# 关于中学复学复课教学工作方案(精)(七篇)

来源：网络 作者：落花人独立 更新时间：2024-02-17

*关于中学复学复课教学工作方案(精)一以党的教育方针和科教兴国战略为指导, 以实施全面素质教育为方向, 充分发挥思想品德课的教育功能, 围绕“走进中学”、感受中学生活、促进学生对中学生活的理解与适应作为基本生活主题，培养学生积极健康的自我,认...*

**关于中学复学复课教学工作方案(精)一**

以党的教育方针和科教兴国战略为指导, 以实施全面素质教育为方向, 充分发挥思想品德课的教育功能, 围绕“走进中学”、感受中学生活、促进学生对中学生活的理解与适应作为基本生活主题，培养学生积极健康的自我,认真完成学校教学工作,努力提高教学质量。

二、教材分析

课程标准明确规定：“本课程是为初中学生思想品德健康发展奠定基础的一门综合性必修课程。”据此，教材改革力求彻底转变以“学科为中心”的课程观，教材的构架以学生成长的生活逻辑为主线，以相关学科知识为背景和支撑，统整了课程标准规定和要求的心理、道德、法律、国情等几方面的内容以培养学生学会生活、成长所需的思想道德素养和一些基本技能，发展学生自我管理、自我教育的能力。

根据本套教材编写设计的思路，七年级学生面临的主要问题是走向新的学习生活，适应新的学习环境，因此，我们确定了七年级的教育主题是珍惜生活，做生活的主人，它的核心概念是关爱、自尊、自强。

本学期的教学主要任务则是帮助学生适应新的学习生活。通过这个主题，涵盖、整合并完成课程标准中规定的关于道德、心理健康、法律等不同领域的内容。具体说来，具体说来，本册教材共分四个单元，即第一单元“笑迎新生活”、第二单元“自我新期待”、第三单元“过富有情趣的生活”、第四单元“过健康、安全的生活”。

第一单元：笑迎新生活。

本单元包括“珍惜新起点”“把握学习新节奏”两课内容和一个“我们的班徽，我们的座右铭”的主题探究。

1.主要内容。

第一课《珍惜新起点》，从初中生面临的新的学习生活开始，谈到新的同学关系，谈到如何创建新的集体。从被动的适应到主动的创建，这是从面上落实七年级的教育主题。

第二课《把握学习新节奏》，是从点上落实七年级的教育主题──适应问题。这一课主要围绕着学习问题，设立了“学习新天地”和“享受学习”两框内容。

第一框“学习新天地”，从学习的新特点谈起，谈到如何管理自己的学习，怎样采取更高效的学习方式来适应初中阶段的学习。

第二框“享受学习”，从学习中有苦也有乐谈起，谈到如何从学习知识、探索世界的奥妙中，享受学习的快乐。

2.基本要求。

本单元主要落实以下几条课程标准的要求。

(一)1.2：积极与同学、朋友交往，养成热情、开朗的性格。

(二)1.6：养成团结合作、乐于助人的品质。

(三)1.4：正确认识个人与集体的关系，体会“团结就是力量”，能够自觉维护集体的荣誉和利益。

(四)1.5：形成良好的学习习惯。

(五)1.4：了解教师工作的特点，积极与教师进行有效的沟通。

(六)1.2：正确对待学习压力，培养正确的学习观念。

第二单元：认识新自我。

本单元包括“珍爱生命”“欢快的青春节拍”“自我新期待”三课内容和一个“认识新自我”的主题探究。

1.主要内容。

第三课《珍爱生命》，从丰富多彩的生命现象谈起，谈到生命需要相互关爱，人的生命具有独特性，再谈到如何珍爱我们的生命、如何尊重生命、如何延伸生命的价值。

第四课《欢快的青春节拍》，从青春悄悄来、青春期的生理变化说到如何消除青春期的烦恼和困惑，谈到如何解读青春，怎样理解青春的意义，怎样保持青春的心态。

第五课《自我新期待》，包括三框内容。

第一框“日新又新我常新”，设立了两个方面的内容：要用全面的、发展的眼光看待自己;认识自我的途径有：自我观察，通过他人了解自己，通过他人的态度与评价了解自己，通过集体了解自己，通过自我检查来反省自己。

第二框“发现自己的潜能”，从如何认识自我的潜能，谈到如何发掘自己的潜能。

第三框“自我新形象”，从心中设定的理想形象入手，谈到初中生对自我的新期待，最后谈到对未来的展望。“畅言青春新自我”的主题探究，在于引导学生展现青春的活力，追求有意义和有价值的人生。

2.基本要求。

本单元主要落实以下几条课程标准的要求。

(一)2.1：知道人类是自然界的一部分，认识自己生命的独特性，体会生命的可贵。

(二)2.2：知道应该从日常的点滴做起实现人生的意义，体会生命的价值。

(三)2.5：懂得爱护公共环境和设施。

(四)1.1：悦纳自己的生理变化，促进生理与心理的协调发展。

(五)1.2：知道青春期心理卫生常识，学会克服青春期的烦恼，调控好自己的心理活动。

(六)1.6：了解自我评价的重要性，客观地认识、评价自己的优缺点，形成比较清晰的自我整体形象。

第三单元：过富有情趣的生活。

本单元包括“做情绪的主人”“品味生活”两课内容和“展示我们充满快乐和情趣的生活”的主题探究。

1.主要内容。

第六课《做情绪的主人》包含两框内容：丰富多样的情绪和学会调控情绪。

第一框“丰富多样的情绪”中，第一目“情绪万花筒”从个人丰富多样的情绪感受说起，谈到情绪的喜、怒、哀、惧四种基本类型，谈到情绪与情境的关系，丰富多样的情绪构成了人们多姿多彩的生活。第二目“情绪与生活”，主要是说情绪对人会产生不同的作用，包括积极作用和消极作用。第二框“学会调控情绪”，其中“情绪是可以调适的”，谈到情绪与个人的态度是紧密相连的，因而改变态度就可以改变情绪。

“排解不良情绪”中，由青少年的情绪特点谈起，谈到调节情绪的一些具体方法。“喜怒哀乐，不忘关心他人”,侧重于从道德教育的角度,教育学生表达情绪必须考虑他人感受，指导学生学会在合适的场合、用适当的方式表达自己的情绪。

第七课《品味生活》

第一框“情趣与兴趣”，从情趣源于兴趣入手，谈到什么是情趣，情趣有雅俗之分。在第一框的基础上，第二框主要涉及如何“追寻高雅生活”，其中保持乐观、幽默的生活态度，正确对待好奇心，不盲目从众，丰富文化生活，这些都是追寻高雅生活的不同途径和要求。最后，课文还写到如何提升情趣，陶冶情操。在“展示我们充满快乐和情趣的生活”的主题探究中，教材指出快乐而富有情趣的生活，是人们的向往和追求。

指导学生追求这样的生活，充分展示他们每个人健康、积极、向上的生活，有利于学生养成自信、乐观的心态。通过这种主题探究活动，让学生带着问题与设计展开对本单元内容的学习，可以充分调动学生的思维，发挥学生的主观能动性，引导学生逐步培养起自主学习的习惯，提高学生的思想道德素养。

2.基本要求。

本单元主要落实以下几条课程标准的要求。

(一)1.3：理解情绪的多样性，学会调节和控制自己的情绪，保持乐观心态。

(二)1.2：正确对待学习压力，克服考试焦虑，培养正确的学习观念。

(三)2.3：关心和尊重他人，体会“己所不欲，勿施于人”的道理，学会换位思考，能够与人为善。

(四)1.5：陶冶情操，形成良好的学习、劳动习惯和生活态度。

(五)1.1：正确认识从众心理和好奇心，发展独立思考和自我控制能力，养成良好行为习惯。

第四单元：过健康、安全的生活。

本单元包括第八课“学会拒绝”、第九课“保护自我”两课内容和“共筑自我防护的堤防”的主题探究。

1.主要内容。

第八课《学会拒绝》，包括两框内容：“身边的诱惑”和“学会拒绝不良诱惑”。教材将“身边的诱惑”归纳为领奖台的诱惑、金钱的诱惑、游戏机的诱惑、黄赌毒与邪教的诱惑。“学会拒绝不良诱惑”中介绍了通过联想后果抵制诱惑、主动请人帮助自己拒绝不良诱惑、避开诱因法、婉言谢绝、专时专用等方法。

第九课《保护自我》，从“身边的侵害与保护”谈起，青少年可能面临家庭、社会等各方面的侵害，因而要学会自我保护。在“防范侵害，保护自己”一框中，教材提出了学生应提高警惕、学会用法律和智慧来保护自己。“共筑自我防护的堤防”的主题探究，是一个总结知识与实践操作训练有机结合、对学生具有现实指导意义的活动。

通过此活动，可以增强学生的分辨能力和自护能力，培养中学生的合作精神和责任意识。在进行探究活动的过程中，应注意指导学生结合实际，以使活动结果真正发挥作用。

2.基本要求。

本单元主要落实以下几条课程标准的要求。

(一)2.6：能够分辨是非善恶，学会在比较复杂的社会生活中做出正确选择。

(二)3.4：自觉抵制“黄、赌、毒”和”邪教等不良诱惑。

(三)1.1：正确认识从众心理和好奇心，发展独立思考和自我控制能力，杜绝不良嗜好，养成良好行为习惯。

(四)3.5：学习在特定情景下自我保护的方法。

三、教学措施

1、根据学生的实际情况创设与之适应的教学方案，备好每一节课。

2、多样化教学，充分发挥学生的主体地位，更多地进行讨论、分析、自主探究活动等形式的教学，激发学生的学习兴趣。

3、教学中多举与学生生活贴近的实例，鼓励和引导学生从自身学习生活中发现问题，分析问题，解决问题，注重学生实践能力的培养。

4、上课过程中通过日常生活中的例子引导学生更好地掌握该课内容。鼓励学生大胆发言，结合自身实际发表观点。

5、不断学习，丰富自身的知识，与时俱进，以适应新课思想程品德的教学。

**关于中学复学复课教学工作方案(精)二**

以党的教育方针和科教兴国战略为指导, 以实施全面素质教育为方向, 充分发挥思想品德课的教育功能, 围绕“走进中学”、感受中学生活、促进学生对中学生活的理解与适应作为基本生活主题，培养学生积极健康的自我,认真完成学校教学工作,努力提高教学质量。

课程标准明确规定：“本课程是为初中学生思想品德健康发展奠定基础的一门综合性必修课程。”据此，教材改革力求彻底转变以“学科为中心”的课程观，教材的构架以学生成长的生活逻辑为主线，以相关学科知识为背景和支撑，统整了课程标准规定和要求的心理、道德、法律、国情等几方面的内容以培养学生学会生活、成长所需的思想道德素养和一些基本技能，发展学生自我管理、自我教育的能力。

根据本套教材编写设计的思路，七年级学生面临的主要问题是走向新的学习生活，适应新的学习环境，因此，我们确定了七年级的教育主题是珍惜生活，做生活的主人，它的核心概念是关爱、自尊、自强。

本学期的教学主要任务则是帮助学生适应新的学习生活。通过这个主题，涵盖、整合并完成课程标准中规定的关于道德、心理健康、法律等不同领域的内容。具体说来，具体说来，本册教材共分四个单元，即第一单元“笑迎新生活”、第二单元“自我新期待”、第三单元“过富有情趣的生活”、第四单元“过健康、安全的生活”。

第一单元：笑迎新生活。

本单元包括“珍惜新起点”“把握学习新节奏”两课内容和一个“我们的班徽，我们的座右铭”的主题探究。

1.主要内容。

第一课《珍惜新起点》，从初中生面临的新的学习生活开始，谈到新的同学关系，谈到如何创建新的集体。从被动的适应到主动的创建，这是从面上落实七年级的教育主题。

第二课《把握学习新节奏》，是从点上落实七年级的教育主题──适应问题。这一课主要围绕着学习问题，设立了“学习新天地”和“享受学习”两框内容。

第一框“学习新天地”，从学习的新特点谈起，谈到如何管理自己的学习，怎样采取更高效的学习方式来适应初中阶段的学习。

第二框“享受学习”，从学习中有苦也有乐谈起，谈到如何从学习知识、探索世界的奥妙中，享受学习的快乐。

2.基本要求。

本单元主要落实以下几条课程标准的要求。

(一)1.2：积极与同学、朋友交往，养成热情、开朗的性格。

(二)1.6：养成团结合作、乐于助人的品质。

(三)1.4：正确认识个人与集体的关系，体会“团结就是力量”，能够自觉维护集体的荣誉和利益。

(四)1.5：形成良好的学习习惯。

(五)1.4：了解教师工作的特点，积极与教师进行有效的沟通。

(六)1.2：正确对待学习压力，培养正确的学习观念。

第二单元：认识新自我。

本单元包括“珍爱生命”“欢快的青春节拍”“自我新期待”三课内容和一个“认识新自我”的主题探究。

1.主要内容。

第三课《珍爱生命》，从丰富多彩的生命现象谈起，谈到生命需要相互关爱，人的生命具有独特性，再谈到如何珍爱我们的生命、如何尊重生命、如何延伸生命的价值。

第四课《欢快的青春节拍》，从青春悄悄来、青春期的生理变化说到如何消除青春期的烦恼和困惑，谈到如何解读青春，怎样理解青春的意义，怎样保持青春的心态。

第五课《自我新期待》，包括三框内容。

第一框“日新又新我常新”，设立了两个方面的内容：要用全面的、发展的眼光看待自己;认识自我的途径有：自我观察，通过他人了解自己，通过他人的态度与评价了解自己，通过集体了解自己，通过自我检查来反省自己。

第二框“发现自己的潜能”，从如何认识自我的潜能，谈到如何发掘自己的潜能。

第三框“自我新形象”，从心中设定的理想形象入手，谈到初中生对自我的新期待，最后谈到对未来的展望。“畅言青春新自我”的主题探究，在于引导学生展现青春的活力，追求有意义和有价值的人生。

2.基本要求。

本单元主要落实以下几条课程标准的要求。

(一)2.1：知道人类是自然界的一部分，认识自己生命的独特性，体会生命的可贵。

(二)2.2：知道应该从日常的点滴做起实现人生的意义，体会生命的价值。

(三)2.5：懂得爱护公共环境和设施。

(四)1.1：悦纳自己的生理变化，促进生理与心理的协调发展。

(五)1.2：知道青春期心理卫生常识，学会克服青春期的烦恼，调控好自己的心理活动。

(六)1.6：了解自我评价的重要性，客观地认识、评价自己的优缺点，形成比较清晰的自我整体形象。

第三单元：过富有情趣的生活。

本单元包括“做情绪的主人”“品味生活”两课内容和“展示我们充满快乐和情趣的生活”的主题探究。

1.主要内容。

第六课《做情绪的主人》包含两框内容：丰富多样的情绪和学会调控情绪。

第一框“丰富多样的情绪”中，第一目“情绪万花筒”从个人丰富多样的情绪感受说起，谈到情绪的喜、怒、哀、惧四种基本类型，谈到情绪与情境的关系，丰富多样的情绪构成了人们多姿多彩的生活。第二目“情绪与生活”，主要是说情绪对人会产生不同的作用，包括积极作用和消极作用。第二框“学会调控情绪”，其中“情绪是可以调适的”，谈到情绪与个人的态度是紧密相连的，因而改变态度就可以改变情绪。

“排解不良情绪”中，由青少年的情绪特点谈起，谈到调节情绪的一些具体方法。“喜怒哀乐，不忘关心他人”,侧重于从道德教育的角度,教育学生表达情绪必须考虑他人感受，指导学生学会在合适的场合、用适当的方式表达自己的情绪。

第七课《品味生活》

第一框“情趣与兴趣”，从情趣源于兴趣入手，谈到什么是情趣，情趣有雅俗之分。在第一框的基础上，第二框主要涉及如何“追寻高雅生活”，其中保持乐观、幽默的生活态度，正确对待好奇心，不盲目从众，丰富文化生活，这些都是追寻高雅生活的不同途径和要求。最后，课文还写到如何提升情趣，陶冶情操。在“展示我们充满快乐和情趣的生活”的主题探究中，教材指出快乐而富有情趣的生活，是人们的向往和追求。

指导学生追求这样的生活，充分展示他们每个人健康、积极、向上的生活，有利于学生养成自信、乐观的心态。通过这种主题探究活动，让学生带着问题与设计展开对本单元内容的学习，可以充分调动学生的思维，发挥学生的主观能动性，引导学生逐步培养起自主学习的习惯，提高学生的思想道德素养。

2.基本要求。

本单元主要落实以下几条课程标准的要求。

(一)1.3：理解情绪的多样性，学会调节和控制自己的情绪，保持乐观心态。

(二)1.2：正确对待学习压力，克服考试焦虑，培养正确的学习观念。

(三)2.3：关心和尊重他人，体会“己所不欲，勿施于人”的道理，学会换位思考，能够与人为善。

(四)1.5：陶冶情操，形成良好的学习、劳动习惯和生活态度。

(五)1.1：正确认识从众心理和好奇心，发展独立思考和自我控制能力，养成良好行为习惯。

第四单元：过健康、安全的生活。

本单元包括第八课“学会拒绝”、第九课“保护自我”两课内容和“共筑自我防护的堤防”的主题探究。

1.主要内容。

第八课《学会拒绝》，包括两框内容：“身边的诱惑”和“学会拒绝不良诱惑”。教材将“身边的诱惑”归纳为领奖台的诱惑、金钱的诱惑、游戏机的诱惑、黄赌毒与邪教的诱惑。“学会拒绝不良诱惑”中介绍了通过联想后果抵制诱惑、主动请人帮助自己拒绝不良诱惑、避开诱因法、婉言谢绝、专时专用等方法。

第九课《保护自我》，从“身边的侵害与保护”谈起，青少年可能面临家庭、社会等各方面的侵害，因而要学会自我保护。在“防范侵害，保护自己”一框中，教材提出了学生应提高警惕、学会用法律和智慧来保护自己。“共筑自我防护的堤防”的主题探究，是一个总结知识与实践操作训练有机结合、对学生具有现实指导意义的活动。

通过此活动，可以增强学生的分辨能力和自护能力，培养中学生的合作精神和责任意识。在进行探究活动的过程中，应注意指导学生结合实际，以使活动结果真正发挥作用。

2.基本要求。

本单元主要落实以下几条课程标准的要求。

(一)2.6：能够分辨是非善恶，学会在比较复杂的社会生活中做出正确选择。

(二)3.4：自觉抵制“黄、赌、毒”和”邪教等不良诱惑。

(三)1.1：正确认识从众心理和好奇心，发展独立思考和自我控制能力，杜绝不良嗜好，养成良好行为习惯。

(四)3.5：学习在特定情景下自我保护的方法。

1、根据学生的实际情况创设与之适应的教学方案，备好每一节课。

2、多样化教学，充分发挥学生的主体地位，更多地进行讨论、分析、自主探究活动等形式的教学，激发学生的学习兴趣。

3、教学中多举与学生生活贴近的实例，鼓励和引导学生从自身学习生活中发现问题，分析问题，解决问题，注重学生实践能力的培养。

4、上课过程中通过日常生活中的例子引导学生更好地掌握该课内容。鼓励学生大胆发言，结合自身实际发表观点。

5、不断学习，丰富自身的知识，与时俱进，以适应新课思想程品德的教学。

**关于中学复学复课教学工作方案(精)三**

1、提高英语和数学（物理）的学习能力；

2、加强运动，提高身体素质；

3、初中学会做简单的家常菜和学习计划。

1、组织学习小组，三人一组，开展合作学习。（学习水平相同的学生更适合组队）

2、按照教材知识前后的顺序整理前半学期的英语、数学（物理）练习卷和考试卷。（也可以根据老师的推荐，购买一两本适合提高学科能力的辅导资料）

3、整理练习卷上正确的问题，确认自己掌握了哪些知识，具备了哪些应用能力，建立起对学科的信心。

4、整理习题卷中的错题，打开课本，逐一分析，找出错题的重点，认真改正，然后在课本中找到相关类型的题目进行练习和强化。

5、无论是复习试卷练习还是制作辅导资料遇到困难，都可以三人一组进行分析，或者去图书馆找参考书，可以去找老师，也可以进行一场挑战性的比赛，看谁先解决问题。

6、改错后，背诵改错的全过程，积累替换方法。

7、去质量比较好的社会业余学校读英语口语培训班，提高英语会话能力和英语学习质量。

8、对于初三的学生来说，可以在暑假参加一些竞赛辅导班，为新学年的各类竞赛打好基础。（也可以提前看一些初三的课本，提前了解初三的学习内容）

9、一周打球两次，一周游泳三次，增加运动量，提高身体素质。

10、每天晚上，听音乐，上网，读书看报，和同学聊天，做自己感兴趣的事情。

11、学会每周两次和父母一起做家常菜，比如炒茄子、蒸鱼，尽可能多做一些家务。

1、一周学习五天，上午2、5小时，下午2、5小时。按照每小时一节课安排课表。

2、每天下午3点以后，是运动或者做家务的时候了。

3、晚上两个小时是培养兴趣的时间。

4、周末去参加一些有用的展览或者参加一些有用的社交活动。

1、设计一个日常生活学习评价表，对自己的日常生活学习进行评价。

2、合作学习小组的同学们自始至终互相督促，落实暑假生活和学习计划。

**关于中学复学复课教学工作方案(精)四**

20xx年9月14日到20xx年11月19日，为时两个月零五天的教学实习终于结束。我们都有些恋恋不舍地离开了华师一。

很荣幸能够在华师一实习。那里的老师很优秀，那里的学生也都很优秀、聪明有理想、学习态度大都非常踏实。虽然信息技术课对高中生来说是副科，但是在我作为实习生的日子里，我还是看到了有相当一部分学生在这方面的兴趣和特长：cg社的社长黄子豪同学和其他的社团干部，不仅对自己的兴趣和特长持之以恒，也对社团的成长和其他社员的进步花了不少心思；午休时间都用来补习信息奥赛的同学们不仅体会着奥赛中的机智巧妙，也经历着解题的苦思冥想；选修课上几乎所有学生都在努力使自己的一个个有趣的、有意义的想法实现，虽然有些知识还没学到，但仍然思考如何用学过的知识去解决；教室的课上，学生们也都思维敏捷，比较配合……这些都让我增强了执教信息技术的信心和继续学习、让自己在教学能力和专业知识都变得更强大的动力。而这段日子里，我也从指导老师那里学到了不少的教学理念和教学方法，深受启示；在一次次讲课中对高中信息技术教学有了新的体会；在老师的指导和实习同学批评建议中，我也对自己的教学方面的很多缺点和不足得到了清查和改正。华师一的电教是分为教学组、电视台和网络中心三块。由于时间上的安排和一些状况，我基本上一直都是在教学组见习和实践，没有正式在电视台和网络中心学习过。自己也觉得有很大遗憾，没能像其他成员一样多学习和多见识。虽然也跟其他组员有过交流，对这两个部门的工作有一些了解和见闻，但毕竟未有亲历、就没有十分强烈的感受。

通过对机房电脑的重装系统的学习，我深刻体会到机房维护并不是以前想象的那么简单，也需要智慧和技巧。因为机房的电脑太多，如果还像自己的个人电脑那样用系统盘一个一个地装，是相当费时的。而如果先在机房的教师机中做一个系统镜像备份，然后再通过机房管理软件对所有的学生机分发和控制安装。这样一个机房60台电脑只用1个多小时就可以全部重装好系统，实在是很方便快捷。

信息技术老师应该有针对教学中的问题制实用方便的软件工具，为日常教学提供便利。华师一的信息技术教学组的老师们就针对学生的文件共享和作业上交，特地制作了两个便利的软件工具：文件管理器和作业上传工具。这样，学生在上机时，能更快地找到辅助资料，完成作业后也更快捷地交好作业。而像以前的信息技术机房课教学中，每一次课前老师必须花时间将教学内容文件夹设置为共享；而课上学生在进入共享文件夹时也容易遇到访问的问题（共享文件夹访问人数限制）；课后老师又得取消共享。这就很不利于教学的正常、有序、高效的进行。而上交作业时，老师得向学生将作业的命名格式强调很多遍，否则最后收上来的作业很多都是“无名氏”的。这对作业的整理和批改造成了很大的麻烦。

再者，老师也应该有与时俱进，扩大自己的视野，借助网上一些有用的电脑教学工具，如多媒体电子教室（包含很多功能，如极速屏幕广播；远程命令；广播教学、语音互谈、电子教鞭、学生示范；多人会话、发布消息、发布文件、屏幕回放；屏幕录像、点名签到、窗口广播、提交作业等等）、上网与程序监控系统、一键还原精灵等等。

以上都是机房软件维护的方面，作为实习老师，我还有很多要学习的。而在以后的工作也会遇到的，也要一直保持学习的心态，更好地做好软件维护，为学生创造更好的上机学习环境、为教学更顺利地开展提供更好的平台和支持。

同时，机房的硬件维护也是一个不可忽视的方面。在实习期间，我们就发现了机房里的个别电脑出现了以下故障，并尝试做了修理。通过请教老师以及与实习同学交流和尝试，我们努力尝试去修好那些出故障的电脑。这都是我们平常在寝室里也会遇到的故障，在这里也做了实践，算是派上了用场。

对于显示器没显示的故障，我们一般是要先检查显示器有没有通电、显示器与主机的连接线的两边插头有没有插紧，如果问题仍然存在，就再开机箱把内存条卸下擦一擦金手指（擦掉氧化层）然后插紧。如果这样做了还是没用，我们就换一个好的显示器，检测主机有没有问题。通过这些方法检测后，还有有所成效的：有一台把内存条重插后恢复正常；而有一台是显示器问题，还有一台是主机问题，所以问题还是没有解决彻底。由于电脑太旧了且缺乏齐全的工具，有几台电脑的问题仍然存在。

这个问题一般都是由于内存条松了造成的。而主机上也是积了很多灰尘，所以除了重插内存条，还要做一些清理、并重插一些插头连线，问题才能得以解决。

很多鼠标由于按键（通常是被使用过多的左键）的金属键片与接点接触的地方氧化导致接触不良或始终接触。这样鼠标使用时就会出现单击变双击，带来很多不便。在老师的指导下，我很快就了解了鼠标的内部的基本构造和关键部位，学会了修理键片，并动手拆装修好了好几个鼠标。虽然这个问题还是很容易解决的，但之前很少遇到过，所以这次也是长了知识，有小小成就感。

当然作为信息技术老师，不仅要做好机房维护工作，有时还要能维护好教室的多媒体设备（主要是投影仪），还要能帮助其他科目的老师解决电脑故障（一般都是系统重装、软件安装、课件播放问题等等，当然也可能遇到硬件的问题）。

按照《高中信息技术课程标准》，高中的信息技术课分为必修和选修两个部分，共六个模块，每个模块2学分。必修部分只有“信息技术基础”一个模块，2学分。该模块以信息处理与交流、信息技术与社会实践为主线，强调让学生掌握信息的获取、加工、管理、表达与交流的基本方法，在应用信息技术解决日常学习、生活中的实际问题的基础上，通过亲身体验与理性建构相结合的过程，感受并认识当前社会信息文化的形态及其内涵，理解信息技术对社会发展的影响，构建与社会发展相适应的价值观和责任感。该模块在高中一年级第一、二学期开设。选修部分包括“算法与程序设计”“多媒体技术应用”“网络技术应用”“数据管理技术”和“人工智能初步”五个模块，每个模块2学分。选修部分强调在必修模块的基础上关注技术能力与人文素养的双重建构，是信息素养培养的继续，是支持个性发展的平台。模块内容设计既注重技术深度和广度的把握，适度反映前沿进展，又关注技术文化与信息文化理念的表达。其中，“算法与程序设计”是作为计算机应用的技术基础设置的；“多媒体技术应用”“网络技术应用”“数据管理技术”是作为一般信息技术应用设置的；“人工智能初步”是作为智能信息处理技术专题设置的。为增强课程选择的自由度，五个选修模块并行设计，相对独立。信息技术的部分相关内容安排在“通用技术”科目中，如在其必修模块“技术与设计ii”中设置有“控制与设计”主题，在选修部分设置有“电子控制技术”和“简易机器人制作”两个模块。

“信息技术基础”以信息处理与交流为主线，围绕学生的学习与生活需求，强调信息技术与社会实践的相互作用。本模块是高中学生信息素养提升的基础，也是学习各选修模块的前提，具有普遍价值，为必修模块。通过本模块的学习，学生应该掌握信息的获取、加工、管理、表达与交流的基本方法；能够根据需要选择适当的信息技术交流思想，开展合作，解决日常生活、学习中的实际问题；理解信息技术对社会发展的影响，明确社会成员应承担的责任，形成与信息化社会相适应的价值观。本模块的教学要强调在信息技术应用基础上信息素养的提升；要面向学生的日常学习与生活，让学生在亲身体验中培养信息素养。

除了内容要与时俱进、具有信息化特征，激发和维持学生兴趣、让学生有所得是关键。因为学生对信息技术课的传统印象就是上机玩电脑，并不了解理论课。而开设理论课，通过向学生介绍信息技术中的各个环节（信息获取、加工与表达、信息管理）和信息技术社会应用与价值，引起他们对信息技术的更广泛和深刻的思考，有利于提高学生的信息素养。为了更好地开展理论课、激发学生的主动性，老师在教学设计时就要花心思引入有趣、时新、更生活化、贴近高中生生活的例子。同时，为老师与学生的互动、学生间的互动交流创造更多机会，让学生在讨论中思考，在思考中交流，有所体会有所收获。一方面促进学生对内容主题的深入理解和认知，另一方面也拉近了师生距离、生生距离，让信息技术成为日常学习中的常谈爱谈的话题。再者，整个课堂的氛围会变得轻松活跃，营造一个轻松、活跃和高效的学习环境。

操作课上，学生上网和玩游戏是难免的。教学对象是高中生，已经具备了一定的自制力，会自觉完成课堂任务，然后再去做自己的事情。所以如果强制关闭上网通道、禁止学生上网的话，势必会造成学生的逆反心理。学生带着不满的情绪学习，教学效果就会受到不好的影响。而如何上好操作课，有很多说法，主要分为两派主张，一方是程序教授，一方是学生自我探索。而这两种主张各有优缺，各有用处。但是因为操作课的内容的类别、难度各有差异以及教学对象的复杂性，教学方法的选择就应该灵活以对。

程序教授式的操作课的原型应该来源于斯金纳的程序教学法。而要使教学或者训练获得成功的关键，就是要很精确地分析强化效果，并设计操纵这个过程的技术，建立一个特定的强化系列。也就是说，根据学习的目标，在促进学习者学习时，要不断地给予强化，促使学习者向着学习目标迈进。根据操作行为主义的学习理论，一位教师要实施程序教学，必须考虑哪些问题呢？（1）要仔细地考虑在特定的时间里计划教学的内容是什么，这些教学内容最终是要通过学生的行为的获得来表示的。（2）要考虑有哪些可以利用的强化物。这种强化物包括两种：一种是学习者在学习过程中对所操纵的材料具有强烈的兴趣性；另一种是在学习过程中给予学生奖励，譬如教师的一个善意的微笑、一句肯定的赞语、一件奖品等等。（3）强化的最有效的安排，即教师要把非常复杂的行为模式逐渐精致地做成小的单位或步骤，也就是把教学目标进行具体分解，确定每个步骤所保持行为的强度，以使强化的效果能提高到最大限度。

采用程序教学法时，老师就要注意将操作中的关键几个步骤演示给学生，或是先提问学生引导学生去思考如果继续进行，而且一定要让学生明白为何要进行这一步操作，以便于以后遇到类似问题可以迁移。为了给学生充足的时间操作和尝试，40分钟的课，老师一般是集中讲授10到20分钟（广播教学），然后把剩下时间留给学生自由操作。在学生独立操作过程中，老师可以走动浏览学生自主学习情况，随时回应学生的问题，并对学生进行适时的鼓励、评价。

充分发挥学生的自主学习的能力是这种教学方法的优点和特色，同时也是目标。借助丰富的网络学习资源，学生有很大的自由度和发挥空间，发展不同的认知层次。学生通过自主学习掌握的知识和技能往往有更深刻的印象和学习体验。有助于学生的信息素养的提高和终身学习的学习习惯的养成。但是高效的自主学习要求学生有较强的主观能动性，较强的自制力，和较高的学习兴趣，否则，自由的空间就会被肆意的娱乐消遣代替。所以，开展自主学习之前和过程中，老师一定要对学生进行思想上的教育和启发，并做好过程的适当监督；同时，老师也要做好自主学习的指导，如任务设置、任务明确、任务要求等。

虽然目前我未正式去电视台或网络中心进行两个星期的实习工作，但是通过与其他实习同学的交流，并偶尔参与到他们的工作中，我真正体会到信息技术在学校的其他方面的发挥着重要作用。电视台负责做好校庆等大型活动的专题片制作的一系列工作，如采访校领导、校友、整理往年学校重要视频资料和拍摄需要视频等；还要做好学校各项教育教学活动的摄像和录播工作，如校园新闻制作、教育片定时播放、讲座直播、学生艺术比赛初赛视频的录制等等；有时还要帮助年级主任拍摄剪辑主题班会需要的一些视频。网络中心主要是负责维护学校网络的正常运行；负责学校网站的建设和维护，如为即将来临的60年校庆专门搭建网站平台（这就涉及到网站制作与维护的方方面面，整理精选往年资料放在网上）；帮助解决老师们的电脑更换和故障解决；解决教室投影问题等等。虽然都是琐碎的工作，但要是想做好并不容易，不仅需要精通的技术，还需要投入巨大精力。在这两个部门实习，很好地锻炼了我们的校园网搭建维护、网站建设与维护、摄影摄像、电脑故障修理等实际动手能力。即将来临的两个星期里，我就要去新的实习环境学习新的知识、锻炼自己的动手能力，我已经做好辛苦的准备，怀着努力学习的态度。nopains,nogains.很难得的机会！就要抓住它！

在实习这段期间，虽有很多收获，但因为自己的犹豫和安排不当，也留有很多遗憾和疑惑。应该进行一番彻底的反思，为以后的教学道路清除阻力。

首先谈谈自己的遗憾和不足。

1、未能多听听华师一其他学科的课。身在华师一这样名师辈出的学校，却没有听过其他学科老师的课，我感觉很遗憾也很惭愧。这就是没有把握好时机，反映出我性格上的一些弱点——不够主动，害怕尝试，犹豫不决。

2、未能去电视台和网络中心正式学习过。蒋老师在实习一开始都已经提醒过我们，要利用好华师一电教这一块清楚的分工和多学习的机会。可是我因为犹豫，一开始并不主动去这两个部门学习；后来教学组事情也逐渐多了起来、又忙着做英语论文的事情；到最后终究没去。

3、教学上没有创新和大胆尝试。本来预先准备在高一班级做一个关于小组合作学习的教学实证研究。可是一直因为没有设计出详细的教案，提出的想法没有考虑到现有条件的限制（组员中肯地提出了很多问题），再加上高一年级很多班的课都赶不上进度不知怎么安排，最后终于没有实施。直到实习结束后我才细细地理了思路，设计出了小组活动，可是没有办法再去实施了。

4、教室的课上的虽然比较多，但是章节很少，基本上只上过两章的内容。跟其他实习小组的同学比起来，我感觉我们的备课和讲课的内容类型相当少。同时也受老师们的影响和现实情况的限制，我们都没有对机房的课做自己的设计和实践。即使有在机房上课，也会照着指导老师上课的模式和内容进行，课后交流也很少。自己深入分析了一下原因，一方面应该是对教材缺乏了解、对操作类教学的理解不足，另一方面是个人操作能力不足和对软件的熟悉程度不够。实习期间，我只是仔细看了《信息技术基础必修》这本教材，对《多媒体》和《算法与程序设计》只是翻过。对实例涉及到的软件，如photoshop、flash、vb、dreamweaver等，只是掌握了皮毛。于是操作实例时上手就慢，对原理也理解不太清楚。

5、未能多跟孙老师他们取取经，交流教学看法和意见。因为觉得自己的想法比较简单、见识不多，就没有经常和老师们交流。也因为平时并没有看一些教学方面的书籍资料，不知道该和老师们交流哪些话题。这反映出我的人际交往能力、为人出事方面需要加强。应该积极主动，广泛阅读，并多了解和关注老师们经常交流的话题和看法。更重要的是，敢于提出自己的意见，更自信一些。

6、没有承担班主任的工作，与学生没有过多的交流。虽然信息技术学科教师一般不会有班主任的职责，但我认为没有争取过当班主任的工作是一种缺失。不仅是摸清班主任工作的细节、体会班主任工作的不同与辛苦，而且与学生有更多的交流，都是缺失的方方面面。我认为，如果一个老师不记得他的学生、学生不认识教过他的老师，都是很悲哀的。而师生在教育领域总是一对共同体。信息技术虽是副科，但信息技术老师也有得到学生认识和了解的权利、去认识和了解学生的责任。

下面我就谈谈自己的疑惑和一些想法。

1、如何均衡好信息技术课理论与实践的教学。教室的课听的多，讲的也多，我已经有了一些经验和体会。而在机房的操作课，虽讲过几节，但基本上是停留在模仿阶段，没有自己的设计。不像省实验小组等实习小组，一直教的是vb程序设计，每一节课都是操作，而且都是自己安排实例内容和教学计划。

2、如何让学生在信息技术课上尤其是机房的操作课上，能够主动学习，而不是一直玩游戏聊天。除了在教学内容上提供学生更感兴趣的话题、实例，教师的个人魅力和调控能力也能对提高学生兴趣和主动性起到很大作用。

3、如何提高信息技术课的影响力。很多其他学科的老师甚至是班主任，认为信息技术课是可有可无的，对学生上信息技术课的懒散和玩游戏的现象和印象很深。这样信息技术课也很容易被其他学科占用。也有很多学生对信息技术课就是上网玩的课这样的认识就更加根深蒂固，更何谈得到正确的引导。

1、要珍惜时光，把握时机。抓紧时间把专业知识学好打牢，同时要拓宽自己的知识面，政治、历史、地理、经济、文学等各个方面的知识都要有所了解。

2、对专业学科的中小学教材要通读，能够把握结构。也要了解课程标准和教学大纲。

3、在平时的学习过程中要抓住一切能展示自我和锻炼自我的机会，这样在以后的实习中不会因为面对许多老师和同学而过分紧张。同时利用好长假时间进行教学实践或去一些学校见习，是一个很不错的选择。

4、在大学里除了要打好扎实的专业基础外，还要注重各方面能力的培养和锻炼。学校对你的考评不单单看你的学习排名，综合能力也是一个很重要的内容。

5、正确处理好队友之间的关系，在出现小摩擦时，要互相谅解，从整体利益出发，做好相互沟通工作。

6、在生活方面，要注意培养自己的人际交往能力和为人处事能力。

华师一实习，不须此行！良好的实习环境和机会让我们忙碌却有新的收获，指导老师耐心而诚恳的指导和优良的示范为我指点迷津，让我更深地体会一线的教学理念，更好地找到自己的教学风格、挖掘教学潜能和实际动手优势。最后也要感谢蒋玲老师给以的很多的细心的关怀、支持、及时的帮助和中肯的指导，让我们实习小组的所有工作都井然有序、稳步向前；也要感谢我们组长刘韦兰能耐心负责地领导组织好我们的小组工作，花费了不少心思、多了不少烦恼；也要感谢孙驹谢银刚两位同学营造的轻松氛围、提出不一样的见解和相互体谅；。总之，我们华师一附中实习小组得到大家给予优秀实习小组的肯定，是小组成员共同努力、做好自己并相互支持配合的成果，也离不开蒋玲老师、孙老师、查老师、张老师等等共9位老师的亲切的指导。

**关于中学复学复课教学工作方案(精)五**

你好，要想提高学习成绩首先要找到你现在学习的瓶颈，然后才能有的放矢，更快提高学习成绩。下边是一些通用的方法，方法是其次的，关键是要坚持下去。

要从实际出发，而且在执行总的学习计划过程中，还要制定月计划和周计划，以高度的学习热情和顽强的学习意志保证总意志的完成。有的优秀中学生每天还有一个学习小计划，严格要求自己，一步一个脚印地前进。

课前自学是学生学好新课，取得高效率的学习成果的基础。如果不搞好课前自学，上新课时就会心中无数，不得要领。老师灌，自己吞，消极被动，食而不化。反之，如果做好了课前自学，不仅可以培养自学能力(主要是独立思考问题的能力)，而且可以提高学习新课的兴趣，掌握学习的主动权。知道自己有哪些问题弄不懂，主要精力应集中在解决哪个或哪几个问题上。

上课是学生理解和掌握基础知识和基本技能，并在此基础上发展认识能力的一个关键环节。按上面要求做好课前自学，学生就能更专心地上课。\"学然后知不足\"，往往这时学生的注意力高度集中，大脑处于优势兴奋状态，能更为主动和灵活地接受老师授课。

课后及时复习能加深和巩固对新学知识的理解和记忆，系统地掌握新知识以达到灵活运用的目的。所以，科学的、高效率的学习，必须把握\"及时复习\"这一环。复习时间的长短，可根据教材难易和自己理解的程度而定。

希望对你能够有所帮助。

对学生来说，有计划学习要比无计划学习好得多，其好处是：

（一）学习的目标明确，实现目标也有保证。学习计划就是规定在什么时候采取什么方法步骤达到什么学习目标。短时间内达到一个小目标。长时间达到一个大目标。在长短计划指导下，使学习一步步地由小目标走向大目标。

（二）恰当安排各项学习任务，使学习有秩序地进行，有了计划可以把自己的学习管理好。到一定时候对照计划检查总结一下自己的学习，看看有什么优点和缺点，优点发扬，缺点克服，使学习不断进步。

（三）对培养良好的学习习惯大有帮助。良好习惯养成以后，就能自然而然地按照一定的秩序去学习。有了计划，也有利于锻炼克服困难、不怕失败的精神，无论碰到什么困难挫折也要坚持完成计划，达到规定的学习目标。

（四）提高计划观念和计划能力，使自己成为能够有条理地安排学习，生活、工作的人。这种计划观念和计划能力，学生都应该学习和具备，这对一生都有好处。

有些学生学习毫无计划。\"脚踩西瓜皮，滑到哪里算到哪里\"，这是很不好的。高尔基说：\"不知明天该做什么的人是不幸的。\"有的学生认为，学校有教育计划，老师有教学计划，跟着老师走，按照学校要求办就行了。何必自己再定计划，这种想法不对。学校和老师的计划是针对全体学生的，每个学生还应该按照老师要求针对自己的学习情况制定具体的个人学习计划，特别是修学以后的自学部分，更要有自己的计划。

由于学习计划有必要又大有好处，所以有计划地学习成为优秀生的共同特点。学习好和学习不好的差别当中有一条就是有没有学习计划。这一点越是高年级越明显。

我们每天都在学习，可能有的同学没有想过我是怎样学习的这个问题，因此制订计划前首先进行自我分析。

1、分析自己的学习特点，同学们可以仔细回顾一下自己的学习情况，找出学习特点。各人的学习特点不一样：有的记忆力强，学过知识不易忘记；有的理解力好，老师说一遍就能听懂；有的动作快但经常错；有的动作慢却很仔细。如在数学学习中有的理解力强、应用题学习好；有的善于进行口算，算得比较快，有的记忆力好，公式定义记得比较牢；有的想象力丰富，善于在图形变换中找出规律。所以几何学习比较好……你可以全面分析。

2、分析自己的学习现状，一是和全班同学比，确定看自己数学成绩在班级中的位置，还常用\"好、较好、中、较差、差\"来评价。二是和自己数学成绩的过去情况比，看它的发展趋势，通常用\"进步大、有进步、照常、有退步、退步大\"来评价。

学习目标是学生学习的努力方向，正确的学习目标能催人奋进，从而产生为实现这一目标去奋斗的力量。没有学习目标，就象漫步在街头不知走向何处的流浪汉一样，是对学习时光的极大浪费。

确定学习目标首先应体现学生德智体全面发展的教育方针，其次要按照学校的教育要求，此外还要根据自己的学习特点和现状。当然还可考虑一些社会因素家庭情况。

学习目标要具有适当、明确、具体的特点。

适当 就是指目标不能定得过高或过低，过高了，最终无法实现，容易丧失信心，使计划成为一纸空文；过低了，无需努力就能达到，不利于进步。要根据自己的实际情况提出经过努力能够达到的目标.

明确 就是指学习目标要便于对照和检查。如：\"今后要努力学习，争取更大进步\"这一目标就不明确，怎样努力呢？哪些方面要有进步？如果必为：\"数学课语文课都要认真预习。数学成绩要在班级达到中上水平。\"这样就明确了，以后是否达到就可以检查了。

具体 就是目标要便于实现，如怎样才能达到\"数学中上水平\"这一目标呢？可以具体化为：每天做10道计算题，5道应用题，每个数学公式都要准确无疑地背出来，等等。

确定了学习目标之后，就要通过科学地安排。使用时间来达到这些目标。要符合\"全面、合理、高效\"的要求。

全面 在安排时间时，既要考虑学习，也要考虑休息和娱乐，既要考虑课内学习，还要考虑课外学习，还要考虑不同学科的时间搭配。

合理 要找出每天学习的最佳时间，如有的同学早晨头脑清醒，最适合于记忆和思考；有的则晚上学习效果更好，要在最佳时间里完成较重要的学习任务，此外注意文理交叉安排，如复习一会语文，就做几道算术题，然后再复习自然常识外语待。

高效 要根据事情的轻重缓急来安排时间，一般来说，把重要的或困难的学习任务放在前面来完成，因为这时候精力充沛，思维活跃，而把比较容易的放稍后去做。此外，较小的任务可以放在零星时间去完成，以充分做到见缝插针。

一天中供自己安排的时间基本上分为四段：早上起床到上学，上午放学到下午放学，下午放学到吃晚饭前，吃晚饭后到睡觉。同学们主要应在这四段时间里统筹安排自己的学习生活内容。

1、 要突出重点 也就是说，要根据地自我分析中提出 的学习标点或比较薄弱的学科在时间上给予重点保证。

2、 要有机动时间，计划不要排太满太紧，贪心的计划是难以做到的。

定了计划，一定要实行，不按计划办事，计划是没有用的。为了使计划不落空，要对计划的实行情况定期检查。可以制定一个计划检查表，把什么时间完成什么任务达到什么进度，列成表格，完成一项，就打上\"√\"。根据检查结果及时调整修改计划，使计划越定越好，使自己制定计划的能力越来越强。

1、 我觉得在高一时只要把成绩保持住，没必要下很大的功夫去争第一，到高二、高三，再在原有基础上加把劲，这种认识正确吗？

答：这种认识不正确，在高一不仅要把成绩保持住，同时，在原有的基础上提出更高的要求。因为，学习如逆水行舟，不进则退，停滞不前的想法不足取，更何况，第一也是相对而言的，山外有山，楼外有楼。既使你已经争得了班中第一，也没有理由自我满足，高一正是打基础的好时机，一定不能放松自已，另外，还需要发展自己各方面的素质，学习仅仅是一个方面。

2、 目前，存在我身上最大的缺点是懒，意志力不强，四周如果有人说话，我就参与其中，该用什么方法改正？

答：对症才好下药，你已找到了自己的缺点，这也是进步的表现。要改变“懒”和“爱说话”的习性，关键在于意志，你已明确它们的不利之处，这是改正的前提，以后，要时时提醒自己，如果不改正情况只会越来越糟，同时，确立一个自己学习的榜样，另外，需要把学习计划安排的紧凑一点，让自己时刻有正事可做，减少犯错误的机会，并且，努力提高自己的自制力，只要这样，经过一段时间，必然会有较大的改观。

3、 数理化方面的学习方法不够好，该如何改进？

答：

（1）培养对学科的兴趣；

（2）注重公式、定理的推导过程，领会其实质；

（3）必要量的练习，练习不是目的，而是掌握定理、公式的手段；

（4）记住几道典型的习题，举一反三，关键是多思考。

4、 很多人说：到了高中女生就会比男生笨，这种说法对吗？

答：这种说法显然是错误的，科学研究表明，从总体上看男女在在智力水平上并没有什么差异，只是因男女性别的差异，会导致在智力上各有特点，各有优势，比如，在思维特点上，男生在抽象思维方面有一点优势，而女生在形象思维方面又胜男生一筹。但具体到某一个人智力水平还是有区别的，但不能因此得出女性不如男性的结论，生理上的不同并不能成为智力水平高低的理由，只它只是导致智力特点差异的生理基础。试想，居里夫人的成就，又令多少男性自叹不如、羡慕不已。从现实状况来看，确实，有一部分高中女生成绩有下降，但这不是因智力因素引起的，而是由非智力因素引起的，更何况这也不是普遍现象，实际上，女生在智力水平上超过男生的事例也举不胜举，另外，任何学生，随着知识面的扩展，智力都是表现为发展的趋势，到了高中女生就会变笨显然没有科学依据，当然，我们也要看到到了高中女生在生理上比男生的变化要大一些，会给学习带来不利人影响，因此，女生需要更多的努力，需要比初中时更多的自制力。

5、 我总觉得时间不够用，希望一天能有48小时，自己原本计划好的工作有时也无法完成，我该怎么办？

答：对于一个有较强求知欲的学生来说，会感到时间非常的紧张，记得鲁讯先生曾说过，时间好比海绵上的水，只要会去挤总会有的，但挤时间也要讲方法，制订一个切实可行的计划，使自己做任何事心中有数，这是经济地安排时间的首要条件，同时，要明确计划的实施过程就是艰苦奋斗的过程，要时常反省自己，是否已按计划行事，是否具有落实行划的具体措施，如果计划未能按时完成，就得分析是主观原因还是客观原因，如果是因主观上没有按计划行事，或坚持了一段时间因缺乏坚强的意志而半途而废，那就得努力加强意志力的培养，如果以上原因都不是，那么，就得对计划进行必要的修改，因为计划的可行性是保证计划完成的前提，而自己的主观努力是影响能否完成计划的关键，如果做到了以上两点，又能采用一些有效的科学方法，在一天24小时中发挥出过去要用48小时的学习效果是完全可以办到的。

6、 在晚自修，有时题目做不出，总喜欢马上去问别人，憋在心里难受，我也知道这种习惯不好，既影响别人学习，又破坏了班级的秩序，那么，我该怎能么办呢？

答：一般情况下，安静有序地晚自修是学校加强纪律性的内在要求，同时，也为鼓励学生独立思考，独立完成作业创造良好的客观环境，因此，首先得维护学校的纪律，但是，学习要进步，好问是必要的，那么，又如何达到此目的呢？我想应安排好问问题的时间，掌握好问问题的技巧，你可以在课外时间进行，同时，问问题也不能每道题不懂就马上询问，这样，也会失去更多独立思考的机会，在晚自修时也不是说就完全不可以问，可以用笔头提问法，这样也可以让被问的同学留有充分思考的时空，另外，切记直截了当地问答案万万不可取，最好问一些解题思路、技巧效果会更佳。

7、 一天中的有效学习时间是多少？

答：一天的时间是有限的，作为学生除了休息等日常生活时间的支配外，其他时间都可用于学习，一般来说，可以保证10小时左右，但有效学习时间应是一个变量，以及效果的高低也会因人、因地、因时各有不同，如今，学生之间存在的竞争，是效率的竞争，方法的竞争，一个人的学习动机、学习态度、学习方法、以及一个人的兴趣、爱好、情感、意志、性格、品行都会影响学习的有效性，因此，提高学习的有效性，增加时间不是唯一的手段，最佳的方法是努力提高自己各方面的素质，特别是一个人的意志品质。

8、 该不该与同学有书信往来，如保持通信最好的限度又是多少？

答：同学间的友谊的维系离不开书信的往来，更何况如今已是开放的年代，问题的关键是中学生如何通信更有利于双方的成长，中学生通信目的应该是为了发展纯洁的友谊，同时应以要围绕中学生的中心任务，比如谈一些对社会、人生的看法、学习方法方面的切磋，以及多写一些互相鼓励的内容，从通信的次数来看，要具体情况具体分析，有的同学往往在与同学的通信过程中完全处于被动境地，认为写信必须是勤而多才显得朋友情深，其实不然，内容空洞的信要少写，最好不写，同时，你也可以礼貌的向朋友建议应注意的方面。只要觉得写信有利于学习与进步，可适当进行，但需知如果把大快的时间花在写信上，把较多的心思用在发展朋友的感情联络上，你会走上得不偿失的困境。

9、 如何保持注意力的高度集中？

答：（一）认识到保证注意力集中的重要意义：注意力是人智力的有机组成部分，心理学研究表明，有意记忆的效果比无意记忆的效果好，保持注意力的高度集中是有效听课、有效分析问题、解决问题的必要条件（二）保持注意力的高度集中的方法：培养对学科的兴趣，因为，对越感兴趣的东西，很自然会觉得有吸引力，就自然会保持注意力的高度集中，而兴趣产生于需要，因此，要端正学习的态度，明确学习的目的，使自已保持有较旺盛的求知欲，那么，对不感兴趣的东西，除了去培养兴趣的努力外，关键是发挥意志力的作用，另外，有一个良好的心情也是非常重要，再次，应及时调整自己的情绪，培养良好的情感，平时不要小看文体活动，尽量做到劳逸结合。

10、 作业做错了，订正不出该怎么办？

答：有错必改才会进步，订正错题有时自己的力量是不够的，学问学问，不懂就问，但不是问答案，而是去问解题的思路，问后再去总结自己错的原因，查漏补缺，犹未为晚。

11、 该怎么样制订第二天的学习计划？

答：学习计划可分这长期、中期、短期，一天的学习计划应属短期计划，它应该与长期、中期计划相一致，如在某一时段学什么应保持相对的稳定性，因此，一天的计划应是根据当天的实际情况，是对中期计划的局部调整，是对具体学习内容在有限时空中的科学安排，针对此计划内容少，一般不必写成书面形式，也不必留出整快时间，可以在睡觉前想一下，或在当天早上考虑一下即可。

12、 我的英语成绩总是不能提高，常在及格附近排徊，该怎么办？

答：任何结果都是有一定的原因引起的，那么，你首先得去找一找原因，找到其原因，不是以努力与否就可简单下结论，我想你可以用发散思维，比如，你为什么能把理化学好？为什么别人能把英语学好？其中的原因是什么呢？或许从中有所启发，另外，根据你多次失利的现实，首先要在心理上消灭害怕情绪，如中国男足要出线一样，必须克服恐韩症。另外，需要更多的时间、更多的努力，不要急于求成，坚持、坚持、再坚持，一定要相信只要有付出必会有收获。

13、 学英语感到特别吃力，背书总是背了这段忘了那段，这到底是怎么一回事？

答：学好英语少不了读与背，但既使是背书也要讲究方法，有意记忆比无意记忆的效果好，因此，尽量在记英语时用有意记忆，先了解英语的译文，把整段文章归纳出典型的几个情节，这有利于记忆。还有，学英语的方法也不只是背书这一种，最有效的方法是在实际生活中处处使用，不要怕说错，要象婴儿学说话一样，出错的机会越多，越有利于提高英语的水平。只有反复训练，才能熟中生巧，才能感到学英语原来是怎么简单。

14、 上课时精力无法集中，会经常走神，这是为什么？

答：你很可能上课目的性不够明确，有趣时能集中精力，无味时，就会走神。因此，首先得做好预习工作，明确上课有许多该听的东西，听课时尽量做好笔记，紧跟老师的讲课思维，甚至用批评的眼光去听课，找出老师讲课的优缺点，上课时有一点压力未尝不可，当然，也需要意志力的参与。

15、 我常常把时间排得满满的，但真正有效利用的只是小部分，有时一节自修课只做几道题，可以说，是否有计划对我来说一个样，对此不知怎么办？

答：你会花时间，会不断地做习题，敢于吃苦，如果能吃苦加巧学必定会有较大的进步，对你来说抓重点非常必要，计划是必需的，但你原先的计划需改进，时间可减少点，让一点时间去活动一下，题目也得有所选择，要牢牢抓住典型题目，那怕一节课做一道题，只要去深深地去体味它，思考它，记住它，今后如能举一反三，这比粗做十道题还强。请试试看。

16、 课本的内容我能看懂，但许多题目以不会做，这是什么原因？

答：能看懂书中的内容，并不一定能深刻地理解它，初次看懂书中的内容，往往还只停留在表面，既使真正懂了，也不等于你已经记住了它，如果已记住了它，也不等于你会运用它。因此，有些题目不会做是可以理解的。一般来说，学习可分为三个层次，即识记——理解——运用，理解是关键，只有理解才能很好地记住它，只有理解才有可能灵活地运用它，而运用离不开记忆，更需要理解、训练，做作业就是运用的过程，如果连记忆关、理解关都未能攻破，自然过不了运用关，更何况运用是一般原理到具体实例的运用，其中也有一些技巧，只有在不断训练中提高的自己解题能力，从而达到掌握知识的目的。

17、 我对某些不感兴趣，连上课也不能认真地听，考试成绩也很差，我该怎么办？

答：首先，要明确兴趣也不是天生的，它可以培养，其次，找出影响你兴趣的主要原因，或许，是基础不好，听课时感到困难，影响了听课兴趣，或许是考试成绩差，信心不足，影响了学英语、化学的兴趣，从而，又产生恶性循环。如果是这样，首先得补好基础课，把容易学好，有收获就会有信心，信心也就会有兴趣，有了兴趣又会增强信心，从而取得更大的进步，这就形成了良性循往。

18、 我自控能力很差，想好了要做作业或看书的，因受外界影响又放弃原定的计划，对此我该怎么办？

答：我们常说有压力就会有动力，易受外界影响除意志力原因外，我想你的目标可能不太明确，也可以说没有制定出具体的措施，没有一个限定的时间，因此，压力不够，要求不严，自己也觉得完不成任务无关大局，就这样放松自己，因此，一定要有一个严格的计划方案，给自己一点压力，会有所改观。

19、 在礼拜天，既使我想去做一点作业，但思想总不能集中，这是为什么？

答：在礼拜天，休息一下理所当然，但应该有前提，也要有一个时间问题，方法问题，有的人在平常就盼它，盼到了它就无约束地拼命玩，比如用较多的时间看视连续剧，到电脑游戏厅就废寝忘食。这是不可取的，实际上在礼拜天是最好的预复习时间，因为承前启后，如果完成了此工作，也可看看电视，但不能是连续剧，而是新闻、文体节目为宜。也可以参加一些文体活动，这样，才是正确处理好学习与休息的矛盾，提高自己的学习班效果。你在休息天做作业思想集中不起来，这是因为点书，但这不能成为你的努力方向。试想一下，如果你对学习有强烈的兴趣，你会有这样的体验吗？

20、 为什么我记忆的速度越来越慢？

答：你自我感觉记忆效果不如以前，这不能表明你的记忆能力已在下降，因为你只有16岁，导致你的想法，很可能是因为记忆的内容比以前深了，难度本身加大，也可能你没有掌握好记忆的方法，你过去或许以机械记忆为主，那时对掌握一些简单的知识影响不大，而如今你必须培养自己理解记忆的良好习惯，只有这样，才会提高记忆的效果。

请问 你是谁？ 简直和我一模一样！

**关于中学复学复课教学工作方案(精)六**

错峰错时开学伊始，按照《安州区中小学(幼儿园、中职学校)应对新型冠状病毒感染肺炎疫情期间开学准备及开学后疫情防控工作实施方案》要求，全区中小学、幼儿园、职业高中、校外培训机构等对标施策，全力以赴做好复学复课工作。

一是防控物资储备到位。开学前学校建立防疫物资储备库，按各批次返校师生员工数准备足够用量的口罩、红外测温仪、洗手液等物资。

二是设置临时观察室。配备相应的设施器材、防护物资、生活用品和专业人员，并提供基础治疗，同时联系相关部门做好病情登记。

三是消毒测温全覆盖。在图书馆、食堂、宿舍、会议室等公共场所设置消毒测温点或应急处置点凡是进出者统一接受体温测量和身体消毒，建立进出情况、体温测量两本台账，每天上报至学校主要负责人。

一是强化部门配合督导督办。组织教体、卫健和疾控等部门成立7个督导督办组，在开学前分片区对学校开展“点对点”督导检查，指导学校提前制定疫情防控应急预案和开学工作实施方案，排查学校疫情防控薄弱环节和存在隐患，列出问题清单，督促学校限时整改，防止疫情的输入和扩散。

二是持续开展师生健康摸排。建立“一校一表”台账，实施挂销账的方式每天进行健康监测。

三是严格把控开学方式和措施。遵照“三不”原则，实行开学报批审查制度，落实开学演练。目前，安州中学、秀水中学和职业高中高三年级学生顺利返校学习。全区中小学开学演练现场会取得圆满成功。

一是建立健全工作机制。按照新阶段防控规范，及时修改完善，建立开学准备及开学后疫情防控工作“两案九制”工作机制，细化各个环节防护措施和教育教学工作职能职责。

二是做细做实防护措施。常态化落实“一日三检”制，加强日常消毒、室内通风透气、校园环境卫生等工作，创设良好的学习生活条件。加强食堂监管，从业人员培训，规范操作流程，严把食品安全卫生关口。实施错时分餐，设置餐后垃圾处理点，确保就餐环境卫生。强化学生健康教育，加强学生体育锻炼，积极维护学生身心健康。

**关于中学复学复课教学工作方案(精)七**

来到盐城中学已经整整一个月的时间了，在这一个月内，虽然不敢说自己兢兢业业，但是至少自己是刻苦努力的了。把以前在大学中学的教育的理论现在搬到时实践中来，学然后知不足，教然后知困，正是知道自己不足和困的地方了。发现不足只有努力弥补，进一步学习，学习之余便是反思，这样才能有所突破。

在学哲学的时候学习了矛盾的理论，现在在教育中用矛盾的理论分析，有所小得，所以写出来，不怕贻笑大方。

教学中也有矛盾，教学的矛盾可以从两个方面来讲，一个就是教的矛盾，一个是学的矛盾。教的矛盾实际上也是教师的矛盾，学的矛盾也多是学生的矛盾。

教师现在有的矛盾就是：

一、博与专的矛盾。

博大精深是一种完美的理想的境界，在现实生活中，两者相互依靠也相互排斥着。对于一个体育教师来说，博就是了解各种相关的知识，如地理学、人文学、历史学、社会学等等，专就是在专业领域内有深刻的认识和独到的见解。譬如说是民俗体育，民俗体育本来就是体育的一个部分，属于体育的范畴，但是民俗属于社会学的内容，一个体育教师想要透彻地了解民俗体育就必须对社会学有所了解，不同地域的民俗体育有不同的地方，又要求体育教师有相关的地理学的知识。就是有个专业内容，要求博的积累。这是博和专的统一。但是对于一个体育教师来说，专业出色，必然要经历千锤百炼，花大量的时间训练才能提高自己的专业水平，而一个人的时间和精力是有限的，无论博和专的知识都是无限的，这样的一个矛盾就出来了。解决的方法只有教师个人勤学苦练，赶在时间的`前面。

二、师道尊严和融入学生之间的矛盾。

师道尊严是在中国古代儒家思想中特别重视的一个部分，所以又说天地君亲师这样的排序。在我们现在的社会里，还要不要提倡师道尊严?当然要，这是促进教学工作的一个良好的条件，当一个教师在学生的心目中有恶劣威信感，学生会不由自主地模仿教师的行为和活动，这样我们的教学目标就很容易实现。但是同是也提倡教师融入学生的生活中去，只有融入到学生中去，才有恶劣对学生的了解，了解以后才可能会因材施教。师道尊严是在融入学生的生活中实现的，但是矛盾就是过分融入学生的生活，可能就很容易失去师道尊严。尊严在一定的意义上讲也是在一定的神秘感上产生的，除非是圣人，但是教师的职业是神圣的，不代表每个教师也是神圣的，教师是有血有肉的鲜活的人。解决这样的问题的关键就是在一个度的问题上，如何把握这样的一个度，就是要求教师在实践中渐渐地摸索了。

三、师逸和师勤的问题。

我们知道有各种不一样的风格的教师，有的教师的风格偏向逸型，这里的逸不是懒惰，而是对学生采取一种相对来说是让学生感觉能够比较自由发挥自己的特长，就是教师的控制少了。而令有种教师是师勤型的，这样的教师勤勤恳恳地工作，一丝不苟，不会有丝毫的懈怠，对学生的培养尽心尽力，这样的教师的风格当然也提倡，那么什么样的风格更适合学生，恐怕也要看学生的整体风格了。

四、人格力量和社会陋习的矛盾

往往教师很辛苦地教育学生，尤其是道德教育，学生在学校的学习效果也很好，但是社会的一些非主流的思想的影响，使学生的概念发生了碰撞，这样学生选择了怎样的一种概念教师却很难有办法控制，这就是教师的人格力量和社会的一方面陋习的矛盾。

教的过程中存在矛盾，学过程中也有矛盾。

在学习的过程中的矛盾往往更容易影响学生的学习效果。

一、主课与非主课的矛盾

主课的学习一直是学校课程的重要的组成成分，非主课的内容以调节的身份出现，既然是调节，自然不可以喧宾夺主，也不能完全没有，这样学生学习的选择也成了一种矛盾，非主课，经常因为本来压力比较小，而且相对竞争不是那么激烈而成为学生的兴趣趋向。

二、多和寡的矛盾

学者有四失，教者必知之。人之学也，或失之多，或失之寡，或失之易，或失之止。这样中的多和寡就是一个矛盾。多，就是学习的内容多了点，多确实是件好事情，但是往往很多时候贪多嚼不烂，这样就有可能要减少学习的量而提高学习的深度，同样，少也是一种失，太少，思路则窄，不能收到左右逢源的效果。同时学生的兴趣也决定了多和寡。相对体育教学来说，选择篮球的学生非常多，因为兴趣所在，也是专业的特质决定的，相对来说，选择排球的学生就少了很多，这样既是兴趣决定了多寡的问题，同时也是易和止的问题，因为排球的技术要求相对比较高一点，对学生来说，不容易掌握，这样才会停滞不前。

三、易与止的矛盾

同样，易和止也是一种矛盾，有人把学习看得太容易，学习上就不肯用心深入钻研;有的畏惧困难，一遇到疑难就停止不前。这样的两中矛盾要解决就要看学生的对学习的认识水平的问题，同时也在提醒教者注意，让学生来学习学生能够解决的问题和尚未解决的问题，而不是超出他的能力范围或者能力所不能达到的内容。就是举上面的例子，学生喜欢篮球打得好的却是并不多见，因为学生觉得篮球容易打，只要会把篮球扔到蓝框中就算会打了，这样，容易使学生不会深入钻研，更不会积极主动用物理的力学的角度来分析和解决部分问题了。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！