



导读

D02

网友看学校

洛浦路小学: 幸福校园 放飞梦想

D03

班主任

细致入微 践行养成教育

D04

新高考

高考数学: 掌握策略稳扎稳打

D06

作文秀

有趣的婚礼 读书风波

D08

父母经

孩子被同伴欺负时

三练: 寻求高考前的最后突破

□ 见习记者 马文双

5月12日、13日,我市高三学生即将迎来三练考试。作为高考前的最后一次大练兵,这次考试旨在提升考生信心,寻找成绩提升空间——

一练、二练被喻为行进中的考试,而三练是在复习基本结束的情况下进行的,三练结束后,考生是不是就此定型了?当然不是。它向莘莘学子传递的是怎样的信号?教师们认为,三练后,考生成绩仍有提升的空间。

那么,三练结束后,考生该怎样调整复习方法,做好最后的冲刺准备?

提升信心 寻求突破

“三练试题一般会增加新的题型及信息,特别是二练中没有考到的知识点。”洛阳理工高考实验学校特级教师常明光说,三练也是高考前对考生心理承受能力的检验。

市二中高三年级主任李保国说,通过往年经验来看,三练试题的难度相对二练会有所降低,主要是为了让考生对高考充满信心。

其实,三练成绩无论好还是坏,对考生来说,都是很宝贵的经验:可以及时发现漏洞,查漏补缺,寻求高考前的最后突破。

“考得好,可以提升考生的信心,但不要因此失去危机感。”洛阳理工高考实验学校高级教师王宏钊说,有的考生甚至期待问题的出现,这样才能时常警醒自己,确保高考时能够清醒面对。

“三练考得这么差,马上就要参加高考了,我可怎么办啊?我是不是二本学校都考不上了?”市二中教师别红梅说,去年三练过后,一名很优秀的考生曾向她这样哭诉。

别红梅建议,考得不好的考生,不要急于否定自己。高考的知识量基本是一个常数,每次考试发现的问题越多,解决的问题越多,剩下的问题就越少。高考前发现问题,是值得庆幸的事情。哪科考得不好,就去找任课教师,及时找出问题,明确方向,有针对性地纠正复习方法,时间还来得及,突破也不是问题。

题海无涯 回归课本

很多教师反映,不少考生在最后攻坚阶段,容易陷入题海战术,忽视基础知识。做题只是备考的一部分,习题并不能涵盖所有的知识点。王宏钊说:“在高考中,基础题加中档题占80%左右,只有回归课本,把握好基础知识,才能立于不败之地。”

曾经有一名考生,在三次大练习中,分数从未达到二本线。但是,在三练结束后,他开始减少习题量,每天拿出大部分时间看课本。最终,他的高考成绩超出二本线25分。

三练结束后,时间毕竟有限,复习很难做到面面俱到,此时应主要针对前段时间复习不到位、易遗忘的重要知识点复习。

市二中教师孙英伟举例说,有的考生人文地理学得很好,而自然地理部分较差,那么在复习时,就可以将重点放在自然地理部分。

“知识就像建筑材料,只有将其组合成结构,价值才会更大。”王宏钊说,经过前段时间的复习,考生此时应将知识及方法系统化、明晰化,把书变薄,让知识在头脑中形成网络,善于将题目与头脑中的知识对号入座。

重视基础知识,并不代表不做题,考生还要做一些具有代表性的试题,保持或提高做题的速度和准确度。

一个选择题分值5分,耗时40分钟,最终二卷只得28分(满分90分),这件事情就发生在一名平时成绩很优秀的考生身上。很多优秀

考生,过于追求完美,不懂得放弃。

最后这段时间,还应训练答题技巧。对考生来说比较难或耗时间的题,特别是一看就没有思路的题,要大胆地放弃,先做会做的。

举一反三 不懂就问

很多考生都有错题本、优题簿。常明光建议考生,尽量回顾错题、优题,巩固答题的方法、技巧,注意归类。这样可以避免旧错重演,并做到举一反三。

有的考生不习惯向教师问问题,常常是自己琢磨半天也没结果,如今时间紧迫,还应多向教师请教。

往年就曾出现过很多这样的考生:平时很少问问题,但是在最后这段时间,只要有问题就向教师请教,不停地解决问题,从量变到质变,最终取得好成绩。其中就有平时成绩不是特别突出的考生,考上了中国人民大学。

调整心态 正确休息

三练后,考生最容易出现两种心态,一种是学习好的考生,期望值很高,担心自己考不好,进而焦虑;还有一种是中等考生,大量做题之后,总是感觉信息匮乏,时间紧迫。

越是临近高考,考生越要淡定,要有大将风度。孙英伟建议考生多与教师沟通,学会倾诉,并找到好的复习方法,压力自然就减轻了。

夜战、午休时间不得当,是很多考生的通病。从现在起,考生吃午饭时,应将生物钟调整到与高考同步。

除了不开夜车,还要调整午休时间。吃过午饭后学习一会儿再睡觉,是很多考生的习惯,但是往往学习时间过长,以致下午3点左右不能保证大脑清醒。李保国建议,考生吃完饭后,最多看半小时书,然后休息到下午2点,下午2点30分就应调整到兴奋状态。



航达教育 logo and address: 地址:涧西区安徽路万国银座B座508 电话:65263399 15236205755