

英语

寿光一中教师张月华 合理规划每日复习任务

□本报记者 赵春晖 整理

高考英语备考进入收尾提分的关键阶段。寿光一中高三大备课组长、英语教师张月华认为,考前冲刺期,切忌盲目刷新题、钻难题、啃偏题,高效备考的核心在于回归高考真题、稳住答题手感、夯实核心基础、规范做题节奏。

词汇复习摒弃大范围无目的泛背,精准聚焦真题高频核心词、高考必考熟词生义以及个人错题积累的薄弱词汇。利用早读、睡前碎片时间滚动循环复习,坚持“词不离句、句不离篇”,在语境中记忆单词词义、固定搭配和常用句式。重点梳理完形、读写常考动词短语、介词搭配与名词形容词高频辨析,全力夯实阅读、七选五、写作的语言基础。

听力训练保持每日真题精练的节奏,维持听觉敏感度。做题前快速通读题干与选项,预判对话场景、人物关系与设问方向,圈画时间、地点、态度、转折等关键信息;听题过程中重点捕捉but、however等逻辑转折词,精准抓取核心信息,不受个别陌生词汇干扰。

阅读与完形坚持严格限时训练。阅读理解精准定位题干关键词,梳理段落逻辑、篇章结构,区分事实细节与推理判断,规避偷换概念等常见干扰项。完形填空先通读全文把握文章主旨与情感基调,依托上下文逻辑、语境呼应、固定搭配选词,杜绝单一语感做题。做完及时总结题型规律。

语法填空聚焦时态语态、非谓语动词、三大从句、词性转换、主谓一致等高频必考考点,每天少量精做精练,专攻个人易错题型。

写作熟记万能高分句式、衔接过渡短语与各类话题优质表达,做到长短句错落搭配,句式灵活多样。规范衡水体书写,规避拼写错误、时态混乱、主谓不一致等低级失误,以整洁卷面、地道表达提升作文档次。

数学

潍坊四中教师陈丽萍 以策略取胜 以细节夺分

□本报记者 王聪聪 整理

高考数学,不仅是知识储备的较量,更是应试策略、答题节奏与临场心态的综合博弈。临近考试,如何高效调整状态、优化答题思路、规避无谓失误?

保持良好心态,是考场发挥的前提。考前出现适度紧张与焦虑情绪,属于正常反应,不必过度放大、陷入自我内耗。面对难题怪题,要坚定信念,默念“我难人难,我不畏难”,不因一题卡壳而打乱整场节奏,始终冷静沉着、有序答题。

考场得分,关键在题型策略。选择题要相信第一印象,不要轻易改动第一次作出的选择。解题讲究高效灵活,用好特值法、筛选法、数形结合法,小题不大做,不纠缠、不恋战,速战速决;多选题仔细审题,精准排除干扰项,注意关联选项与矛盾选项,稳中求准。

填空题以直接求解法、图像法、特殊化法为主要手段,当填空题的结论唯一或其值为定值时,只须把题中的参变量用特殊值(如特殊角、特殊点等)代替,即可得到结果;解答题若遇到新题、新条件,要把题目条件或问题转化成熟悉的题型模式,套入思维模式,尽量做到“运算正确一次性,书写规范一次性”。

若压轴题完全没有思路,也不要空白,把题目已知信息转化为数学符号和语言,写上相关公式与推导步骤,就能争取到关键步骤分。

高考数学高分,从不只属于学得最深的人,而是属于思维清晰、条理分明、书写规范、详略得当的人。

生物

青州实验中学教师张永国 整理复盘 强化训练

□本报记者 徐艺华 整理

高考最后冲刺阶段,生物备核心策略是回归课本、夯实基础。生物绝大多数考点都源于教材原话、图例解析、课后习题及拓展知识点,偏题怪题无需耗费过多精力。考生可逐章梳理教材中的核心概念、生理过程、结构图示,重点甄别原生质层与原生质体、生长素与生长激素等易混知识点,单独整理对比清单,精准区分细节差异。

建议考生利用早晚碎片化时间通读全套教材,标记模糊知识点与冷门考点,整理专属知识清单。针对光合作用、呼吸作用、遗传规律、生命调节等核心生理过程,结合思维导图、记忆口诀梳理逻辑,做到理解与背诵并重,筑牢得分根基。

刷题不如复盘,这是冲刺阶段生物备考的关键准则。最后阶段切忌盲目刷新题,要把重心放在错题复盘上。考生需逐一梳理周考、模考错题,精准找出知识漏洞、审题偏差、答题不规范等问题,按知识点模块归类整理,集中攻克薄弱板块。

强化审题训练,答题时主动圈画题干中“主要原因”“根本原因”等限定关键词,规避答题误区。日常整理规范答题术语,摒弃口语化表达。选择题优先使用排除法作答,不确定的选项回归课本概念判断,切勿凭主观感觉答题,警惕“全部”“一定”等绝对化表述。遇到图表题,先看清横纵坐标、图例信息,再结合知识点分析解题。实验题紧扣实验目的、变量控制等,遵循固定答题模板,做到答题精准、不踩空。

历史

安丘一中教师付秋平 把握好考前提分黄金窗口期

□本报记者 郭超 整理

最后冲刺阶段,精准发力,死磕时间轴与阶段特征。在高考历史选择题上,每道题都有精准的时空限定。命题人设置的错误选项中,80%以上可以通过时空定位直接排除。考生可在白纸上手绘两条时间轴——中国一条,世界一条,标注朝代或时期、核心事件、阶段特征的关键词(政治+经济+思想各一句)。

关注热点和常考点是重中之重,如中国古代史高频考点包括制度演变、民族关系与边疆治理、中外交流、历史叙事视角、经济重心南移、思想文化演变、社会转型、改革与变法、统一多民族国家;中国近代史高频考点包括列强侵华与民族危机、各阶级的救亡探索、新民主主义革命。中国现代史高频考点包括一五计划与工业化、改革开放;世界古代史高频考点为世界古代文明的多元特色,中世纪西欧孕育近代社会转型的因素。世界近代史高频考点包括新航路开辟、文艺复兴与启蒙运动、早期殖民扩张、工业革命、世界大战与国际秩序。

最后一周,考生在每天做题保持手感的同时,要固化各类题型解题方法,将已经学过的解题套路练到“条件反射”的程度。核心原则为“选择题靠时空与排除,主观题靠结构与术语”。建议每天安排固定时间复习历史,梳理教材模块脉络,强化易错点和高频考点,回顾审题、解题方法。每道主观题都按“审题—提炼要点—规范书写”的流程练习,确保每个得分点清晰、贴合设问。核心目标是让解题动作变成不需要思考的“下意识”,以便在考场上将精力留给最核心的信息处理。

历史学科考试时间为90分钟。在考试时间分配上,建议选择题控制在20分钟内完成,做完立即涂卡;非选择题每题约13分钟;剩余5分钟用于检查。选择题答题牢记“我难人难”原则,遇难题果断标记后跳过,优先保证会做的题目拿满分。超过2分钟仍没有清晰思路的,果断放弃、回头再做。

化学

寿光现代中学教师张瑞荣 锚定基础 从容应战

□本报记者 王聪聪 整理

现阶段,化学科目复习已不宜再钻研过难、过偏的题目。这几天的核心策略是回归基础、保持手感、调整状态。

重新梳理知识与错题。停止刷难题,将复习重点转向教材和错题。重新梳理必修及选修课本中的边角知识,如化学与STSE(科学、技术、社会、环境)、实验基本操作、物质性质等,防止因忽视基础概念而失分。集中翻看之前模拟考试和练习中的错题,特别是选择题中暴露出的知识盲点,确保同类错误在高考中不再发生。

做难度适中的模拟题进行训练。仿真训练方面,建议做2套-3套难度适中的完整模拟题,优先选用近两年高考真题或高质量仿真题。严格按照高考时间进行训练,目的是调整生物钟和把握答题节奏。特别注意选择题控制在40分钟内完成,为后面的非选择题留出足够时间。

做好积极心理暗示迎接高考。化学知识点细、考点多,考前感到焦虑是正常现象,考生不必过度紧张。请给自己积极的心理暗示,你已经充分复习。如果遇到暂时不会的题目,先跳过去继续作答,相信后面的题目能帮你找回状态。考前三天不再做新题,主要看教材目录和错题本,在脑海里构建完整的知识网络,做到心中有框架、答题有思路。

思想政治

青州圣维科技高中教师王明珠 注意审题细节 把控节奏

□本报记者 徐艺华 整理

深耕审题细节,锚定答题方向。高考政治试题设问灵活新颖,暗藏诸多答题陷阱,审题精准是得分的前提。考生拿到试卷后,需完整通读题干与设问,精准区分题型,明确题目核心要求,锁定作答方向,同时要精准辨析答题主体。切忌依赖惯性思维盲目作答,审题一旦出现偏差,即便知识点掌握扎实,也会出现答非所问的情况,造成不必要的失分。

规范答题格式,守住卷面基础分。政治主观题的得分关键在于条理与逻辑。作答时务必分点标序、层次清晰,恪守“理论在前、材料在后”的核心答题逻辑,将课本核心原理与题干材料深度融合,做到有理有据。杜绝单纯堆砌知识点或照搬材料原文的片面作答。同时保持卷面书写工整洁净,尽量减少涂改痕迹,清爽规范的卷面能够提升阅卷观感,稳稳拿下答题规范分。

科学分配时间,高效抢占考场分。考场答题需把控节奏、张弛有度。选择题快速研判、果断作答,遇到疑难题目及时标记、果断跳过,避免过度纠结耽误整体答题进度。主观题可依分值预判答题要点,高分值题目多角度拓展作答,低分值题目精炼语言、简洁作答。切记杜绝空题,无思路时结合关联知识点灵活延伸,最大限度争取得分。

调适良好心态,从容迎战高考。考场上遇到陌生材料、新颖题型无需慌乱,稳住心态、细心研判、稳扎稳打,正常发挥平日备考水平,便是最优答卷。

愿全体考生沉着应试、落笔从容,以平稳心态迎战高考,提笔皆是思路,答题皆有把握,旗开得胜、金榜题名!



冲刺高考 名师指导 (第四期)

