冲刺高考 名师教你咋提分

本报记者 赵文静 王 红

距离2018年高考仅剩一个月时间，高三学子到了冲刺阶段。如何通过对三大主科和综合科目的复习做到有效提分，如何避免可能出现的复习偏差和误区，如何调整心态赢得宝贵分数，是考生和家长最关心的问题。为此，本报邀请郑州外国语学校高三一线名师，为广大考生奉上冲刺复习全攻略。

针对考生和家长普遍关心的问题，各科目老师都提到一个共同问题：在高考冲刺中，要减少盲目性，减少题海战术，重视回归课本、回顾近年高考题，要向准确性、规范性要成绩。

语文：针对薄弱强化训练

语文教研组长 李昕

考生要重视历年高考真题的梳理，尤其是文学类作品阅读（小说、散文）的主观题。把近五六年高考原题中小说阅读部分的问答题进行梳理，分类整合出每种问题的分析角度、作答要点，并能够熟练地迁移运用。要格外重视散文阅读，整理散文阅读主观问题的设问角度和答案要求。文学鉴赏类的阅读要小说和散文并重，针对个人薄弱加以训练，最后30天突出对高考真题的研读。

注重课本中文言文、古诗的知识积累，有重点地加强名句默写练习。文言文注释再认真记一记，着重实词意义的理解、典故的含义、特殊句式的辨析、基本的文化常识积累。高考诗歌鉴赏中比较阅读也是常考的题型，要对课本中的诗歌再加深印象，熟悉诗句内容、情感、艺术手法。

熟悉不同材料作文的写作特点，加强审题和列提纲的练习，提升快速构文的能力。临近高考，写作水平很难在短时间有大的提升，但审题准确、结构清晰还是会让作文水平有个稳定的发挥。建议考生加强作文审题和写提纲的练习。每天花10分钟积累写作素材，多关注一些时代感强的材料。对于不同类型的材料作文，考场上要牢记“审清材料+审清写作要求”，分析写作情境。

考前加强限时作业练习，主观题作业可以采用简答的方式。回答关键词时，尽可能多地列举答题的高频词语，正确使用术语，进而强化分析能力和思维训练。

生物：打好基础分保卫战

生物教研组长 张长河

考前30天，老师讲得少了，学生们自主支配的时间相对多了，列一个最后冲刺复习计划至关重要，回归课本、限时训练、错题反思等环节环环相扣，忙而不乱，才能充实高效。

主干基础知识一直是高考考查的重点，所以做好基础题，拿足基础分，是保证和争取生物高分的基础。建议考生按计划参照课本目录默写每一章节的知识网络，找到遗漏点；结合错题反思进一步查找遗漏点，完善跨章节的横向知识连接点、完善知识网络；通过错题反思，找到知识点和高考理综生物四项能力的结合点，提高运用知识解决问题的能力；熟记课本核心概念、原理等关键词、结论性语句，力争基础分不丢分，打好基础分保卫战。

关于做题建议考生抓住三个关键词：限时、审题、思路。限时是全真模拟高考的保证，限时才能兼顾解题的速度和准确性。审题要画出试题卷关键词句，重要已知条件，避免遗漏；要审清题意，力戒思维定式错误解读；审清命题人命题意图，运用哪一部分生物学知识和原理解决什么问题。每一次训练都要做反思和总结，找准失分原因，才能对症下药根本性解决问题。

政治：遇到难题绝不恋战

高三政治备课组长 付军

经过一轮、二轮的辛苦备考，在仅剩的一个月时间，能否采取正确的策略巩固前期所得至关重要。

考生应该以考纲为抓手，再次查找知识点里掌握不到位的、思考不深入的地方。尤其要注意考纲里列出而课本里并未详讲的内容，这些内容有的是课本知识的跨单元整合，有的则是党和国家新的方针政策。既要准确记忆学科术语，用词规范，又要掌握新的背景、措施、目的和说法。

在二轮复习中，学生们已经掌握了很多应试技巧，剩余30天里需要做的就是提高执行力，把既定的应试策略不折不扣的运用到高考考场上。时间控制方面，1分钟一道选择题，7分钟一道主观题，遇到拦路虎绝不恋战，把自己能拿到的分数全部拿到手。客观题精准度控制方面，准确排除知识性错误、逻辑性错误。主观题角度控制方面，井式、链条式、广角式答题思路要根据材料与设问准确定位。

总之，复习中的反复训练就是为了让考生坐在考场上所做出的任何一个动作都是理性的。

数学：梳理知识形成网络

数学教研组长 张振啟

根据高考命题的要求，对数学学科加强理性思维的考查，体现创新性。数学考试成功的秘诀不是把每次考试的难题全部做对，而是在所有基本题和中档题上做得滴水不漏。考生要进一步明确知识网络和高考重点，对数学基本知识有深刻理解和领会，熟练掌握常用的数学方法。

考生要回归课本，关注教材中的典型例题及复习参考题中的典型习题，多关注课后实习作业和研究性课题；整理错题反思出错的原因，分析这些题考察了哪些知识及用法，将其完善到自己的知识体系中；强化规范训练，做到符号准确，逻辑严密，注重计算的准确和数据的处理；注意加强应试技巧和意志品质的训练，对较难的题敢于探索，对有些难题也应该舍得放弃。

最后一个月在复习策略的选择上更应该看重的是个体差异，每个考生知识梳理的顺序和练习的选择上应该针对自己薄弱项目来进行，有的放矢。平时考试120分以上的同学可练一些难题，90~120分间的同学在概念、方法、计算上下些功夫，90分以下的同学更要重视基础。

物理：养成良好审题习惯

物理教研组长 杨德新

高考前一个月是备考的关键时期。考生要明确高考真题类型，选择题、实验题、计算题、选做题的特点和自己的薄弱点，通过有针对性训练来获得突破。建议考生认真、规范、定时做几套完整的高考真题或仿真题，找到高考的感觉，抓住高考命题的特点，特别要重视做完卷之后的总结反思，找准薄弱环节，对易出错的地方要分析原因，减少高考时的失误。

解物理题的实质就是将实际问题转化为理想化的模型，然后应用物理、数学知识求解。考前一个月内一定要把解题的重要物理思想方法和典型的物理模型再复习一遍，主要有等效法（如等效电路、等效电源、等效内阻）、对称法、补偿法、图像法、解析法、极限法、特殊值法、微元法、放大法等。熟悉典型的物理模型及由此得出的二级结论，使用时可以大大节约时间同时还可以快速打开思路。

考生要回归课本，构建知识网络，梳理物理学史、概念、规律，找到它们之间的内在联系。养成良好的审题习惯，做到一边读题一边画图（情景图、受力图或v–t图），牢记三种观点（运动和力观点、能量观点、动量观点），之后针对不同阶段选择对应的规律列方程求解。规范解题步骤，列方程时要做到：一是明确对谁、在什么过程（或什么状态）、用到什么规律；二是要根据公式和已知量符号、未知量符号列出与原始规律公式相对应的具体形式，而不是移项变形后的公式；三是要依次求解或联立求解，而不要写连等式或综合式子。

地理：回归课本关注生活

地理教研组长 张伟利

复习备考的后期阶段，地理复习要注意研读考纲和考题，依据考纲结合考题进行查缺补漏，及时回归文本，梳理总结，用联系的观点看待每一个考点，建构、完善概念间相互关联的网状学科体系，提高对高考及其变化的全面认知。

以试题为载体，考生要通过精选试题的限时训练，进行题型归纳、方法比较、拓展迁移，提升问题解决能力。限时训练采取单科小套和文综大套穿插进行的方式，每一次练习都要有时间意识，根据题量多少先预设做题时间，提高效率和质量。训练之后的答案订正和反思至关重要。选择题所反映出的知识漏洞要有针对性的及时回归文本进行复习强化。针对综合题答不全，得不了满分的现象则要从思维方向的正确性和思维体系的全面性两方面进行分析和完善。

高考地理一直关注生活中的地理现象和问题，素材选取一般是在基于真实情境的基础之上，自然地延伸出学科问题，要求学生运用学科知识和思想进行思考。

考生还要关注中华优秀传统文化所蕴含的地理原理，思考其背后所体现的地理特征、地理过程和地理联系，提升用地理思维看问题的敏感性。在思考回答地理问题时也应该以尊重自然、与自然和谐相处为基本准则，从关心和保护地理环境出发来思考解决问题。

英语：查漏补缺限时练习

高三英语备课组长 孔雪

考生要坚持地道语言的输入，通过看报刊新闻、听时事要点、名人演讲、读背时文美文、教材课文等形式大量听读，增强语言知识的积累，增强对英语表达的敏感度和语感。同时，加深理解和巩固所学的语法知识，牢记常用词汇、句型及固定表达法。

在复习考纲要求的3500词汇过程中，学生们不仅要准确记忆高频词汇的意思，更要熟练掌握核心词汇的用法。对于语法的复习，可依托历年高考题中出现的语法知识点，对知识脉络进行梳理，查漏补缺。

阅读技巧主要是体现在如何运用所学词法和句法知识理解篇章、定位信息和分析篇章结构。而完形填空考查重在理解、逻辑和词法。在备考中，学生们每天早上除了坚持阅读教材课文之外，可以阅读一些词汇使用地道、语篇结构清晰、内容有深度且不同题材的语篇，话题可涉及自然科学、人文科技、生物或广告类。其次，每周保证有四套往年高考阅读真题限时训练。完形可通过专项训练来提高，一次性连续做3~4篇。最后，根据正确答案的思路来调整自己，设法从命题人角度去深度理解试题，找出“题点”，做到知己知彼。

书面表达答题的规范性和颜值会对分数起到决定性的作用。学生练习时要注意书写规范，卷面美观，条理清晰，语言流畅。平时可以按话题多背范文，甚至可以改写范文，多积累话题词汇和句型。

化学：分类回做高考真题

化学教研组长 马红

考前一个月，学生可以分类回做高考真题，建议不一定成套做，可以按照题型做，比如，连续三年的课标Ⅰ实验题放在一起做，选做题放在一起做等，有利于更清晰把握主干知识的考法。

学生们总会问，咋看书？感觉课本内容很浅，看过觉得没用。课本是考试的重要参考依据之一，高考题中总会有源自于教材的材料、知识点、实验、试题等，所以教材必须看。2017年课表Ⅰ电化学选择题就是摘自“化学反应原理”的一段文字，但有不少学生就不会做。怎么看书呢？建议学生通过做题发现漏洞时查阅课本，有计划地把教材过一遍，重点看课本中的实验、小知识卡片、有价值的课后题。

每一年的高考题，化学试卷中四道大题都会有让考生感到陌生的内容，这是符合高考选拔学生的原则的。事实上，高起点低落脚本身就是高考的特征，高考的难中易比例5∶3∶2，很多学生在考前一个月应该重视中等及以下难度的题目，而不是去钻研压轴题，压轴题应该是拔尖学生的菜。

历史：研究真题定点突破

高三历史备课组长 黄中勇

学生要回归课本，认真研读三本必修教材。制定计划时，要根据教材的总页数确定每天看的页数。看课本，第一要面面俱到，教材的文字、插图、注释、前言、目录、中外历史大事年表等都要看；第二要重点看，侧重背目录、本课要旨和中外历史大事年表，即教材的核心内容、历史的基本线索和阶段特征。

最后一个月，建议考生一定要认真研究历年高考的试题，最好横向的比较近3至5年的高考试题，比如收集2013年至2017年高考全国一卷的第24题，看看这道试题考查的考点、命题思路、试题特点等。对于主观题，还要结合评分细则，仔细地研究一下答题的思路和语言的不同表述等。

考生还要通过收集整理错题集，反思错误原因，搞清楚是知识性的错误还是思维性的错误，前者要通过看教材记清楚史实，后者要根据参考答案细则，理清试题考查意图和答题思路，总结类似试题的答题套路，做到定点突破，精准提分。

文综考试，历史试题排在试卷的最后，有些学生由于时间把握不好，往往试卷做不完，导致历史试题的小论文题和选做题做不了，或者匆忙完成，最后影响整体成绩。在最后30天的模拟试题训练过程中，考生一定要把控好时间的分配，审清试题要求，规范解题过程，规范语言表达，规范卷面书写，保证得分效能最大化。

最美河南人·身边正能量

八千现金遗落车篓 幸遇热心巡防队员

本报讯（记者 **郑磊** 通讯员 **陈喜中** 文/图）停好共享单车就离开，却没想到将装有现金和账本的袋子遗落在车篓里，所幸被细心的大石桥巡防队员发现，队员“守株待兔”，最终等到失主。昨日上午，失主李先生专程到大石桥巡防队感谢王伟等队员。

5日9时，大石桥巡防队员王伟、张锐、王昌冲例行路面巡逻时，在防疫路口整理路边停放的共享单车时，王伟发现一辆单车的车篓里放着一个鼓鼓囊囊的红色纸袋，打开纸袋查看，发现里面有一沓现金。经过清点，现金有8000余元，但账本上没有店名和任何联系方式。

“这么多现金，又是上班的早高峰，我估计失主会回来找的。”王伟说，队员们便守在原地等待失主。

果不其然，20分钟后，一个男子慌张地跑过来，经询问，王伟确认男子正是失主。

原来，李先生是附近一家餐饮店收银员，因着急赶着上班，将袋子遗忘在单车车篓里，袋子里装着餐饮店前一天的营业收入。李先生说，自己家庭条件并不太好，如果钱丢了，8000元的赔偿对他来说是一笔不小的负担。昨日，李先生专程来到大石桥巡防中队，向巡防队员致谢。

龙湖湿地公园免费 开放700个停车位

本报讯（记者 **覃岩峰** 通讯员 **王晓兰**）提升城市管理水平，打造龙湖区域良好出行环境。昨日，记者从郑东新区龙源路办事处了解到，北龙湖临时停车场建设工作已经取得初步成效，目前700个停车位为市民免费开放。

记者了解到，随着郑东新区龙湖生态的进一步优化，越来越多的市民来到龙湖湿地公园赏花赏景，随之而来，有少数市民将车辆停放在公园路边道路，堵塞了交通，也影响了郑州城市形象。为了营造良好出行环境，郑东新区一方面加大交通违法查处力度，一方面规划临时停车场，从根本上解决市民停车问题。新设置的北龙湖临时停车场位于龙源二街、龙源四街、龙湖内环、龙北一路合围区域，占地36亩，经规划能停放700辆车辆，停车场共设置三个出入口，两个进口设置在龙源二街，出口设置在龙北一路。目前，龙源路办事处工作人员已在各大路口醒目位置安装了临时停车场指示牌，引导市民规范有序停放车辆，让城市道路更加整洁、有序。

本地菜大量上市 蔬菜价整体下降

本报讯（记者 **聂春洁**）记者昨日从市物价局价格监测中心获悉，上周我市粮油价格稳定，鸡蛋价格略有上涨，蔬菜价格走低。

面粉价格平稳。百顺农贸市场特一粉（5公斤装）2.2元/500克，精制粉（5公斤装）2元/500克，普通东北米2.8元/500克，大商超市普通东北米2.98元/500克，均与前一周、上月和上年同期价格持平。

食用油价格平稳。大商超市销售的金龙鱼花生油为119.9元/5升，与前一周、上月价格持平，比上年同期价格上涨9.1%。金龙鱼大豆油（非转基因）价格为69.9元/5升，与前一周、上月和上年同期价格持平。金龙鱼调和油价格为59.9元/5升，与上月和上年同期价格持平。

生猪出场价格与猪肉价格稳定。5月2日生猪出场价（中牟报价）5元/500克，与前一周价格持平、比上月价格下降3.8%，比上年同期价格下降29.6%。农贸市场猪肉后腿肉主销价格13元/500克，与前一周价格持平、比上月价格下降13.3%，比上年同期价格下降18.8%。精瘦肉主销价格15元/500克，与前一周价格持平，比上月价格下降6.3%，比上年同期价格下降16.7%。

牛肉羊肉价格平稳。农贸市场鲜牛肉主销价格为27元/500克，鲜羊肉主销价格为30元/500克，与前一周、上月价格持平。

鸡蛋价格略涨。5月2日鸡蛋出场价（荥阳报价）3.58元/500克，与前一周价格持平，比上月价格上涨9.1%、比上年同期价格上涨62.7%。纬四路农贸市场鸡蛋平均价格4.5元/500克，比前一周价格上涨7.1%、比上月价格上涨12.5%，比上年同期价格上涨50%。

由于随着气温的不断上升，本地蔬菜种类及上市量不断增加，而且炎热的天气也不利于蔬菜的存储，市场蔬菜价格开始走低。与前一周价格相比，纬四路农贸市场监测的29个蔬菜品种中，仅有胡萝卜和芹菜2个蔬菜品种价格上涨，有11个蔬菜品种的价格下降。河南万邦农产品物流中心监测的29个蔬菜品种中，有9个蔬菜品种价格上涨，19个蔬菜品种价格下降。

市长电话一周综述

开发商限制公积金买房 记入企业征信系统严查

本报讯（记者 **刘玉娟** 通讯员 **段宝玉**）上周，市长电话受理指挥系统共受理28031个，电子邮件541封。期间向全市市长电话网络单位转办5082件，按期办结4965件，办结率97.6%。主要包括用水用电、房管物业、环境污染等方面问题，其中，消费问题126件，涉及工商、国税、质检。

市民赵先生反映：其本人为惠济区江山路办事处薛岗村村民，新办理城镇居民医保在区级以上的医院均可以使用，但区级以下部分医院及村内的卫生所却不能使用，想了解具体情况。

市长电话转市人社局具体办理，后回复：根据《郑州市城乡居民基本医疗保险办法（试行）》城乡居民医保普通门诊医疗实行门诊统筹。市本级门诊统筹定点单位为二类以下（含二类）定点医疗机构，各县（市、区）门诊统筹定点单位为乡镇卫生院、社区卫生服务中心（站、所）、村卫生室。参保居民在城乡居民门诊统筹定点医疗机构以外的其他医疗机构发生的门诊医疗费用，门诊统筹基金不予支付，门诊医疗费由个人全额负担。参保居民在定点医疗机构发生的符合规定的住院医疗费用，起付标准以下的费用由个人支付；起付标准以上最高支付限额以下的费用，由城乡居民医保基金和参保居民个人按比例承担（包括定点乡镇卫生院）。因此，村民就诊前应首先确定村内卫生所是否为定点医疗机构，才能确定是否能够享受门诊统筹。

近期，部分市民集中反映：市内有楼盘在进行房屋销售时，不让市民使用公积金，只让使用商业贷款，认为极不合理。

市长电话转市住房公积金中心落实，后回复：4月27日，市住房公积金中心与市房管局已联合下发通知，明确要求，各房地产开发企业、经纪机构不得以任何理由阻挠符合住房公积金贷款条件的职工使用公积金购房，不得以提高购房价格、减少价格折扣、先行垫付贷款资金等方式增加限制条件，不得要求或变相要求职工自愿放弃住房公积金贷款权利，不得抑制公积金贷款，不得引导或变相引导职工办理商业性住房贷款，同时，房地产开发企业还要在楼盘销售现场公示不拒绝职工使用住房公积金购房的书面承诺书。

市民若遇开发企业拒绝使用公积金的情况，可向市长电话12345或住房公积金热线12329投诉维权，一经查实，将责令限期整改，对违规情节严重、拒不整改的，将予以通报、公开曝光，同时将违规行为记入企业征信系统，并依法严肃处理。

市民李女士反映：其所住的楼栋只有一部电梯，且经常发生故障，但该小区没有物业公司，也没有成立业主委员会，想要了解一下如何申请维修基金？

市长电话转市房管局物业维修基金管理中心，后回复：根据《郑州市房屋专项维修资金使用管理实施细则》，对于小区电梯的维修尤其一个楼栋或单元只有一部电梯时，为了不影响业主的正常生活，在申请维修资金时可以按照应急维修程序进行维修。没有业主委员会的，可以由相关业主推选的2名以上业主代表先行组织维修，如遇业主委员会或业主代表不及时组织维修的，相关业主可向房屋专项维修资金管理机构申请后可以组织代修。目前，工作人员已与反映人联系，正在开展维修工作。

5日，我市以及部分省内无线电爱好者来到郑州中隆机车文化广场，以无线电法律法规宣传、“五五节”野外无线电短波通联等形式庆祝“中国业余无线电节”成立78周年。 本报记者 宋 晔 摄