治

市十九中 王燕飞

辨析题是我省中招考试中难度最大的一个主观试题，要求学生既要辨又要析。以下是关于辨析题备考的几点建议。

审题、答题应遵循“整体把控”的原则。有的题材料和辨题是一个整体；有的题观点是一个整体，例如2023河南第19题；有的题漫画是一个整体，例如2022河南第18题。只有做到整体把控，找出其内在的逻辑联系，才能确定主旨，不跑题。

审题、答题时要注意：认真阅读材料，找到材料与辨题的内在联系，并抓住辨题的焦点，从而确定主旨，明确辨题最后总结时谈“怎么做”的正确方向；理清观点前后的逻辑关系，并准确找出其中的“可辨点”。

答题思路可遵循“一辨、二析、三总结”的原则。一辨即判断并表明观点，即“是什么”。二析即分析观点正确、错误或片面的原因，即“为什么”；分析时要结合情景谈原因、危害、重要性、必要性、意义、表现、现状、做法等，要求观点正确、层次分明、逻辑严密、分析透彻、表述规范。三总结即结合辨题的主旨谈应如何解决，即“怎么做”。



历史

市二全初部 徐长征

本学期时间紧迫，复习任务重，如何高效复习，须有策略有方法。

夯基础、构建学科知识体系。在中招备考中，不能存在知识漏洞，须“广撒网，不深挖”，不必“高筑墙”，但要“广积粮”。考生可以“专题复习”为模式，自主整理出必背知识清单，如重大历史事件的基本要素。要明确知识间横向、纵向联系，把碎片知识形成网络。

规划课堂，赢在高效。在课堂上，一定

要留有读背和做习题的时间，当堂拿下比课后不可控的时间效果好。同时，课堂留有小结的时间，对知识进行巩固与再认知。

限时训练，练有所得。要做高质量的习题，通过考试查漏洞，另外中招真题要反复做。

上好好评课。注意听老师的习题讲评，重点听题型解法的渗透，努力做到听一题会一类题。对老师在讲课中涉及的关键知识点，要翻开课本进行再熟记巩固，不要嫌麻烦。注重“一题多解”，注意错题的“滚动性”，不断地缩减失分的因素。



化学

市十三中北校区 李永

关于备考，有以下几点建议：

调整心态，科学备考。化学试题中容易题和中等难度题占90%，没有必要焦虑，不能只顾难题而轻视基础题。化学学科是相对容易提分的学科，应该对中考充满信心。建议把平时的练习、作业、测试都当做中考对待。

回归课本，夯实基础。课本是中考命题的依据，许多中考试题由课本中的习题、例题、实验、插图、阅读资料等改编而来。要沉下心来将基础知识梳理一遍，整理出知识网络。在做专题和套卷练习时，发现薄弱知识点后，要重视课本上相关的知识点，归纳总结出相关知识和方法。

仔细审题，规范答题。认真读题，读题时把题中的文字、图形、相关信息和要求等，圈出来，快速准确提取关键信息。答题时用词准确，描述完整，格式正确，书写规范。

重视错题，练习真题。一定要把做错的题目重做一遍。回归错题找出错误的根源，理清解题思路，尽量题不二错。参考历年真题进行针对性复习。



物理

南阳开元学校 张玉谦

物理的复习进入了关键阶段，如何少走弯路，提高复习效率呢？本人有以下几点建议。

研究考情，有的放矢。今年试题整体难度预计与去年持平，所以复习时可以少练一些难度很大的题。此外今年的课标要求较去年有了一些变化，同学们可以多研究一下，进行针对性训练。

注重“双基”，立足教材。只有基础知

识掌握扎实牢固了，基本概念清晰了，一些似是而非的题才能做对。复习时要注意知识点之间的联系。比如复习机械能的时候，可以比较一下机械能与内能的区别；复习比热容的时候，可以联想一下热值、焦耳定理等有关热量方面的计算。另外，使用沪科版教材的同学可以看看下人教版教材，对基础知识复习有一定帮助。

注重实验，亲力亲为。实验题一共19分，比重较大，如果不动手只做书面练习，有些问题往往注意不到。大家在做理化生加试实验的时候，一定要充分准备，认真对待，自己独立完成实验。

专题训练，提高效率。可以把八、九年级的知识进行归纳，对一些难点、重点的内容进行专题训练。



心理健康

市十九中 高光明

在拔节成长的冲刺阶段，如何有效缓解心理压力，达到复习备考最佳状态，本人有以下几点建议。

积极暗示。经过三轮扎实复习、夯实双基，学生学业基本功得到了锻炼，知识掌握更加牢固，考生一定要对自己充满信心。

正面鼓励。考生要脚踏实地查漏补缺，解决不会的考点和题型。家长也要督促孩子劳逸结合，作息规律，要认可孩子的付出和努力，并把信心传递。

科学转移。把注意力从不适情绪中转移出来，可以与家人相处、听音乐、唱歌等，平复自己的情绪。

倾诉交流。考生可和好朋友、家长、老师，也可以是学校的心理咨询工作人员交流，将自己的烦恼告诉他们，合理宣泄心情。

行动疗法。进行自己日常爱好的运动，适当增加运动强度，释放不良情绪。

此外，考生还可进行简单保健按摩，同时配合科学膳食。家长也要尽力为孩子营造良好而宽松的生活与学习氛围，给孩子以物质与心理上的支持。最后，建议考生考前一个月进行生物钟调整，慢慢降低学习强度，减少学习时间。②5

学苑部

唐书峰 13903770667
苏翔 15688195909
邮箱: nyxdjy@163.com



名校名师指导点拨全文详见公众号