

附件 1

就读百年名校 成就人生梦想

——致龙泉中学新生的一封信

亲爱的新同学：

你好！恭喜你以优异的成绩叩响龙泉中学的大门，正式成为这所百年名校的新成员！

百年龙泉，是时光淬炼的勋章，更是成长的沃土。在这里的三年，你会慢慢读懂她的故事：作为湖北省首批重点中学、省级示范高中，她的成绩单上始终闪耀着光芒——高考重本上线率与人数稳居全省前列，是北大、清华等名校的优质生源地；更揽获“全国文明校园”“教育部依法治校示范校”等 40 余项国家级荣誉。“传承文明、追求卓越”的龙中精神，“安学、亲师、乐友、信道”的校训，早已融入一代代学子的血脉。从接过这份通知书起，你就是龙中的小主人了，不妨趁这个暑假，为高中三年描绘一幅清晰的蓝图。

为了让这个假期充实而有意义，龙中的老师们特意准备了一份“成长清单”，请查收：

一、做好选科规划，为未来奠基

提前了解新高考“3+1+2”模式及选科逻辑，明确语文、数学、外语和物理/历史以裸分计入总分的特点，这些学科需要你多投入心力，早早打好基础。

二、养成运动习惯，为健康蓄力

高中每学期的体质健康测试、高二的体育学业水平合格考，都需要你提前准备。可以对照《国家学生体质健康标准》（网上可查），针对性强化薄弱项——比如每天跑跑步、练练力量，让运动成为暑假的日常，毕竟健康的体魄是追梦的底气。

三、参与社会实践，为成长赋能

主动参与综合实践与家务劳动吧：在买菜做饭、整理房间中练就独立生活的能力，在社区服务、志愿活动中感受生活的温度，你会发现，“成长”藏在每一次动手实践里。

四、抓好学科衔接，为学习加油

（可借助“国家中小学智慧教育平台”预习，各科老师的小建议请收好～）

语文老师：高中语文的核心是“积累+思辨+表达”。多啃文言文与古诗词，跟着新闻热点学表达（记一记亮眼的标题）；读经典著作、背必背篇目（初中全部+高中必修上册）；每天练一页钢笔字，让书写成为你的名片；多写生活见闻，让文字成为你与世界对话的方式。

数学老师：高中数学更重逻辑与抽象，要从“跟着学”变成“自己钻”。多练独立解题、强化运算准度，试试用归纳猜想、分类讨论等思维方法分析问题；先把初中的式与方程、“三个二次”关系吃透，再预习必修一的函数内容——这是高中数学的“敲门砖”。

英语老师：学好高中英语，别只盯着单词本：阅读才是核心。试着养成“晨读+精读”的习惯，听英文歌、看英文字幕电影磨耳朵，遇到好句子随时记下来；若初中基础稍弱，回头梳理课本里的课文和词汇，让语境帮你记牢知识点。

物理老师：高中物理会更深入——不只是看实验，还要学建模型、做定量分析。高一的基

础很关键，先复习初中力学和电学（力学是重中之重），再预习必修一，感受物理思维的严谨与奇妙。

化学老师：高一化学是打基础的关键，要衔接好初中的实验操作、元素化合物等知识。记住“结构决定性质，量变引起质变”的逻辑线，理解着学概念，别死记硬背，你会发现化学的趣味。

生物老师：高中生物既要逻辑脑，也要记忆功，但“记”不是死背——要结合生活理解（比如为什么光合作用需要光？），把零散的知识点串成网，才能学透学精。

政治老师：借本高中政治教材，看看和初中的不同；多从新闻、生活里找“知识点”：菜市场的价格波动、社区居委会的活动，都是活教材。试着写点感悟，让思考落地。

历史老师：高中历史和初中一脉相承，但更重专题深度。先通览初中课本，记牢中国古代王朝更替（形成时空轴很重要）；翻翻高中教材，感受专题学习的特点；再看看史学热点、考古新发现，让历史“活”起来。

地理老师：买个小地球仪，熟悉重要国家、经纬线的位置；每天看天气预报，认认天气符号，关注重要天气系统；旅游时记记走过的地方，感受名山大川与风土人情；画一幅中国政区图，标注出省会、简称，再试着添上重要山脉与河流——地理的浪漫，藏在每一寸土地里。

亲爱的同学，这个暑假是你与高中的“预热期”，也是沉淀自己的好时光。愿你带着这份期待，在探索中成长，在准备中蓄力。

九月，龙中的银杏会为你泛黄，教室的灯光会为你亮起。我们在这里，等你带着朝气而来，一起在“传承文明、追求卓越”的路上，书写属于你的青春篇章！

荆门市龙泉中学

2025年7月10日