

选科建议

新高考背景下提升未来竞争力的选科技巧

韩晖

二、贵州新高考政策

贵州省自2024年实行新高考,改革核心是“3+1+2”的考试模式,“3”是语文、数学、外语三门是全国统一高考,每科150分;“1”是物理和历史两门首选科目中的一门,100分;“2”是思想政治、地理、化学、生物学四门再选科目中的两门,每科100分,共计750分。因此,选择物理方向有6种组合,选择历史方向有6种组合。此外,志愿填报报与录取投档方式也发生了变化,将一二本批次合并,按物理组合和历史组合分别招生计划,采用“专业(类)+院校”为单位,即“1个专业(类)+1个院校”为1个志愿,共96个平行志愿投档录取。

三、选科与职业生涯规划的联系

选科目的目的是为学生能发挥自主选择兴趣的权利、能对标选择目标院校及专业,并满足社会对人才的需求,因此,从专业和职业选择来讲,高一学生选科与职业生涯规划有着密切联系。职业生涯规划是指个人对未来职业发展的设想与计划,根据个人目标和兴趣爱好等多重因素进行分析制定详细计划,能够帮助学生充分认识自身的性格、兴趣、能力、价值观等内在条件,以及不断变化的社会环境、就业市场趋势、教育资源等外在因素进行科学的评估和分析,为自己的将来做好选择,这既是学生自我认识和成长的过程,还帮助学生清楚地看到自己的长处和短处,也能帮助学生寻找和定位合适的职业,是职业发展中的机会和挑战。通过合理选科,能提前了解相关职业的要求,可以发现自己的兴趣和特长,为未来的就业和职业发展做准备。

四、学生选科易出现的几个误区

高一学生在选科时,以学科分类为基础,大部分仍以文理科大类来选择;有的会根据自己的兴趣、

爱好和特长来选择;有的会根据不同学科对自己的难易度来选择;有的会考虑未来申请大学时入学要求来选择;但大部分学生会选择自己喜欢的科目,而往往忽略自己未来的职业生涯规划和各行业的发展前景,最常见的有以下几点误区:

- 只针对学习成绩来选科。往往很多学生在选科时只注重自己的学科成绩,认为自己哪门学科成绩好,这门学科就适合自己,这样的观点有着一定的局限性。
- 忽略自身兴趣和爱好。有的学生选科会忽略自己的兴趣和爱好,只根据自己的成绩或家长的意见来判断和选择。兴趣是学习的最好老师,爱好是学习的最大动力。只有对学习产生浓厚兴趣,才能调动学生潜在的学习动机,体现最佳的教学效果,使他们学习更加专注,更加愿意去探索和研究。
- 注重专业覆盖率。有些学生和家長在选科时,对于以后学生的职业方向和未来发展没有规划,担心高考填报志愿机会少,只关注专业覆盖率高的组合,而专业覆盖率只是高中选科时的参考因素之一,片面认知和追求不可取。
- 追求就业率高的专业。部分学生选科时会过于追求热门专业,认为热门专业好就业、收入高。热门专业就是最好的选择吗?虽然热门专业人才市场需求量大,但并不一定适合所有的学生,而且竞争一定更加激烈。学生要切记围绕自己的兴趣、爱好和特长来判断选择,这样才能提高你学习的积极性和未来选择的职业满意度。
- 缺乏长远的职业规划。选科不仅考虑自己擅长的科目,还要考虑自己未来的升学路径和职业发展,有的学生只凭借自己的喜欢或成绩好的科目来选择,没有长远的职业规划,容易误选和盲选。

五、对标生涯规划的几点选科建议

1.要提前知晓大学专业选考科目要求。要依据报考专业提前谋划

好,不能选错科目,否则无法报考自己想读的专业。例如立志从事公安学类、政治学类、马克思主义理论三个专业类领域,就要求必选政治;报考医学类专业,就必选物理+化学。

2.选物理时必须要选化学,选物理方向的专业90%多都要求“物理+化学”。选历史必须要选政治,因为该组合对考公务员有一定帮助。

3.积极参与学校的各项生涯规划活动,加强综合素质的培养。为适应未来的职业发展,在选科时,注重综合素质的培养。如多参加一些课外活动,参加各类社团和志愿者服务等,增强自己的领导、组织、沟通能力;利用假期参加一些社会实践,可以拓宽视野、增长知识,提高自己的团队意识和创新精神,更好地了解社会、了解自己。

4.关注学科交叉融合趋势。随着学科交叉融合的趋势日益明显,许多专业对学生的综合素养提出了更高要求。同学们在选科时应注重培养自己的跨学科思维和综合素养,以适应未来社会的发展需求。

5.顺应时代潮流,实现个人梦想。帮助学生树立正确的世界观、人生观、价值观、在践行人才强国战略中,不断努力,把个人的发展与中华民族伟大复兴、与国家战略需求紧密相连。如高端芯片与软件、智能科技、新材料、先进制造和国家安全及人文社会科学等领域,这些领域的人才都是国家急需的。

总之,选科是一次智慧与理性并存的博弈,需要避开一些常见的误区,更需要深远的规划思路和职业洞见,要看清大局,结合未来,有自己的主见,尊重自己的选择,明确自己的步伐,合理的生涯规划会让学生在选科中发挥优势,赢在起点亦是未来。

(作者系贵阳市第一中学教务处主任)

教学研究

新课标下“任务教学法”促进民族地区生物课堂高效发展的行动研究

汤佳军

生物学在培养学生的科学素养、探究能力和创新思维方面都有独一无二的功能,是作为自然科学的重要组成部分。然而,在民族地区,由于教育资源相对匮乏、学生基础参差不齐、教师教学方法传统等多种因素的制约,生物课堂教学效果不尽如人意,难以满足新课标对学生全面发展的要求。将“任务教学法”引入民族地区生物课堂,不仅有助于激发学生的学习兴趣 and 动力,还能促进师生之间的有效互动和合作,提高课堂教学的针对性和实效性。

一、民族地区生物教学现状分析

民族地区生物教学仍面临诸多困难。由于地理、经济、文化等多重因素的影响,教育资源分配不均,导致部分学校生物教学设施落后,实验器材匮乏,难以满足正常的教学需求。学生基础差异大,部分学生学习动力不足,学习兴趣不浓,给生物教学带来了一定困难,教师队伍整体素质有待提升,部分教师在教学理念、教学方法等方面仍需更新和完善。

二、任务教学法在民族地区生物课堂中的应用策略

1.设计贴近生活的生物学习任务
设计贴近学生生活实际的生物学习任务,激发学生的内在学习动机,促进知识的主动建构与能力的全面发展。在民族地区的生物课堂上,设计贴近生活的生物学习任务,意味着将抽象的生物概念与民族地区学生熟悉的生活场景紧密结合。在教授生态系统相关知识时,教师可以引导学生观察并研究当地特有的生态环境,如草原、湿地或森林等,让学生亲手测量水质、记录动植物种类、分析食物链关系,这样的任务设计,不

仅让学生直观地感受到生物多样性和生态平衡的重要性,还培养了他们的观察能力、数据分析能力和科学探究精神。

2.实施分层次的任务教学
在实施分层任务教学中,教师必须注重任务的合理性梯度性,在不同的层次学生之间应该存在明确的梯度和联系,以确保学生在完成低层次任务后能够顺利学习高层次的任务。学生的兴趣爱好是教师在设计任务时应该充分考虑的因素,将学生所学习的生物学知识和实际生活紧密联系起来,促使学习任务更加有趣生动,便于激发学生的学习兴趣。分层次的任务教学强调学生之间的合作与交流,通过小组合作、同伴互助等方式,促进学生之间的信息共享和思维碰撞,进一步提升学习效果。教师还需建立有效的任务评价机制,以确保分层次的任务教学能够得到有效实施。评价机制应包括过程性评价和结果性评价两个方面,既关注学生的任务完成情况,又注重学生在任务完成过程中的表现和努力,教师能够全面了解学生的学习状况,及时调整教学策略,为每一位学生提供个性化的指导和帮助。

3.建立多元化的任务评价体系
多元化的任务评价体系,旨在打破传统单一以分数论英雄的评价模式,在民族地区生物课堂中,建立多元化的任务评价体系,首先需要确立评价的多维度性,这意味着评价不应仅仅局限于学生对生物知识的掌握程度,还应包括学生的实验操作能力、科学探究精神、团队协作能力、创新思维以及情感态度价值观等多个方面。

学生作为在传统的评价体系中自评的唯一主体,评价结果往往是单一化的,而多元化的评价体系中,则是鼓励学生、同伴以及家长等多方面共同参与评价。学生自评能够帮助学生反思自身的学习成果和成果,从而增强自我的认知和自我协调能力,为此让同伴互评来达到学生之间的互动交流与学习,培养其批判思维和团队协作能力,家长通过评价能够更加了解孩子的真实学习情况,从而加强家长与学校的沟通合作建设。这种多方主体共同协作的评价方式,能够全面、客观地得出结果,为学生的学习和发展提供更加有力的支撑。

(作者单位:贵州省望谟民族中学)

心理健康

易地扶贫搬迁留守未成年人心理健康保障体系建设的途径和方法研究

周奎

易地扶贫搬迁政策作为扶贫战略的重要组成部分,通过改善居住条件和提供就业机会,帮助搬迁人口逐步脱贫致富。留守未成年人因父母外出务工而缺乏家庭的直接照顾和情感支持,容易产生心理健康问题。因此,建立一个有效的心理健康保障体系对于促进留守未成年人的健康成长至关重要。

一、现状分析

易地扶贫搬迁留守未成年人在心理健康方面主要表现为情感淡漠、缺乏归属感、不愿与人交流、封闭自己、敏感与脆弱等。这些问题不仅影响孩子们的心理发展,还可能对他们的学业表现、社交活动乃至将来的职业发展造成不利影响。现有心理健康保障体系存在保障体系不完善、服务不到位、资源配置不均、服务体系参与主体众多但合作不足等问题。这些问题限制了对留守未成年人心理健康问题的有效介入和干预,影响了这些儿童的健康成长和发展。

二、途径和方法

- 家庭教育指导
家庭教育指导可以通过多种途径进行,例如组织专门的家庭教育培训班,邀请教育专家为家长或监护人提供工作坊,教授他们如何与孩子进行有效沟通,如何处理孩子的情绪问题,以及如何培养孩子的独立性和自我管理能力。
- 心理健康教育
心理健康教育的目标在于通过一系列的教育活动,增强留守未成年人的心理韧性,提升他们的自我认识和自我调节能力,以及帮助他们发展健全的人际交往技巧。实施心理健康教育的途径和方法多种多样,主要有心理健康知识的普及、心理咨询、心理疏导、家庭参与和社会支持等方面。
- 社会支持服务
社会支持服务可以通过组织各类学习活动,既丰富留守未成年人的学习体验,又提升他们的学习兴趣和学习能力。
- 社区关爱
通过开展丰富多彩的社区活动、建立健

全的社区支持网络、整合多方教育资源以及建立持续跟踪服务机制,有效地帮助留守未成年人融入社区、提升社会适应能力,并在一个关爱与支持并存的环境中健康成长。

三、实践案例分析

案例一,某地的易地扶贫搬迁社区为例,该地区的留守未成年人心理健康问题得到了有效的解决,这一成功案例的背后,是家庭教育的强化、心理健康教育的普及、社会支持服务的增强以及社区关爱的具体实践的有机结合。

案例二,在某地的易地扶贫搬迁社区,留守未成年人的心理健康问题在各方面的共同努力下得到了一定程度的改善。这一改善的过程体现了政策层面、家庭层面、学校层面和社会层面的协同合作与努力。

四、完善策略

- 政策层面
政策层面的支持对于建立和完善易地扶贫搬迁留守未成年人心理健康保障体系至关重要。政府应制定专门的法律法规,将留守未成年人的心理健康纳入国家或地方的公共卫生和教育发展规划。通过立法明确相关政策,可以为留守未成年人的心理健康工作提供法律依据和保障。
- 家庭层面
家庭作为易地扶贫搬迁留守未成年人心理健康保障体系中的重要一环,其在孩子的心理健康发展中具有不可替代的作用。家长要积极获取心理健康教育的知识,创造充满爱的家庭环境,建立开放的沟通方式,并在必要时寻求专业帮助,共同为孩子的健康成长提供一个良好的家庭环境。
- 学校层面
学校在构建易地扶贫搬迁留守未成年人心理健康保障体系中,应发挥核心作用,通过提升教师的心理健康教育水平、建立健全的心理咨询与辅导体系、利用外部资源以及建立心理健康档案制度等措施,为留守未成年人的健康成长提供有力的心理支持。
- 社会层面
社会层面在解决易地扶贫搬迁留守未成年人心理健康问题上扮演着重要角色。通过提供情感、生活、学习等方面的支持,社会的各个部门可以共同为这些儿童的健康成长贡献力量,并帮助他们更好地融入社会,为他们的未来发展打下坚实的基础。

(作者单位:黔西市教育科学研究所)

教学创新

民族地区高中英语教学模式构建策略

赵光强

在英语学科核心素养架构中,思维品质堪称关键支柱,是撬动学科核心素养发展的有力杠杆。随着新课改向纵深推进,思维元素融入让高中英语课堂焕发生机。然而,民族地区受区域文化、教育资源等因素制约,高中英语教学陷入泥沼,阅读教学墨守成规、写作教学备受冷落、思维培养形同虚设、读写教学相互割裂等问题突出,聚焦思维培养构建高效课堂模式迫在眉睫。

一、民族地区高中英语读写教学现状

- 阅读教学传统化:当前,民族地区高中英语阅读教学不容乐观。教学手法单一古板,教师多采用讲解式教学,“独霸”课堂话语权,学生沦为被动听众,自主思考与探究空间被极度压缩,思维培育沦为空谈。教学重心失衡,过度聚焦单词、句子、语法的机械记忆,课堂如同一潭死水,浅表低效。
- 写作教学边缘化、功利化:新教材虽强化写作板块,但民族地区高中英语写作教学仍处边缘地带,功利倾向显著。教师对写作教学认知浅薄,热衷于词、句、语法碎片化操练,以为夯实基础就能化解写作难题,不了解学生认知发展规律以及写作对阅读知识内化的价值。应试思维甚嚣尘上,教师急于向学生灌输应试技巧,学生盲目死记硬背,写作基本架构与逻辑思维训练严重缺失,难以创作内容丰

满、结构精巧的佳作。

3.读写教学脱节化:民族地区高中英语读写教学“两张皮”现象极为普遍。阅读教学时,教师倾尽全力拆解文章内容、剖析句子结构、讲解语言特点,却对知识迁移转化置若罔闻。写作训练缺席,自然导致新知识内化环节缺失,学生写作时腹中空空,英语综合运用能力停滞不前,对高考及终身学习发展负面影响深远。

4.写作评价形式化、单一化:写作评价是民族地区高中英语教学的一大短板。从评价形式看,评价手段单调乏味,多紧盯语法、拼写等基础错误,对写作思路是否清晰连贯、语言逻辑是否严密、内容是否丰富饱满等深层次要素视而不见。评价主体局限于教师,学生自评、互评环节严重缺失,多元反馈渠道堵塞,极大制约学生写作与思辨能力进阶。

二、融合思维培养的“读写评一体化”课堂教学模式

- 理念与内涵:此模式扎根阅读土壤,以思维培养为主线串联阅读、写作、评价环节,驱动三者协同发展,深度呼应英语新课标倡导的“教—学—评”一体化设计理念,贴合“学习理解——应用实践——迁移创新”学生认知成长轨迹。其核心要义在于高扬学生课堂主体地位,学生全身心投入阅读活动,精读深思,采撷新知识;凭借写作实践内化阅读硕果,激发创新灵感;依托评价活动反思知识运用、经验沉淀,实现知识向能力与素养的华丽转身。融合思维培养,既能助力学生精准驾驭英语语言,优化学习成效,又能落实立德树教育根本,促进学生全面成长。
- 特点 and 意义
(1) 注重学生的主体地位:全方位赋能学生主动探索读写评任务,自主挖掘知识富矿,促使知识、能力与思维协同发展,将被动

学习扭转为主动求知。

(2) 强调知识的整合运用:无缝焊接阅读与写作,明确阅读服务写作导向,强化知识关联与转化,巩固学习成效,助推综合语用能力攀高。

(3) 注重学生思维品质的培养:各环节渗透思维训练,阅读启思维逻辑性,写作促创造性思维与表达,评价环节锻造批判性思维,锤炼问题解决真本领。为教师依循课程目标整合教学内容、落地深度教学铺就路径,明晰教学全程关键点。

3.有效性和重要性
(1) 直击写作边缘化与读写脱节痛点,以读写互动共生破解难题。阅读为写作输送素材灵感源泉,写作将阅读知识转化为素养能力,形成良性循环,全方位提升综合素养。

(2) 扭转阅读传统化、思维缺位困境,重塑课堂生态,学生主体地位归位。阅读中思维训练贯穿,逻辑思维进阶;写作雕琢构思表达,创造性思维进阶;评价反思优化思维品质,批判性思维与问题解决能力茁壮生长。

三、构建策略

- 提高认识、更新理念
(1) 学校层面:开展“引进来,请出去”师资培优行动。定期邀请英语教育专家、学者入校讲学、指导教研,拓宽教师教育视野,启迪教学新思路;选派校内骨干精英教师外出交流研习,汲取前沿教学理念与方法,回校辐射带动。同时,政策倾斜教学科研团队,设立专项奖励基金,鼓励英语教师大胆创新教学实践,减少行政过度干预,赋予教师充分教研自主权,营造浓郁学术创新氛围,为新模式落地生根厚植土壤。
- 教师层面:教师应紧跟时代脉搏,革新教学理念,深度洞察“读写评一体化”模式对民族地区