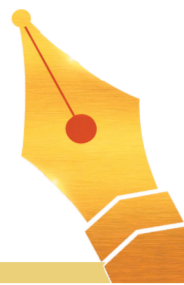


高考临近,在最后的冲刺阶段,考生如何科学备考才能有效地提高成绩?各学科冲刺复习有哪些要点和雷区?如何做好心理调适,以最好的状态迎接考试?针对这些考生和家长关注的热点问题,本报邀请我市部分学校的各科名师,为高三学子支招,为高考冲刺助力。



为梦想而战 为理想加油

——名师支招助力高考冲刺

本报记者 李杨 整理

数学

重温梳理 感悟提升

郑州市第二高级中学 冯丽娟

最后阶段的复习一定要从梳理基础知识、基本方法、基本题型中感悟提升,不要将过多的时间和精力花费在压轴难题上。高考试题体现基础性、综合性、应用性和创新性,80%的题目考查的是学科基本概念、基本原理、基本技能和思维方法。复习备考的重心要放在这80%的内容上,基础题和中档题尽量少犯错,不犯错,规范解答,稳中取胜。

教材是所有知识的母本,回归教材不是简单地翻看教材中的知识点,而是要通过梳理教材的知识建构和完善自己的知识体系,使知识结构化。所以,回归教材,就是要重温教材中重要知识内容的产生过程,重温教材中重点知识的问题情境,重温教材中的典型例题和习题,重温教材中的重点章节,重温高考重点知识的考查形式与教材知识的联系。

制订学习计划,列好知识清单,可以使每一天的复习扎实高效。同学们可以把自己对考点、题型、知识逐一筛查的结果列在一个笔记本上,把自己需要攻克的薄弱点、知识漏洞、需要抓的重点特别标注出来,形成自己的“复习清单”,进行清单式复习。可以规划好每一天的学习任务,每天争取突破一到两个点,做到有的放矢、重点突破、重点提升。这样,每天的复习都会很有获得感,同时,也是

积极的心理暗示。

刷题是每位同学每天的必备动作。怎么刷题?刷哪些题目复习更有效呢?老师的建议是刷高考题。高考题是最好的复习备考试题,高考题的稳定性、连续性、创新性以及高考热点、高频考点、轮换考点的规律性等都体现在高考试题中,值得我们反复研磨。建议同学们整套试卷计时完成和划分专题重点突破穿插进行,这样不仅可以体会整套试卷的设计特点,还可以体会某一知识点的考查规律,重点攻克。同时,同学们还要从高考真题的答题步骤、答案建构思路、答案表述等各方面规范自己解答问题的表述过程,使自己的解题过程少丢分、少犯错。

学之道在于“悟”,错题是自己最好的感悟提升学习资料。最后阶段应该怎样回看错题?看哪些错题呢?首先,结合自己的“复习清单”,针对要重点突破和提升的知识点进行错题回看。其次,错题回看不能就题看题,而应该从你要突破的知识点入手,回看同考点题目的考查角度、设问方式、出题形式等,分析自己思维的“卡点”,在同类型问题的对比思考中发现规律,形成思维模式,感悟突破方法。这里的思维“卡点”就是我们要突破的重点,建议反复回看,这样还可以帮助我们总结少丢分、少犯错的技巧。

物理

归纳方法 提取模型

郑州市第七高级中学 翟俊霞

复习至今,考生这段时间大多在做全真模拟训练,最初复习的很多细节知识和公式会出现一定的遗忘。因此,回归课本、填补模糊不清的知识漏洞很重要。回归教材的方式不是单纯地看书,而是重新梳理基础知识和基本的模型,归纳物理学史以及研究物理的基本方法,回顾教材上的演示实验和分组实验的流程。

物理考试的题型主要集中在选择题、实验探究题、计算题、二选一选考题形式。我们要总结各种题型中常用的解答方式。

选择题要做到稳、准、快。审题时要稳,要根据文字描述,准确创建物理情景或联想物理模型,勾画关键词和已知条件、四个选项涉及的问题范围,抓住选项所给的提示,灵活使用排除法、极限法、微元法、对比分析法等。实验题要注意按照完整实验操作流程,从实验目的、实验原理、实验仪器、实验操作、数据分析计算、误差来源及处理、实验结论使用和迁移几个方面入手。计算题的审题过程包括读取运动场景特点、掌握研究对象属性和运动过程来剖析题意;审题后,能看懂一个过程就写一个物理过程的关系式,看清一个状态就写一个状态的关系式,尽量多写你认为有用的公式。选考题要回归课本,通读教材,熟悉典型的物理模型及由此得出的二级结论,比如带电粒子在磁场运动的几何知识使用,以及滚动、缩放、平移的解题套路,电磁感应中“源、路、力、运、能、量”分析流程等。

与此同时,考生还要牢记一条主线、三大观点。一条主线指力和运动的关系问题,高中物理除过闭合电路欧姆定律这一部分的内容以外,其他部分都会涉及力。但凡涉及力,一定要正确选择研究对象,然后对研究对象受力分析,最后根据受力情况判断物体在不同阶段的运动情况。有了物体的运动情况,再根据三大观点列方程求解相关问题。

今年有许多社会热点事件都可以与物理考题挂钩。例如:冬奥会比赛项目和开幕式科技、北斗卫星系统、宇航员在空间站活动、神舟十三号飞船返回、防疫消杀器械使用等。考生要根据实际情景,明确模型,熟知模型的构建意图;明确问题的处理方法,掌握应用条件的条件。

审题要做到一边读题标记关键词,一边画图,之后针对不同阶段选择对应的规律列方程求解。列方程时要做到:一要明确对谁、在什么过程(或什么状态)、用到什么规律;二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;三要依次求解或联立求解,而不要写连等式或综合式子。要做到会做的题得满分,难题尽量得分。

(下转十版)

语文

明确方向 稳扎稳打

郑州市第十九高级中学 潘新宇

作文是这一时期备考的重点。作文素材的积累不仅包括人物事件,更应该包括观点认识。高考作文强调对思辨表达的考查,但是很多同学写作文只会用死记硬背的几个名句凑字数,逻辑混乱、观点不清。建议同学们多读一些时评文章,学习作者评说的立场、观点、方法,也可以读一些主流媒体对热点事件进行报道的文章,先想想这件事自己怎么评价,然后再看文章后面的评论。在增加“读”的密度的基础上,保持“写”的熟练度,保证每周写一篇完整作文,两三篇提纲,注意要尽可能全面地覆盖多个话题、多种形式。

古诗文是保证语文成绩稳定的大后方,所以这一块要尽可能地多练,尤其是文言实词,就像记英语单词一样,必须保证足够的量,才能达到质的飞跃。不管文言文还是古诗,一定要静下心来,逐字逐句阅读,力求甚解。每做完一篇,对过答案后,要尽可能对照译文,疏通文句意思,标注自己不理解词语。古诗词的理解要在掌握相当量的文言实词、虚词、句式基础上,了解诗词创作各种时空错综、婉曲抒情的手法,能对诗词做到整体感知和细节精解并重,拿下这9分就不是难事。同学要静下心来,一篇一篇地通读近年高考真题,力争字字落实的理解,就会有质的突破。

语言表达板块的衔接、补句子与论述类文本阅读及实用类文本阅读板块虽然考题形式不同,但内里逻辑相通,都需要静下心来对文本进行梳理分析,从核心话题到文脉层次、段落安排、句间关系、词语呼应等,都要一一理清理顺,从而准确筛选、精炼整合、准确表达,重在结合具体的语境来发现问题、解决问题。这几个板块,需要综合运用多种语言规律,最常用到的是段落层次的划分和句子成分的分析两种方法。

文学类文本阅读是在较高能力层级上的考查,需要有广泛阅读和较高社会认知水平、丰富情感体验的支撑,不易在短期突破,同学们可以集中时间做一做近年来的相关真题,建构有关环境、情节、人物、主题、句段作用等方面比较完备的知识体系,保证拿到基础分。同时,要注意主观题的书写,保证字迹清晰,尤其要思路清晰、分条分点作答。

最后,要特别强调书写。没有整洁的书写,语文学习的所有努力可能都会化为泡影,静下心来练字,对各门学科都有裨益,同时,也能消除复习最后时期的焦虑浮躁。

知彼知己 简练沉思

郑州国师实验高中 韩贵武

高考在即,我们首先要对近几年的高考试卷进行回顾和梳理。这个梳理其实耗时不多,但十分重要,完成了这一步,你心中就有了底,明白了高考考什么,在复习备考过程中就能少走弯路。在此基础上,考生可以根据考查的内容,列出每种题型的答题思路,形成思路套路,编织自己的知识网络。

知彼知己,方能百战不殆。“彼”是指课程标准和历年高考题,“己”就是自己的学习情况,看看自己掌握了哪些,哪些还有缺陷,哪些要重点复习、重点训练。从历年答题得分的普遍情况来看,高考语文区分度较大的有:文学类文本阅读的8、9题,文言文翻译的13题,诗歌鉴赏的15题。解答这类题目,需要知识充分活跃,思路非常清晰。因为只有知识联系起来,才能活跃;思路清晰,才能答得明白。

“知彼知己”后,就该真枪实弹地干了。怎么干?我觉得还是要下一点苦功夫。现在距离高考时间有限,如果能有计划地充分利用,完全可以超越自我。找到自己的缺陷,就要下功夫了,该记的记,该练的练,该写的写,这是个死功夫,是别人无法代替的。比如古文这一块,古代的作家作品文体等常识,要按朝代、体裁、作者,由整体到局部,结合课文,认真仔细地复习。考试内容不会超出这个范围。即便是高考翻译题,虽然考在课外,出现的重要实词在课本中也能找到。不要小看这一分两分,这些看似零星的知识会转化为能力,使你在回答大题目时豁然开朗。

最后就是“简练沉思”。简练,就是要操练,但不必多,不要沉入题海。题目是要做的,但要紧的是有效。“沉思”很重要。在做的过程中要善于思考、迁移,举一反三。比如作文,历年考试的内容大致以材料作文为主,命题把握时代脉搏,紧贴时代精神,落实立德树人根本任务,加强应用写作能力考查,引导当代青年坚定理想信念,厚植爱国情怀,拓宽国际视野,培养奋斗精神。在准备时可以把每一个问题与自己的生活学习思想实际联系起来,分门别类准备材料,思考观点。

“简练”的目的是让考生不把时间编排得满满,“练”而不“简”,太满了,反而不能发挥应有的水平,不能腾出时间精力进行“沉思”。“沉思”太重要了,只有深入思考,才能最终决胜考场。我建议,即使在最忙的时刻,也不要忘了稍稍翻翻报纸杂志,使自己的脑子处于“活水”状态,有利于临场发挥。

英语

夯实基础 强化阅读

郑州市第十二中学 张学工

高考复习进入最后的冲刺阶段,指导思想和策略也要进行适当调整,要依托大量的综合模拟训练,配合专项突破,力争应考能力和心理调节能力达到最佳状态。

切忌只重视做题技巧,轻视词汇积累。不仅要注重基础知识和考纲词汇的查缺补漏,强化记忆,还要加强梳理,灵活运用。三会单词和四会单词要分层记忆,单词本要随身携带,学会利用零散时间温故知新。

阅读材料要选一些词汇丰富、突显西方文化背景、鲜活而具有时效性的文章,在扩充词汇量的同时,增加对西方文化背景、风土人情、生活方式以及天文地理、文化艺术、医疗科技和军事武器的了解,既开阔视野,又提高阅读兴趣。尤其重要的一点是阅读时不能仅聚焦于文章后面的几道题,阅读材料只是温故知新的依托。学到知识,以不变应万变才

是硬道理。另外,后期阅读仍然要注意长难句的分析,不放过任何一个疑点,考试时方能做到运筹帷幄、成竹在胸。

在一轮二轮构建基本知识网络、复习语法模块的基础之上,三轮后期应继续关注语法知识的夯实和解题能力的培养,在综合模拟训练的同时,利用小块时间对语法填空和改错两个题型进行强化训练,提高应试能力和答题速度,才能在考试时更准确灵活地运用语言基础知识。

写作方面,要进行规范化写作训练,根据话题的提示方式对各个类型的写作体裁进行专项训练,提高审题能力、语篇布局能力、遣词造句能力。一篇好的作文不仅需要立意明确、结构严谨、语言通顺、首尾呼应,还要注意使用适当的连接词使行文流畅,使用高端词汇和句式突出亮点。

郑州市第十一中学 “求有知健体 达喻事明理”



- ◆学校地址:郑州经济技术开发区朝凤路11号
- ◆联系电话:0371-66787309 0371-66777562
0371-66777862 0371-66777561(国际部)
- ◆公交线路:航海体育场站(35路、129路、86路、B17路)
朝凤路航海路站(727路、165路)
经南五路商英街站(263路、46路)
- ◆地铁路线:地铁5号线中原福塔站A出口向南步行300米路东
- ◆学校网址: <http://www.zz11z.com>

