

## 考前复习如何突破常规

王建华

随着高考时间的不断逼近，考生的心理负担和精神压力越来越大，考前“复习恐慌”现象和考试焦虑情绪或多或少会对备考产生不利影响。对此，给考生提四点建议。

### 在教师指导下备考

考前备考，考生应尽可能依据任课教师的安排和针对性指导建议进行复习及应试准备。因为学科教师有基于实践的备考指导经验，对所教学生的学情和应试需求有较为全面的了解。按照任课教师的安排和指导意见进行考前复习，既有助于考生克服复习内容上的盲目性，集中精力突破可突破、能弥补的短板，又有助于考生克服因考前的“复习恐慌”而到处求名师补课和盲目做题等“慌乱”现象，更有利于考生在有序复习的自然状态下，缓解应试前的紧张情绪。

### 在训练中学习应试

考前应试训练是复习冲刺的重要一环。每一份训练题都是学科教师在认真研究《考试大纲》和学科《考试说明》的基础上，以解决应试中“少失”与“多得”等问题为目标，精心优选、优组而成的。考生应认真对待模拟高考试题结构、难度、时间和考试环境的仿真训练，在应试实践、教师讲评和后续反思与纠正的过程中，体悟应试方法、积累应试经验，提升应试能力。

### 在温故中拾遗与生成

考前投入一定的时间和精力做实“三读”的温故过程，是抓重点、补短板的有效策略。“三读”即：一要阅读教材重点内容。因为高考命题的根本依据是课程标准，虽然大多数试题的“题身”在教材外，而“题根”却在教材内。临考前阅读教材中的精要内容，对巩固知识、提升能力、应对高考更为关键。二要认真阅读前几个阶段复习备考的讲义和笔记。因为，这些讲义和笔记的内容，是任课教师的经验和智慧的结晶，特别是学科的一些重点内容和疑惑问题，可能在初学时感受还不够深刻，然而在经过系统的复习和训练后，平心静气地认真阅读和体悟，会有更上一层楼的全新感受。三要认真阅读复习备考阶段所做的检测试卷。因为这些试卷的目标性、针对性、诊断性很强，训练时暴露出许多知识与能力方面的问题，考前静下心来系统地阅读这些试卷，尤其是仔细推敲试卷中那些做错的和不会做、但经过讲评后又能做对的题目，会使“知识上拾遗”及“方法上温固”的过程成为促进考试能力提升的发展过程。

### 在互助中取长补短

虽然平时同学间也有一些交流和讨论，但常因时间紧、需要复习和整理的内容较多，以及不便打扰他人学习等原因，遇到问题大多是自己思考解决。事实上，帮助他人把问题弄明白的过程也是自己认知升华、能力生成的发展过程，更何况同学间还有思维相近、语境相近、情感易融等特点，这些特点正是考前互助学习的有利因素；与和自己有一定水平差距的同学讨论，会从他们的问题中受到启发、生成新感知，他们的某些疑虑或困惑或许正是自己不太在意但却很重要的问题。在考前冲刺阶段注重同学间的合作与交流，不仅对强化重点与热点、突破疑点与难点、扫除盲点与漏点有极大的益处，也有利于调节备考与应试状态。

（摘自《中国教师报》2018年5月23日第9版）

本期主编 朱述进

# 教科研工 作 简 报



JIAOKEYAN GONGZUO JIANBAO

2018年5月25日 星期五 2017—2018 第29期（总第226期） 滕州市教学研究室主

## 市教研室赴五中开展送课活动



5月23日下午，市教研室组织滕州一中部分名师赴滕州五中开展送课活动。市教研室副主任马培函、朱邦

伟、朱述进及高中化学教研员张洪旭等参加了活动。

滕州一中西校孟媛老师（语文教研组长、滕州市骨干教师、枣庄市课改标兵）执教了高一语文《雨霖铃》一课，滕州一中西校夏巍教师（历史教研组长、滕州市优秀教案先进个人、山东省中学历史教学设计获得者）

执教了高二历史《新中国的外交》的复习课。

随后，滕州市教研室副主任马培函、朱述进分别主持语文、历史学科的活动，与会老师们深度剖析学科课堂教学情况，认真总结两堂支教课的优点，虚心学习两位老师的教学智慧；就下一阶段的学科教学，两位主任又提出了具体的建议和实施策略。

这次活动也是中国民主同盟滕州总支“烛光行动”送课活动的一部分，“烛光行动”从2007年开始至今已经走过十二个年头，是通过帮助加强农村教师队伍建设，进而推动中国城乡义务教育的均衡发展和城乡教育公平。具体体现在三个方面：一是关注农村教师的专业发展，以多种形式帮助教师提升教育理念、业务素质和教育教学水平；二是关注农村教师的自由全面发展，力所能及地帮助改善农村教师的工作生活状态和条件；三是关注有关的制度建设，开展调查研究、建言献策，推动完善农村教师队伍建设和农村教育发展的政策、法律和社会环境。

本次送课活动得到了滕州五中师生的一致好评，切实指导加强了学校学科教研活动和学科组建设，为学校质量提升和内涵发展建设注入了动力，必将进一步促进



### 义务段召开教学质量监测工作座谈会

为进一步完善义务段质量监测工作，提升教学质量监测工作的有效性，5月24日下午，在市教育局南三楼会议室召开了义务段教学质量监测工作意见征求会。会议由教研室副主任朱邦伟主持，部分镇街教育学区（联区）主任、中小学校长代表参加了此次座谈会。

会上，大家充分肯定了监测工作对于提高全市义务段学校教育教学质量的积极作用。义务教育阶段教学质量监测是教育质量监测的一个重要组成部分，在教育转型、深化课程改革的背景之下，建立科学的转型义务教育阶段教学质量监测体系，有利于强化教学管理、提高教学质量，有利于教师转变教学观念，自开展六年级、八年级监测工作以来，广大教职工提高了以质量为核心的意识，教风正、学风浓，学生综合素养也有了进一步提升。就如何在新形势下做好这项工作，与会代表积极建言献策。大家从监测的主体、监测的形式、监测的组织、监测的样本选择、监测的学科及考试范围等方面提出中肯的意见和建议。在今后的工作中，我们将结合实际，不断创新，持续完善监测的流程，以更灵活、科学的方式做好义务段质量监测工作。（谢清）

### 精准把脉会诊 抱团共同成长

——小学共同体活动综述

为进一步扎实推进共同体建设，切实提高六年级的整体教学水平，5月21日下午在北关小学与发展共同体学校峰庄小学联合开展了六年级复习课研讨活动，5月22日在龙泉小学举行了龙泉小学——党山小学两校间的六年级复习课研讨活动。小学教研室仇光伟主任带领相关学科教研员参加了活动。活动中，牵头学校的相关教师分别呈现了语文、数学、英语、科学等学科的复习研讨课。教研员分学科给予了点评，并依据各学科特点进行了针对性高、实效性高、操作性灵活的专题复习指导，不仅给与会教师的六年级复习工作指明了方向，同时更有效地推动了共同体学校六年级复习工作的开展。



### 高中组赴二中新校调研

5月24日，高中部副主任朱述进、高中政治教研员张小艺到二中新校调研高一年级合格考复习及高三艺术特长生备考情况。本次调研一是通过与二中新校部分校级领导，高一、高三年级主任座谈，了解备考现状、采取的具体措施及面临的难题。二是实地查验了高一、高三两个年级备考方面的材料。朱主任建议学校把各项备考措施落到实处，努力提高备考效率，祝愿二中新校高一合格考、高三高考获得良好成绩。

#### 简讯：

1. 王延军主任、张帅老师陪同苏州沪华教育集团领导考察，并完成考察报告上报局党委。
2. 马培函主任、朱述进主任制定《滕州市教育教学质量突出贡献教师表彰方案》。
3. 王立亭主任编著《枣庄研学旅行》读本。
4. 张峰老师收验山东省规划课题结题材料。
5. 小学耿欣、初中张平、高中赵西耕收验骨干教师、教学能手、学科带头人评选材料。
6. 张帅统计初中共同体学校交流教师期中考试及九年级二调成绩

### 下周工作早知道

1. 三个学段进行滕州市教学能手、学科带头人课堂教学评比活动
2. 小学筹备教学质量监测
3. 小学指导教师参选国家、省级优质课评比
4. 初中指导共同体学校做好期末复习工作
5. 初中命制七、八年级期末试题
6. 初中统计、梳理共同体学校交流教师期中考试及九年级二调成绩
7. 高中组织高一年级合格考模考
8. 高中收集试题材料，做好高考服务工作
9. 高中定稿暑期助学

按：对于高三学子来说，越临近高考，越需要掌握各种考场应对“策略”和“技巧”，掌握多得分的“捷径”。现把各地名师总结的《高考临考发挥技巧》摘要刊发，供大家参考运用。

## 高考临场发挥技巧

### ● 拿到试题后通读一遍，做到心中有数

高考在发卷后五分钟之内考生不能答题，考生应先检查试卷有无错误，卷面是否清晰、完整。接着将试卷浏览一遍，了解试题结构、题型、分量，当读到熟悉而有把握的试题时，应暗示自己，这里可以得分，树立信心。若通读全卷后尚未到答题时间，则应认真完成大题的审题，最好将试题多读几遍。

### ● 开始答题后，要全神贯注

千万不要东张西望，东想西想，对于大题量不要害怕，从容应对，合理分配时间和答题顺序，要相信自己一定能够顺利完成。

### ● 避免“分秒必争”

一般考生为了赶快做完试卷题目，会分秒必争，做完一题之后，马上做下一题。虽然时间对结果影响很大，但是这种并不妥当。上一个问题的思考模式并不一定适合其他的问题，必须让头脑冷静下来，暂停5或10秒钟，在心中暗示自己“又顺利解决一题”，同时认真地读下一道题，使头脑改变思路。

### ● 绝对答不出的问题，干脆放弃

绝对答不出的题，磨半天也是徒劳，放弃它，而在会做的题上确保高分，才是高考获胜的战术。

### ● 想不出答案时换一种思考方式

例如：在写英文时，如果想不出“直抒胸臆”要如何译成英文，就可以应用这个，“直抒胸臆”→“说话直接”，结果就能顺利写出句子了。无法答出问题时，还可预先列举与问题有关的一切条件，再配合需要来确认问题，也许能找到解题的“钥匙”。

### ● 想出不确定的答案时要写出来

想出好几个似是而非的答案时要写出来。考试时一紧张，有些东西就会变得难以确认，遇到这样的情况不妨把答案都写下来比较，写成文字之后，再以是否顺眼熟悉作为基准来判断，把握会比较大。

### ● 做不出来先留下记号，继续答下一题

一旦遇到难题无法再继续下去时，应暂时放弃，先做其他的题目比较理想，先在做不出来的题目前做一个记号，可把题目所包含的信息要点和你已经进行的思考写在草稿纸上，以便下次再重新检查。

### ● 突然忘记时千万不要慌张

考试时常会出现这种情况：本来某个题目记得很清楚，可是突然什么也记不起来。这时切记不要慌乱，可以放松一下，也可以想想该项内容在书的哪一部分，这部分又有哪些等。这样的回忆会使你茅塞顿开。

### ● 抓住答题要点，不必赘述

答题时要抓住中心问题，再拟出答题提纲，然后简单地一挥而就。既能得高分，又能充分利用有限的时间。

### ● 举棋不定时，坚持第一印象

考试中常会遇到一题有几个答案，而自己又不能肯定哪个是正确的情况，这时应选择先想到的那个。接触一道题后想到的第一个答案往往是我们因长期练习而产生的本能反应，选择它，正确的概率会相对大一些。

### ● 先审题后落笔，先思考后回答

没有弄清题意、题目所包含的全部信息以及所问的问题不要急于下笔；看到题目与以前做过的题目类似，不要不认真思考就给出答案，因为题目的条件、问题、考察的角度已发生变化，稳扎稳打，欲速则不达。

### ● 如果完全没有信心时，就用猜题

在答题时，如果幸运猜中，就可对一些一知半解的问题及客观题拿到分数，对于选择题至少有25%的机率得分，将试卷空着是很可惜的。

### ● 检查试卷时，要变换思路

采取另外的方法论证答案，要自信，不要无端怀疑自己，没有把握不要轻易更换答案，相信第一感觉。