

高中·学生

弱科成绩提高了,强科却又下去了,如果你遇到这种现象,可能是基础没打牢
按下葫芦浮起瓢 提分为啥这么难

□见习记者 刘敏

很多学生都会有优势科目和弱势科目,想决胜高考,就要补好弱科。最近,我市一名高三学生很苦恼,他补弱科的过程就像在玩“按下葫芦浮起瓢”的游戏:弱科提高了30多分,强科却下降了50多分,咋回事?

案例 弱科补上来 强科大跳水

小杰是我市一名高三学生。刚升入高三时,他的语文、数学成绩较好,基本能考120分以上,物理、化学相对较弱。

一练考试结束后,小杰开始补弱科。最近几次考试,他的物理、化学成绩确实提高了,语文、数学成绩却下降了。就拿二练考试来说,他的物理、化学成绩总共提高了30多分,语文、数学成绩却下降了50多分。眼看离高考越来越远,小杰十分焦虑。

这样的情况,其实不少见。最近,师院附中高三(3)班的几名同学,找到班主任魏学丽倾诉烦恼。

分析 你的强科 也许不是真强

在分析问题前,市三中高三(14)班班主任张付西认为应该先理清两个问题:如何判断弱科进步、强科退步,以及什么才是强科。

张付西说,对于弱科和强科,要着重看排名,而不是看分数。因为每次考试的难易程度不同,分数不具有很强的可比性。

那么,什么才是强科呢?张付西认为,高中学习分三重境

界:第一重,熟悉课本上的基本公式、概念;第二重,能灵活运用课本知识解题;第三重,在学习过程中经过顿悟,对相关学科有了透彻理解。

“真正的强科,应达到第三重境界,这样才不会出现大幅波动。”他说,有些同学的强科并不是真的强,所以才会出现“按下葫芦浮起瓢”的现象。

对策 找个好伙伴 助你弱科变强科

魏学丽和张付西分析,“按下葫芦浮起瓢”的原因一般有三个:学习时间分配不合理、基础不扎实、心理压力过大。什么才是补弱科的正确方式?他们有如下建议:

●高一、高二学生

错题本越早准备越好。高中入学后,经过两次考试,学生对自己的强科、弱科就会有一个大致的判断,这时候就要开始补弱科了。

如何补?第一,在平时练习中,遇到不会的、做错的题,要及时记在错题本上,对于弱科,尤其如此,错题本将是你补弱科的最好资料。第二,寻找学习伙伴,自己哪一科弱,就主动与该科强的同学结成对子,互相帮助,取长补短。从经验看,效果不错。

●高三学生

既要学,也要思。高三学习任务重,想在补弱科的同时保住强科,尤其要注意这些问题。

第一,利用好碎片时间,不要因急功近利而在一段时间内只学弱科,可以在保证其他科目学习时间的情况下,多利用碎片时间补弱科。比如,语文差的学生,可在早读前抽出10分钟背必考古诗词,在课间多看试卷。

第二,学思结合。“思”即总结、归纳,高考题十分灵活,考查学生运用课本知识解决问题的能力,学思结合才能攻克难关。

第三,学会减压。高三学生一定要学会缓解压力,找人倾诉、运动等都是不错的减压方式。

答疑解惑

买了押题神卷 能否成功逆袭

□记者 王晓丹

高三学生家长:最近,孩子的同学在网上买了很多高考押题卷,这些卷子真那么神吗?

市招办普招科科长高冰南:到了高考复习冲刺阶段,一些家长和考生把精力放到了所谓“押题卷”上,说明他们对高考仍存侥幸心理。

目前,网上确实有不少打着押题、猜题噱头而大卖的卷子。考生把这些当作平时的模拟题进行练习是可以的,但千万不要依赖“押题卷”。

高考试卷属于绝密级,一旦泄题就会触犯法律。这些押题卷的出题者可能根据猜想推断题目,也可能是根据往年高考的出题方向来作判断,但都没有确切的依据。

高考考查的大部分内容是基础知识,不管试题难度如何,考生都应扎扎实实地把基础知识复习好。在最后冲刺阶段,应该按照学校的安排走,踏踏实实地根据自己的实际情况查漏补缺,不要存在侥幸心理,要保持平和心态及合理的作息。

你有问题我来答,快加入洛报教育高中群(QQ群号:521345851)讨论吧。

学姐支招

我能想到最后悔的事 就是高一时常常逃课

□见习记者 刘敏

学姐档案:陈伊凡,毕业于洛阳一高,2015年以647分的成绩考入同济大学。

高中阶段,我在全年级的排名,从高一时的五六百名到高二文理分科后的三四百名,再到高考时的第八名,一直保持着上升趋势。我的秘诀就是刷题。

我相信熟能生巧。很多同学高三才开始做的《五年高考 三年模拟》,我在高二时就利用假期做完了。整个高三,除了老师发的卷子,我还买了《金考卷》。很多人批判题海战术,但我觉得真正该批判的是盲目刷题。刷题不是为了求数量、求心理安慰,而是为了学习解题技巧,找出自己知识体系的薄弱环节。

做完一套题后,自己不会的、做错的题,我会请教老师和同学,然后记在错题本上,经常翻看。

回忆高中生活,我最后悔的事是高一时常常逃课。可能因为刚进入高中,心态有点儿放松,白天容易犯困,所以我常逃课。遇到早晚自习、计算机课、体育课等,我就会到宿舍睡觉或者干点儿别的。

高二时,我开始努力学习,也没再逃过课。有时,我会想如果从高一就开始努力,也许我高考能考得更好,毕竟高一是打基础阶段,基础不牢,地动山摇。

升入高中后,学生普遍反映数学难,航天员陈冬曾经的班主任提醒——
高一数学太难? 也许是你太放松!

□记者 王晓丹

上初三时,孩子的数学成绩挺好的;升入高一后,却只能在及格线上下徘徊。最近,家长张女士为孩子的数学成绩苦恼不已:是高一数学太难,还是孩子没掌握住学习方法?

“其实,这是很多高一学生的困惑。”航天员陈冬曾经的班主任、数学老师姚志强说。

分析 高一数学 难在哪里

“学生进入高一后,普遍认为数学难。”姚志强说,如不及时补救,会导致部分学生对数学学习失去兴趣和信心。

与初中相比,高中数学要求掌握的知识点更多,教学进度更快,难度也更大。以乘法公式为例,初中要求掌握三个就可以了,高中常用的则有八个。

初中时,学生一学期学一本书,有充分的时间听课、练习、纠错;到了高中,一学期要学两本书,进度快、难度大。

此外,高一学生经过初三一年

的拼搏,心理上会有所放松。多数高一老师,又是从高三下来的,他们会认为高一的知识简单,因此讲得比较快。

建议 升入高中 别太放松

那么,如何学好高一数学呢?姚志强建议学生这样做:

●预习不要光看课本。学生都知道预习的重要性,但仅看课本、背题是没用的,预习一定要抓本质,比如函数的本质就是图像。预习时,学生可以学习各种函数图像的画法,特别是未知函数图像的画法。

●高一别太放松。一些通过中考前突击提分的学生,上了高一容易放松,这种放松状态要不得。整个高中三年,没有一年的学习是简单的。大家一定要把初三努力学习的状态,变成高中三年常态化、习惯化的学习状态。

●初中内容没必要补。数学基础较弱的同学,不用补初中内容,要把重点放在高中数学学习上,可以多练一些解方程、解方程组、因式分解题。另外,课后要会总结和分析,遇到难点多思考,也要加强与同学、老师的沟通、交流。



(资料图片)