

考季 指南

中考冲刺 送上“锦囊”

资深一线名师支招提分技巧

核心提示

随着中招考试临近,我市初中毕业生正在紧张冲刺备考。在最后5天时间里,如何调整心态,高效复习提高成绩?有何备考技巧攻略?本报特邀资深一线名师,和即将出征的学生及家长一起分享考前冲刺的注意事项和复习“锦囊”。



心理咨询师为考生减压

“考前减压方式有三种:肌肉放松法、呼吸放松法和想象放松法……”昨日,文化路街道农大社区邀请国家二级心理咨询师为河南农大附中350位即将踏上中招考场的学生做减压放松心理咨询。

本报记者 党贺喜 摄

我省警方推出十项惠民服务

(上级一版)

网上缴纳交通违法行为罚款

7月1日起,全省范围实现通过互联网交通安全综合服务管理平台,为注册用户提供网上缴纳交通违法行为罚款服务。2015年11月1日,我省《互联网交通安全综合服务管理平台》上线运行,为群众提供互联网预选机动车号牌、驾驶证审验、电子监控处理、缴纳交通违法行为罚款等服务。群众使用个人账户登录互联网交通安全综合服务管理平台(http://ha.122.gov.cn),完成电子监控处理后,进入缴费环节,或登录互联网交通安全综合服务管理平台后,选择“缴纳罚款”,输入处罚决定书编号,缴纳罚款。所有银联借记卡均可网上缴纳交通违法行为罚款。2016年年初,该系统已在安阳、鹤壁试运行,7月1日,全省正式上线试运行。

驾驶人考试自主预约

7月1日起,汽车类驾驶人申请驾照考试不仅可通过驾校申报,还可通过互联网、窗口、手机APP、电话声讯等多渠道自主选择科目考试的时间、地点、场次,自己决定什么时间预约考试、以什么方式预约考试、什么时间参加考试、到哪个考点参加考试,直接参考,真正将考试的选择权交给群众。自主预约公开全部考试名额、考试计划和约考结果,实行计算机系统按相关规定自动排序,依受理时间、上一次考试间隔时长等条件依次安排考试,排除人为操控,实现考试资源公平分配、考试机会公平获取。目前,全省各地均已开通互联网自主预约服务。

实施交通事故快处快赔

7月1日起,在焦作、安阳市试行快处快赔机制;10月底前在全省实行道路交通事故快速处理和保险理赔“一站式”服务。省公安厅交警总队将于近期推出交通事故快处快赔APP,适用于在本省道路上发生的机动车之间、仅造成车物损失,且车辆能够移动的交通事故。车主可自行上传事故现场照片,还可协商认定责任和保险理赔。同时,手机APP应用程序中还包括当事人自助向保险公司线上报案、定损等多个环节。该手机APP应用程序将嵌入省公安厅“警民通”软件中,不必单独下载安装。建议驾驶人提前下载“警民通”软件,这样处理交通事故时可以更加节省时间。目前该应用程序还未上线,整个系统处于调试阶段。

省内异地办出入境证件

为满足流动人口就近办理出入境证件的需求,自5月1日起在我省实施省内居民跨户籍地办理出入境证件。凡我省居民可在省内任一出入境管理机构申请办理出入境证件,包括普通护照、往来港澳通行证及签注(个人旅游签注和商务签注除外)、大陆居民往来台湾通行证及签注(赴台个人游签注、赴台定居签注除外)。申请出入境证件所需提交的申请材料与当地户籍居民一致,办证时限一致,即证件为10个工作日,签注为7个工作日。

办理长期居留、签证证件更方便

符合条件的外籍人才及其家属,可根据外国专家证签发的期限,为其签发5年内长期居留证件;如不需长期在豫工作或居留,但需多次临时入境的,可为其签发5年内多次出入境有效、停留不超过180天的访问(F)、人才(R)签证;外籍人才的配偶和未满18周岁的子女可申请与外籍人才所持签证同等期限的签证证件。

网上受理消防业务

6月1日起,在省公安消防总队官网首页开设“消防办事大厅”栏目,实现建设工程消防设计审核备案抽查和竣工验收备案抽查网上受理,办事结果网上公开,在线咨询及网上投诉举报。

大型工程分期审核验收

对规模大、周期长的大型工程项目,在整体方案设计通过消防核准后,除单体建筑工程外,可以根据项目进度,分期审核、分期验收,分期出具审核、验收意见书。

启动“寻宝嵩山” 体验“天地之中”

本报讯(记者 成燕 通讯员 孙春霞)昨日,由港中旅集团主办的“寻宝嵩山,欢乐全中国”嵩山站活动在少林景区正式启动。在省自驾游旅游协会组织下,近千名自驾车友齐聚嵩山踊跃参与互动体验活动。

嵩山景区相关负责人介绍,此次“寻宝嵩山”活动历时3个半月,将持续至9月30日,贯穿少林、嵩阳、中岳三大景区精华景点,涵盖少林寺常住院、塔林、嵩阳书院、将军柏、太室山广场、天中阁、宋代铁塔、观星台共8个寻宝点。游客可全程通过线上线下智能化景区模式在游玩过程中一边参与寻宝活动,一边深刻体验厚重的嵩山文化。旅途中,游客可临风观水,听禅赏武,寻宝闯关,亦可拜孔子、练太极、参与抽奖活动。

据悉,此次活动最初从深圳锦绣中华景区出发,联动港中旅集团旗下嵩山、鸡公山、沙坡头8家景区,展开了一场“寻宝中华文明之旅”。嵩山站是此次大寻宝活动的第五站,也是最后一站,参与游客可以深刻体会嵩山作为“武之宝”和“山之宝”的文化内涵。游客可通过关注“港中旅嵩山景区”与“港中旅嵩山景区”微信号参与寻宝活动,在趣味互动游戏中体验“天地之中”。

幼教孕婴童用品博览会落幕



昨日,为期3天的第九届欧亚·中国(郑州)国际教育技术装备、幼儿教育博览会及国际孕婴童用品、幼教玩具博览会在中原国际博览中心落下帷幕。 本报记者 李焱 摄

中考须知

今年中招考试将于6月25日至26日进行。

由于中招体育考试成绩由50分提升到70分,中招学业成绩总分由去年的680分提高至700分。

考试科目中,语文120分,历史50分,物理70分,化学50分,数学120分,思想品德70分,英语120分。其中英语笔试100分听力20分。历史和思想品德科目实行开卷考试,考生可自带参考资料。

温馨提醒

调整作息 稳定心态

离中考还有5天的时间,此刻的考生们一定有些紧张吧。一线老师们提醒考生,中考是选拔考试,它一定是立足于基础知识,考察考生的综合运用能力,而不会偏难或偏怪,所以经过三轮复习的我们,现在要做的就是相信自己,完善自己,调整好状态,考出自己的水平。

最后几天,良好的休息很重要,但不要一味地补觉,过度放松,也不可过于紧张,疲惫不堪。老师们建议,每天定好作息时间,安排好复习的科目及时间,让自己有事可做,按部就班地完成计划。这样做,不仅可高效地完成最后的复习计划,而且可以有效地缓解考前过度的紧张。要相信自己,经过系统、全面、高效的复习,一定可在考试中取得满意的成绩。

考场上,特别温馨提醒:“纵览全卷,做到心中有数;认真审题,理清题目要求;先易后难,科学利用时间;关注分值,合理构思答案;检查修改,查漏补缺完善。”

语文: 夯实基础 勤看作文

“考前5天,是复习的最后冲刺,合理安排利用,可起到事半功倍的效果。”郑州外国语中学九年级语文组备课组长梁永艳说,到了这个时候,基础知识的复习都已经进行了很多遍,可仍然不要掉以轻心,还应该在考前把古文、古诗、字词、名著及文学常识都再看一遍,提高熟练程度。

在前几轮复习中,针对中考不同的题型,学生们总结了许多的答题方法,这个时候,就应该在考前把答题方法再好好看一遍,梳理答题思路,尤其要注意这两年新出现的题型。力争做到答题思路清晰,答题格式规范,答题方法准确。

同时,将《中考必备》《考前预测卷》及平时练习时出现的错题再好好看一看,弄清失分原因,提高答题准确度。要勤看作文,坚持每天看1~2篇好作文的习惯,以拓展视野。对已经修改好的作文再熟悉一下,做到胸有成竹,到考场时有事可写,有情可抒。

数学: 梳理知识 专题突破

郑州外国语中学高级教师潘春华说,考前,考生要对中考数学“考什么”“怎样考”有一个全面了解。

在保证充足休息的同时,首先要重点练习自己认为可能会考的内容,也可以模拟中考考卷进行训练,以增强应考自信心。其次一定要回归《数学考试说明与检测》,回归课本要求,回归近几年的中考试题。因为《数学考试说明与检测》是命题专家编的,要通过它找到数学基础知识和基本技能以及各种题型的题感。还要注意近几年中考试题的主干知识,在最后阶段要特别注意数学知识网络的梳理和完善,不要做难题、偏题。同时可以再一次检查还有什么公式、定理、概念没有复习或遗忘了。

具体来说,每天抽一定时间复习数学;要回归课本,夯实基础,强化解题思路的方向感;要整理手头的资料,可选择三类题认真做,第一类是初看还没有解题思路的,第二类是最近做错的,最后一类是以前做得比较慢的,通过挖掘数学思想,形成一类问题的解题理念,收到举一反三的效果。

郑州七中数学教师刘红伟建议,中考前一周,静下心来反思前期出现的问题,从而对症下药,对数学分数的提升很有效。

整理近期做过的试题卷,对错题进行深度分析;每天预留与中考时间相应的时间段进行限时小训练,保持备考状态;对于试卷上的十六到二十一题,如果某一类类型的题目在前期练习过程中失分较为严重,可以进行适当的专题练习,实施专题突破;把做过的压轴题多角度再思考,想解题思路即可,找出同类题的解题方法与解题技巧,保持思考的状态。

把去年的中考题再看一看,把其中用到的数学知识、题目反映出来的数学解题技巧和数学思想方法归纳一下,感受新教材的中考出题方向、题目设置和难易程度,做到心中有数。

在模拟考试中,学生经常由于看漏题、看错题、算错题导致失分现象特别严重,这些错误的出现往往与学生的心理状态有关,所以,考前一定要保持一颗平常心,不急不躁地面对中考。

考试时,要审清题、跳过难题、做对自己会做的题,最后预留时间再尝试突破难题。

英语: 做题方法 很是关键

“好的考前复习计划带给考生好的状态。”郑州实验外国语中学九年级英语备课组组长王黎说,最后几天,要错题重看,避免犯类似的错误;加强听力和阅读练习,可以重复地听住年的模考听力题和真题来练习听力,阅读要进行一些针对性的训练;坚持每天的背诵,根据英语中考的时间来做套题,调整做题状态。

好的做题方法能够有效提升英语成绩。

听力一定要快速读题,这样才能有目的地听,得到听力的高分甚至是满分。做听力时先在试卷上勾出答案,全部听力考试结束后再涂答题卡。完形填空重视首句的开篇提示,联系上下文,弄懂大意,复读全文,核定答案。阅读理解一定要掌握大意,理清逻辑关系,领会作者的思路。作文方面,一定要认真审题,把握好人称和时态,控制好文章的结构,语言要地道,句式要丰富,书写和书面要干净、工整。推荐三段式作文,清楚、规范。

纵观这几年的河南省中招试卷,英语的出题思路是“立足基础,强化运用,注重交际”,所以把握住对英语在实际生活中的应用能力的考察,稳扎稳打,定会取得满意的成绩。

郑州七中英语教师刘凯歌建议,中考前一两周,不要再埋头题海苦练,重在把前一阶段在学习中出现过的知识漏洞进行弥补,同时不间断地进行适当的习题训练是关键。

考生可以有目的地进行写作审题和构思训练。严谨审题,根据文章的题材、时态、人称和要点合理套用相应的文章框架结构。同时在草稿基础上进行词数,替换高级词汇,整合复合句,适当加入名句等的修改。最后几天,每天适当做些题,不建议做难题。最好是以往的二检或中考题,这样真正考试能很快找到感觉,快速进入考试状态。

考试中希望大家借助合理的答题方法和技巧,试卷卷面的整洁美观,最大限度地降低甚至根除考试中非知识性丢分,从而取得属于自己的极高分。

物理: 吃透基础 理通思路

考前最后复习,学生要静下心来搞清楚两点,翻看近几年中招真题,了解中招试题导向,弄清自身学习上存在的问题。

郑州七中物理教师罗莹莹建议,考生们从“本”抓起,基础内容不留漏洞,在疏通课本时,把这些基础不到位、应用不够灵活的知识摘录下来,重点复习,逐个击破;整理近期资料,重点分析,重做里面的错题及重难点题目,保证做过题必会,类似的题不犯错,新背景题能联系相关知识点,最大限度地降低重复错误失分;小节奏限时训练,重在反馈补漏,不提倡盲目的、大量的完成套卷。

罗莹莹提醒考生,要多跟同学老师交流,结合自己做过的试题试卷,尝试预测出一套自己的专属中招卷,并认真完成,分析提高。总之,吃透基础,理通思路,心态平和,胆大心细,是面对中招前必须具备的状态。

化学: 灵活运用 关注热点

“重点知识重点考,重点知识年年考”,化学学科想在中考中取得高分并非难事。郑州外国语中学九年级化学组教师李霞认为。

错题本是所有优秀学生的制胜法宝。针对重要考试中的错题,考生要回归课本,或与同学讨论或请教老师,将自己不清楚的基本概念、易混易错知识点总结下来。

试卷中常考的重点内容必须熟练掌握,做到灵活运用。推断题每年必考,可以采用思维导图方法复习,将含有Cu、C、Ca、O、Fe、Na、H等元素的物质之间的转化规律画下来,然后写出所有涉及的化学方程式,将零碎知识系统化,达到举一反三的效果。

最后几天,每天尽量重点练习几个自己不太熟练的题目,以保持做题的熟练度和细心度。考场上要求失误降到最低,注意题目中是填符号、序号还是名称,化学方程式有无配平写条件箭头,是选正确的还是错误的,量液时是仰视还是俯视,反应现象是否写完整,语言描述是否准确到位。相对分子质量计算是否有误,搞清楚元素(原子)符号、化合价、离子符号、化学式、方程式等化学用语的不同。

郑州七中化学教师刘晓芳分析说,从近几

年的河南中考试卷中不难看出,基础性和稳定性和保持稳中有变的特点;试卷的结构、试题类型、考查的方式和能力要求都大致相同。在经历了二轮、三轮和三轮复习及几次模拟考试之后,适时地回归课本,查漏补缺就显得尤为重要。

化学学科“来源于生活,服务于生活”,以社会生活、环境问题等作为试题素材的来源,考查同学们准确运用化学知识解决实际问题的能力,一直是考察的热点。比如雾霾问题、食品安全问题、温室效应等问题,同学们要适当拓展自己的视野,和理论相结合,遇到此类问题时可以灵活应变。

历史: 返璞归真 查漏补缺

郑州外国语中学高级教师、历史教研组长罗葭建议,中考前几天,学生务必回归课本,做到“返璞归真”,注意“查漏补缺”。

首先,狠抓主干知识,做到无遗漏、无死角。注意近三年高频考点,适当关注热点及周年大事。如:今年是辛亥革命105周年,长征结束、西安事变和平解决80周年。其次,准备好开卷所需资料:六本课本、《说明与检测》及自己整理的知识结构总结资料。

最后,开卷考试有技巧,不同题型答题方法要清晰。选择题审题,题干要三看——一看时间、空间,界定答题范围;二看否定、肯定,确定答题方向;三看关键词,明确内涵外延”。被选项要三思,看每一个被选项是否符合历史史实,是否符合题干要求,是否与题干有必然的逻辑联系。

材料题的审题:审关键词、限定词——时间和空间的限定、答案来源的限定;审分值——量体裁衣,根据分值判断需要答几点,中考一般每点1分。材料题的答题要注意语言学科化、要点化、条理化、史论结合、论从史出、书写工整规范及卷面整洁。

郑州七中历史教师汪红提醒考生,考试的题目虽然来自书外,但考点都指向书内。只有全面掌握并理解课本知识,才能自如地应对千变万化的考题。临考前的几天里,应当仔细地把课本重新温习一遍,对于已熟悉的内容可以快速浏览,重点看平时常引起失分的知识点。

所带资料要精选,一般来说,带上六册书、《说明与检测》和一本自己熟悉的资料即可,过多的资料会增加不必要的负担,影响答题。考试时应坚持先易后难,先闭卷把会的题拿下,较难的题目再借助于查找资料来完成,以保证在限定时间内完成了自己力所能及的题目。特别提醒,当不明确该怎样答题时,先不要急于去翻资料,以免干扰审题,应冷静认真地再次审题,待题意理解后,再去查找资料。有时,题目所提供的材料已包含解题信息,只需要提取加工重组即可。

思想品德: 回归基础 注重细节

郑州外国语中学政治教研组长李艳萍说,最后阶段,思想品德学科复习要由做模拟题回归到基础知识、基础技能的复习。

课本共五本书,要注意构建知识框架,如果时间来不及,读说明与检测上册知识部分;为开卷准备的速查资料,要读重要的专题,即2016年1月到5月底特别是3、4月份的时政专题,不盲目相信资料上的答案,要思考、甄别、修改;复习曾经总结的题型及细节,例如:意义、目的、作业、危害、必要性、建议、中学生怎么做、辨析等。

各种题型的审题注意事项。例如:选择题。它是由材料和要求组成。对材料的阅读要整体把握,不能断章取义;对要求的审题要一个字都不能漏。例如:“关于创新与发展的关系,下列说法正确的是”A.创新是发展的第一动力,B创新是一个现代人应该具备的素质。单看两句话,都对,选哪个?如果我们认真审题,就会发现,题目是“关于创新与发展的关系”,毫无疑问,是A。

本报记者 赵文静