

掌握答题策略和解题技巧

新安县第一高级中学 王正伟

6月悄然来临,高考迫在眉睫。“得综合者得天下”,理综学科的重要性不言而喻。对于理综学科,广大考生应该怎样有效地利用最后的宝贵时间复习备考,并在考试中发挥出应有的水平呢?根据多年的教学经验,我就考前准备工作和理综答题策略、解题技巧,谈谈自己的看法。



王正伟

考前准备

一、科学复习

时间非常宝贵,这就要求我们掌握正确的方法,提高复习的效率。

1.请教老师:因为老师经历高考比较多,对高考有更深入的认识,他们有更多的经验和更好的方法。考生应该多向老师请教,如果没有特殊情况,尽量听从老师的建议、安排。

2.知识梳理:高考前的几天时间,可将理综三学科的常考点、必考点、易混点在头脑中梳理一遍,理清知识体系,切勿放松对基础知识的总结。

3.适量做题:为了保持状态,考前还要做适量的套题。题要少而精,不搞题海战术,切忌做一些较难的习题,以防干扰思路。

二、自我减压

多数考生考前会有心理压力,甚至情绪出现较大的波动,这都是正常现象,我们应学会自我调整。通常的做法是通过积极的自我想象,回忆过去的成功经验,以唤起自己的良好情绪。考生出现紧张情绪时,可采取深呼吸的方法,放松全身肌肉。临考前的这几天,考生每天默念几遍“我是最棒的”、“我一定能成功”等具有积极自我暗示作用的话语,抬头挺胸地走路以增强自信心。学习之余,考生可进行其他活动加以调节,如散步、慢跑等,但不要过于剧烈,以免使体能过度消耗,也可以听听节奏舒缓的轻音乐,这都有助于缓解紧张的情绪。

三、调整作息

考前这几天考生适当练习,使大脑的兴奋点与考试时间同步,争取在上午9:00~11:30,下午3:00~5:00达到最佳状态。养成好的作息习惯,早睡早起,保持平常心,顺其自然。

四、增强营养

考生考前要合理饮食、加强营养,及时补充体能,提高大脑的工作效率。注意一定要保证食品的卫生,饮食要清淡、鲜美,选用富含维生素、高蛋白的食物。

答题策略和解题技巧

一、理科综合能力测试的答题策略

1. 高考理科综合能力测试的特点
 高考理科综合能力测试与其他高考科目相比,具有两大特点:

第一,时间紧、分值高。150分钟,总分300分。

第二,学科间的转换与答题顺序的选择。考生在答理综试题过程中,既面临着物理、化学、生物三个学科知识的转换,同时还面临着答题顺序的选择。

2. 高考理科综合能力测试的答题策略
 根据理科综合能力测试的特点,提出下列答题策略:

第一,高考理综试卷到手后,要不要看一遍,因人而异,有的人可以“通览”一遍,而有的人可以采用“眼不见心不乱”策略,看一题做一题。两种方法无所谓对错。

第二,确定学科的答题顺序。虽然理综试卷中,按选择题“生、化、物”、非选择题“物、化、生”的顺序排定,但答题时,考生未必按此顺序进行。考生可以根据自己平时哪个学科学得扎实一些、实力更强一些或试题中哪个学科的题目更容易一些,本着“先易后难”的原则来确定学科的答题顺序。

第三,答题要求两慢一快,审题要慢,分析要慢,形成解题思路,解题要快。

第四,理综试题的时间分配非常重要。“高考与其说是考能力,不如说是考时间”。对于某些考生,要敢于舍弃一部分题目,要“动笔就有分,有效答题”。提高答题效率,合理分配时间,是理综考试成败的关键,按照分值时间安排大概是物理60分钟,化学45分钟,生物35分钟,留10分钟检查。

二、理科综合能力测试的答题技巧

1. 仔细审题

(1)首先要抓关键词,有必要把关键词写在草稿纸上;

(2)要注意专业术语、图形、图表;

(3)要注意数据、单位、有效数字,排除无效信息,把握有效信息。

2. 理清思路

将有效信息与所学的基础知识联系起来,找出解题的突破口。如解遗传题,在审题时,把题目给的已知条件写在草稿纸上;在思考时,找出已知条件,挖掘出“隐藏”的条件,根据所学知识,理清解题思路。

3. 规范书写

所谓规范书写就是根据上面得到的解题思路用语言表达出来,规范书写要做到:

(1)用学科专业术语表达:物理、化学和生物都有各自的学科语言,平时,考生在老师的指导下,形成了学科意识,形成了各学科的科学合理的答题习惯。因此,在高考中,不要用大白话来答题,要用本学科的专业术语和规范的表达方式、格式来组织答案,如遗传图解的格式,就是去年高考生

物题的一种表达要求。

(2)如果一个答案,不是一句话能表达的,要先列一个“小提纲”,确定先说什么,后说什么。要求层次分明,答案完整,不能说半句话,能准确的一定准确,自己没有把握的,适当答含糊一点。

(3)规范书写还要做到文笔流畅,合乎中文语法,一定要消灭病句和错别字,特别是专业名词和概念,写错别字是绝不会得分的。

4. 尽力作答

这里的尽力作答是指不要轻易放弃作答的机会,这与前面说的“敢于放弃”并不矛盾。前面的放弃是战略的放弃,这里的尽力作答是战术上的。有些时候,自己列一下关系,写一下公式、化学方程式说不定就能发现解决问题的途径和方法,不要只看不动手,更不要产生为难情绪,放弃自己可能会做的题。

教育部考试中心的专家曾说过一句话:“高考试题难点分散,各题中都有亮点。”这句话的意思就是,再难的题,也不是“一棒子打死”,只是最后一两问较难,前面的问题一般是能得分的。所以,考生要尽力作答。

5. 心态平稳

(1)遇难题,心不慌。有的考生一遇到难题心就发慌,以为别的同学会做,而自己不会做(其实大多数同学也不会做)。由于情绪紧张,本应得分却没得。所以,这时考生拥有平稳心态非常重要。

(2)心态不平稳还表现在对平时学的知识产生“怀疑”,如:有的同学刚开始考试时,心态正常,本来选择题做对了,但是,后来由于心态不平稳,在考试快结束时又改错了。所以,有许多考生,平时成绩很好,但因高考紧张难以正常发挥自己的水平。

(3)在高考考场上,要善于有意识调整自己的心态,要从容、镇定,排除一切杂念。

十年辛苦圆一梦,一朝亮剑定成功。高考是智力知识的大比拼,也是非智力因素的一场角逐。群雄逐鹿勇者得胜,蟾宫折桂智者当先。希望高三学子做好准备,掌握答题技巧,充分发挥自己的潜能。衷心地祝愿同学们:勇创佳绩,梦想成真!

中小學生个性化签约辅导服务

——帮助您的孩子考入理想的中学和大学

课外辅导品牌“学吧教育”,2006年首倡个性化辅导,校区遍布全国各地,成功服务中小學生4年,帮助众多学生解决了学习问题,提高了成绩,使他们考入了理想的中学和大学。

“学吧”采用优秀教师一对一辅导(可上门),专业从事小学、初中、高中各年级同步辅导,毕业班考生冲刺,艺术生文化课补习及周末、平时的托管、陪读。备有专用教案,把握重点,节省时间,保证辅导效果。服务覆盖洛阳地区,无论路程远近都

能进行辅导。

经过历届中考、高考的检验,“学吧”拥有许多成功的经验,在“学吧”单科提高20分、总分提高80分的学生不胜枚举。

“学吧”还与家长签订辅导协议,明确辅导目标,不达标按协议退还服务费!针对不同学生,“学吧”设立辅导方向如下:

学生类型:全力冲刺型、全面提高型、基础辅导型;中考辅导方向:省级示范中学、市级示

范中学、优质中学;高考辅导方向:国家重点大学、一类本科、二类本科。另有小升初签约冲刺“二外”。

您如果带孩子来“学吧”,我们会通过免费咨询测评,找出孩子在学习上的问题,有针对性地制订辅导方案,让孩子迅速提高成绩。

咨询热线:(0379)62208091 62208092

洛阳分校:中州中路数码大厦B座809室

青年宫校区:中州东路金苹果商务中心4层