

态度决定成败

□记者 李书平 文/图



考生档案

姓名:赵云龙
毕业学校:洛一高
班主任:孟庆兵
高考成绩:总分(理科)668分,学校理科“状元”

在老师和同学们的眼里,赵云龙是一个非常自律的人。也许是学理科的缘故,他对什么事情都善于“精打细算”,尤

其是在学习上,什么时候学什么,他心里一清二楚。他说:“其实,学习是一种态度问题,态度决定成败。”

课堂上静心听讲

作为今年洛一高的理科“状元”,赵云龙很谦虚。他说:“在学习上我并没有什么秘诀可谈,但高中三年,我的学习态度很端正,知道自己什么时候该学什么。”比如学生的很多知识都是靠老师传授的,所以上课时一定要认真听讲。

他的班主任老师孟庆兵介绍,赵云龙是课堂上最爱发言的一个学生。他不但能跟着老师的思路去思考问题,而且

对自己不懂的问题,会及时向老师提出来,直到弄懂为止。

“当然,认真听课只是一个方面,更重要的是每节课都要把老师讲的重点、难点记下来。”赵云龙说,做好课堂笔记,有两方面的好处,一是可以节约时间,消除了复习时每课必读的弊端;二是复习时可以把老师讲的难点和重点串起来,这不但容易掌握每一个知识点,而且复习起来既方便又有系统性。

自习时多做习题

在赵云龙的记忆里,课后多做练习题,也是他考出好成绩的又一“利器”。

他说,高中三年,他至少做过6套“五三试题”(五年高考三年模拟)和王后雄教材解析。他总结说:“在这些练习题里面,都有大量不同的题型。多做习题,不但可以提高自己的思维能力,更为重要的是习题做多了,就会形成一种思维‘惯性’,以后再看到类似的题,很容易就能解出来。”所以从高一开始,他每年至

少要做两套这样的习题。正是掌握了大量不同的习题类型,让在他高考中得心应手。

当然,多做习题并不是说要把自己训练成一台“做题的机器”,而是要在做题中学会思考和总结。就数学题而言,虽然题型有成百上千甚至上万种,但不管是什么题,它都“万变不离其宗”,都有规律可循,只要能找到解题规律,再难的题,解起来都会很容易。

学会自我减压

对高中生而言,三年时光,短暂而又紧张。所以能在紧张的学习中学会自我减压,就显得尤为重要。

赵云龙说,从走进洛一高的那一天起,他就像一个陀螺,每天都在高速运转。“不过,人的精力总是有限的,如果你不知道如何调节自己,或者你不知道怎样给自己减压,时间长了,肯定会出问题。”所以在学习之余,他也很会调节自己,比如养成良好的作息习

惯,每天6点准时起床,夜里12点准时休息,起床后或休息时他会听音乐让自己放松。

此外,他还是一个铁杆的篮球和足球迷,除自己坚持每周打两次篮球和踢足球外,还坚持看篮球赛和足球赛,“当然,有时学习实在太累了,我也会‘摆弄’一会儿手机,看一会儿自己喜欢的娱乐节目,以此来调节高速运转的大脑”。赵云龙说。

高分考生

完胜理综有诀窍

□记者 赵夏楠 文/图



考生档案

姓名:方灿
毕业学校:东方高级中学
班主任:史雅丽
高考成绩:606分(理科),理综264分,学校理综“状元”

专题逐个突破 建立知识框架

与方灿一起走在校园里,时不时就有老师和同学询问他高考的理综分数,从大家对方灿的称赞中足可以看出,他平时对于理综的学习很有门道。

方灿提到,物理、化学、生物三科的复习有不少相似之处。在复习阶段,方灿采用了专题突破的方法来复习,这样可以有针对性地找出自己各科的薄弱环节;以专题形式来复习还能在头脑中建立相应的知识框架,将

繁琐的知识融会贯通。

方灿说,对于成绩比较好,想要在理综的大题上多拿分的同学,他建议在时间允许的情况下,看一些自主招生、其他省市试卷中的大题,这些大题往往出题形式比较新颖,把常见的知识点经过“包装”再拿出来。看了这些大题后,思路就能被打开,可以避免出现明明知识点掌握得很牢固,可是换了一种形式出题后又不知道如何下手的窘境。

熟练掌握技巧 提高答题速度

理综试卷题量大、时间紧,为了能够在有限的时间内,尽可能地将考题答完,方灿也经过了一番练习。

“选择题总共有21道题,每道题的分值较高,选择题做完之后很少有时间会回头检查,这就必须做到答题又快又准。”方灿说,在平时练习过程中,他规定自己在30分钟至35分钟将21道选择题做完,如果题较难,做

题时间也不能超过50分钟。

方灿做选择题时会运用以下三种技巧来提高速度:一是从选项中倒推题目中的条件,如果出现排斥的情况,就是错误选项;二是在题目中找寻有用信息,不要被一些叙述性的文字干扰思路;三是计算性的题目不用把答案全都算出来,可以从所给的选项中进行排除。

总结学习套路 完胜物理、化学、生物

物理是方灿理综里面最喜欢的一科。方灿提到,学习物理一定要培养兴趣,从生活中体会物理原理。例如,在物理考题中常出现的斜面运动、电路问题等,都会与不少生活中的现象相结合,在生活中要多观察,还可以自己模拟物理场景进行实验,不能只是凭空想象。

在物理解题过程中,可以多采用等效替代、控制变量等方法来解题,有时数学中常用的解三角函数的方法也会用在物理的解题中。

方灿说,生物是理综里相对

偏文科性的科目,考试的内容有60%至70%来自课本,除了重点概念、知识点要背会以外,他会利用闲暇时间熟读书本,这样有时遇到不会的填空题,往往可以凭借语感答对。

在化学的学习中,方灿最常用的方法就是总结易错点,熟记各元素的特征。尤其是对相近元素特征的异同点要熟练掌握,因为实验题若一开始确定元素出现错误,就很可能出现整道题失分的“惨痛”局面。