



2017中招直通车

距离中招考试还有最后一个月,很多学生已经进入备考状态。不过,在有限的时间里,到底该如何规划时间、如何合理规划复习?针对不同学科要采取不同的复习策略。近日,来自多所学校的教师为大家复习“出谋划策”,整理出各个学科的复习方法,帮助学生进行最后的冲刺,为中考加油助力。



名师支招 加分中考(一)

本报记者 苏立萌

语文

夯实基础 注重积累

支招教师:郑州八中 展志华

考前寄语:为了不辜负努力不负梦想,希望学生能化压力为动力,珍惜最后的复习时间,收获最美的果实。

眼看中考临近,语文成绩还有可能提高吗?其实是可以的。如果复习思路清晰,方法得当,成绩提高还是可以做到的。以下几点,考生们复习时需要格外注意。

基础复习 重在强化

把语文试卷上的几个板块比较来看,短期内最难突破的就是作文,而字音、字形、文学常识、古诗文背诵、文言文阅读和诗歌赏析等基础知识,只要肯下功夫,要突破就相对轻松。聪明的学生都会算一笔账:基础知识不失误,就相当于作文提高了一到两个档次。

不过要提醒的是,我省的字音字形题是有难度的,除了下大功夫强化记忆,还要注意记忆方法。比如根据字的意义或形声字的形旁辨别形似字,根据词语的结构判断字形等,巧妙识记能大大增强记忆的效果,提高做题能力。

学生复习诗歌时,往往只关注到背诵、默写、名句赏析的重点内容,却忽视了另一个很重要的环节——逐句说出诗歌大意,整体把握诗歌内容。古代诗词的考查主要有理解和赏析两个方面。对理解能力的考查有多种方法,如解说大意、描述画面、概括思想感情等,只有对诗词准确理解才能完成以上题目。同样的,大多考生复习文言文时,也要注意从口头上逐句翻译全篇。做这个工作也许要花上一点时间,但它会补上古诗文复习的一个大漏洞。

研究文章 合理刷题

从2014年开始,记叙文阅读的题目设置不像原来一样有规律可循,有套路可依了,于是有些同学盲目刷题。刷题是需要,但还要学会抓住现代文复习的根本:研究文章。要根据文章体裁特点,研究文章写了什么?是怎么写的?为什么这么写?为什么写这些?

看一看2014年的第9、10小题,2015年的第8、10题,2016年的10、11小题,这几个题目不正是这几个问题的具体化吗?题干要求变了,但考点却没有变化,同学们要善于把题干转化为考点。其他如图文转换等考点的突破也是一样。考生务必要静下心来对题目和答案的设置进行研究和分析——研究命题意图、考点设置,研究答题方向、思路和规律。

查漏补缺 突破难点

时间有限,每个同学都有自己的优势和薄弱环节,查漏补缺也是近期必须要做的工作。对做过的卷子认真分析,找到薄弱环节,重点突破,也是复习语文最有效的一种做法。当然,考场上也是讲究做题技巧的。比如认真审题;现代文阅读答题前要默读3遍;做阅读题要返回原文语言环境;答题要看分值、分角度、有层次等,所有这些都需要在复习过程中强化训练。

数学

精炼试题 弥补弱点

支招教师:郑州五十七中 刘晓

考前寄语:让过程更加完美,让结局不留遗憾。临近中考,广大考生要讲究学习方法,笑傲考场。

如何提高数学总复习的质量和效益,提高复习的有效性,始终是每位考生必须思考的问题。在复习中,建议考生从做题方式、强化基础着手。

小题专练防丢分

我们的复习战略是“会做的题不丢分”。对易错题、易忘题要反复做,做反复;从解题的书写格式,一定要做到书写规范;在解题步骤上,要做到叙述全面,条理清楚,论据充分,不跳步,力争在解题的表达和步骤上做到一分不丢。建议学生按照《河南省初中毕业生学业考试说明与检测(2017)》将考点全面梳理一遍,其中,重点要做好较易试题和中档试题,因为它们所占的总分达100分之多。从历届中考的分数统计来看,很多学生都是在较易题和中档题失分较多。因此强化基础题的训练,很有必要的。

应试能力重训练

建议学生要有选择地做题,并重视数学思想方法的归纳总结。在学校老师会进行专项训练和模拟试题训练,那么在家里可以有选择地做一些题目。我认为可以选择以下三类题做:第一类是初看还没有解题思路的;第二类是最近做错的;最后一类是自己以前做得比较慢的。这三类题往往是掌握得不太好的地方。做完后要及时总结自己的解题方法和经验,尤其是从数学思想方法上进行总结,如转化思想、数形结合思想、分类讨论思想、方程思想、整体思想、待定系数法、换元法、特殊值法等,收到举一反三的效果,对于一些偏难怪的用特别方法才能解出的题尽量不做。

学生在复习中要做好模拟试卷,训练应考能力,把握考试时间的合理分配。有的学生平时成绩很好,但考试时却失利,甚至会做的题都没时间去考,因此要加强考前的模拟训练来解决这些问题,平时要做好学校的模拟试卷,将每次的训练结果进行分析、比较,总结经验,既可以发现问题,查漏补缺,又可以提高自己的应试实战能力。

基础回顾抓弱点

大家还要关注题型的创新变化。河南省中考数学题一直遵循稳中有变原则,每年都会在一些题型上做适度变化,开放性、探究性的能考查学生能力的试题越来越受欢迎。在解决这些综合性题型时要做到:数形结合记心头,大题小作来转化,潜在条件不能忘,分类讨论要严密,方程函数是工具,计算推理要严谨,创新品质得提高。

另外,在复习中,学生还要做到回归课本,重视基础知识的复习。考前一周的复习要回归基础和教材,查漏补缺。复习的蓝本是你自己平时积累的错题档案、教材和第一轮复习用书。在复习过程中,要考查自己在哪个知识点容易出错,才能更有效地利用时间,提高成绩。千万不要盲从,要抓住自己复习重点,有针对性地按计划进行复习。制定严格的复习时间表,考试前适度紧张都是正常的,可以帮助大家正常甚至超常发挥。

英语

归纳反思 解题有道

支招教师:郑州十九中 张宇

考前寄语:仅剩的复习时间很短暂,但只要找对方法、勤于练习,就有可能实现大的跨越。希望每一位考生都坚持到底,考出满意的成绩。

对于英语学科的复习,考生不仅要加强阅读、听力训练,还要掌握复习策略、解题技巧,注意归纳和反思,这样才能在考试中得心应手。

梳理基础知识 加强阅读训练

在这最后阶段,回归课本也是必要的,每天看3~4个单元,主要是之前老师在第一轮复习中对课本基础知识进行的梳理。对课文中的reading也可进行朗读,保持语感。复习的重点是以词块为单位,关注语境和应用,带动阅读和写作能力的提升。

在最后中考英语120分的卷面上,完形、阅读和选词共占60分,可谓是“得阅读者,得天下”。因此,这段时间的阅读练习是必须的,建议每天练2篇有价值的完形和阅读,完形可以练情感类、说明类、科技类和议论类的,阅读则偏向推理、标题概括和细节题,同时,在阅读过程中,要重点提高总结提炼信息和推理判断的能力。

对于超纲生词方面,可以将文段分为新闻、人物、环境、物品介绍、建筑说明、运动等几类,用一个本子记下各类文段中常出现的超纲生词并进行记忆。

另外,复习中,大家要善于利用好真题和二模试卷,抓住单选的每一分。要把每一张卷子的单选中每一个题目背后所考的考点找出来,那些经常在试卷上出现的考点,很有可能继续出现。同时也可以发现自己常错的语法知识是哪一方面的,有的放矢进行针对性的练习。同时,还要重视所做试题选项中的高频词,尤其是名词、动词、固定短语。而对于《河南省初中毕业生学业考试说明与检测(2017)》前的必考词汇,要达到熟知词义、词性、形式变化和用法、组成的固定短语的标准。

归纳题型特点 掌握解题方法

对于中考试卷中个别题型的做题方法,学生也要熟练掌握。首先是听力考试,在听力开始前,考生们要先仔细审题,预测考点内容,然后带着预测去听材料就可以增加准确性。对时间、地点、人名这些信息,考生一定要养成边听边记的习惯,听的过程中,不要求对所有内容都理解,注意有效信息的简单速记和整合,注意相同信息的不同表达方式的积累。例如:There is something wrong with my computer可以换成My computer broke down。提升听力技能一定要做到天天足量训练,适当延时训练。

其次是单选题型的做法,可采用关键词法、排除法。比如在解题时一定要圈出关键词,对于排除法,考生在审题时可以将一些显而易见的错误选项排除,然后再比较剩下的选项,大大提高答题的正确率,同时在解答时还要注意具体语境的理解,实现万无一失。

最后,在书面表达题型面前,要牢记以下策略:先写对,再写好,注意连词,一定分层,书写规范,提分不少。写对,即要求注意审题,不能写错句子和单词;写好,即好的句式和句子,希望学生在最后的复习中能够熟记以上方法,为中考成绩加分。

心理

调整心态 从容应考

支招教师:郑州市第二十四中学 吴志伟

考前寄语:只有脚踏实地,专注于过程,专注于每一个细节,才能真正做到“手中无剑,心中有剑”,从容面对人生的第一大考。预祝考生取得理想的成绩。

中考,可以说是人生的第一大考,对此,很多考生感到情绪紧张,并有心理压力。但若过分紧张,不但不能考出好成绩,可能还会发挥失常,与梦想的目标失之交臂。如何使考生信心百倍,轻松应考呢?

端正心态 勇敢面对

中考的确重要,但不是唯一的机会。成绩好坏不是由中考这三天所决定的,所以,学生大可不必把命运的赌注全都押在中考上,一定要本着“一颗红心,两手准备”的平常心,从容地走向考场,勇敢地面对考试。中考时我们只要尽可能地发挥出平时的水平就算成功的,不要对考试期望过高,更不要盲目地希望超常发挥。

契合实际 正确复习

在这一个多月的时间里,同学们应该回归课本,夯实基础,根据知识体系查漏补缺。复习中应坚持“以问题为导向”的策略,针对自己的问题学科和学科问题制定不同的应对措施。不同程度的同学应根据自己的情况合理安排复习重点。切忌好高骛远,目标远大,脱离自己的水平实际。因为这样的目标只能成为自己的负担,并有可能带来无法完成的挫败感,直接影响复习心态。

劳逸结合 张弛有度

适度放松是为了更好地投入学习,也是提高学习效率的有效方法。面对每天紧张的学习任务,一定要利用课间做有效的放松活动,散步、听音乐、聊天、打羽毛球、乒乓球、踢毽球,都能使学生放松神经,放空大脑。这样一来,再坐下来学习时会感觉神清气爽,更易进入高效学习状态。当然,玩手机、打游戏这些不当的放松方式则会适得其反。

此外,临考前最好不要“开夜车”,保证休息,遵循自身的生理节律很重要。生物节律一旦打破,容易造成失眠或是极度亢奋,严重影响学习效率。

掌握方法 克服焦虑

考前焦虑是大多数学生都会遇到的问题,而产生焦虑的原因大多与动机强度有关。“耶克斯-多德森定律”表明,动机强度和工作效率之间的关系不是一种线性关系,而是倒U形曲线关系。中等强度的动机最有利于任务的完成。也就是说,动机强度处于中等水平时,工作效率最高,一旦动机强度超过了这个水平,对行为反而会产生一定的阻碍作用。如果学习的动机太强,急于求成,自然就会产生焦虑和紧张,从而干扰了记忆和思维活动的顺利进行,使学习效率降低。学习效率降低又会加剧焦虑和紧张,形成恶性循环。

克服焦虑和紧张除了适当降低动机强度之外,最有效的方法就是倾诉。不仅倾诉本身能够给学生带来很好的释放,倾诉过程中也会让考生的心理紧张得到缓解。在倾诉中,学生会发现面对中考,身边同学都会有不同程度的焦虑和紧张,这样,无形中就会有所释然。此外,考生还可以通过体育锻炼来缓解焦虑和紧张情绪。同时,学生还可以向心理老师寻求帮助,通过沙袋、沙盘、音乐按摩等方式放松。

家长尽责 做好后勤

在孩子的学习和备考期间,家长一般都能注意到膳食营养,但由于天气炎热、心情紧张,尽量少吃生冷、油腻的食物和海鲜,以防出现腹泻或消化不良,从而消耗体力。平时早餐可吃个香蕉,香蕉含有能帮人脑产生羟色胺的物质,可以缓解郁闷,使人的心情变得愉悦,增强记忆力;香蕉含有的微量元素硼,可以提高身体的免疫力,在身体劳累的时候吃香蕉可以迅速恢复体力。另外,牛奶对人体有镇静安神的作用,晚间临睡前可喝一杯牛奶安神促眠。

家长在保证孩子正常饮食、起居、卫生的前提下,要尽量给孩子创设一个宽松的学习氛围,切勿将自己的焦虑传给孩子,既不要总是唠叨或拿孩子与他人比较,也不要过度呵护让孩子有压力。