

高考在即



一线名师支招如何冲刺

距离高考不足两周了,如何在这最后的冲刺阶段使成绩再向前迈一步,是考生最关心的话题。23日,记者采访了大同一中高三一线名师,请他们为考生详解最后冲刺阶段的复习要点和答题技巧,帮助考生增加考场胜算。

数学

“这段时间,数学科目的复习重点不要再放在难题的攻关和突破上。”大同一中高三数学备课组长孙利霞说,每天要进行限时训练,训练时间安排在下午3时至5时之间,与高考数学科目时间保持一致,便于调整生物钟。要把训练当成考试,严格按时完成,完成后马上订正答案,找出出错原因。同时要动笔做一、二轮复习中做过的典型题目,重新翻看错题本,把错过的题再重新做一遍。很多学生认为自己错题是粗心造成的,其实错题暴露出的是知识上的漏洞,是思维上的缺陷。因此,每次练习后必须要反思。

语文

大同一中高三语文备课组长陈晓丽建议,一要回归经典高考题和课本;二要对记忆模糊或理解不准确的地方再熟化,如古诗文的背诵和小说、散文的手法、技巧;三要做一定量的题,总结思考;四要稳定心态,看一些写作素材,如分类时评、历次优秀作文,或抄写优秀范文,既练了字又积累了素材。考试时切记“规范、整洁、有效”的原则,要浏览全卷、先易后难,相信第一感觉,不轻易更改答案;选择题和主观题都不留空白。

英语

“复习时,语法训练题要少而精,阅读训练要多做并限时做,完形填空注意词义和上下文,写作天天练,积累范文好词好句型。”大同一中高三英语备课组长曹丽娜建议,考试时,阅读理解题要先审题,圈出题干中的关键词,选项中可以先排除两个,其余两个找原文关键词去比对;完型填空题要注意上下文的提示词,遇到拿不准的选项先勾画,下文会有原词或者同义词提示;语法填空要注意词形

变化,名词单复数和时态,长句子一定要找出主干去断句;短文改错题注意10个错误点的规律,基本就是平时语法专项练习种类的覆盖;作文尽量用从句,让句型更饱满,表达更丰富、生动。

化学

大同一中高三化学备课组长王倩楠建议,最后阶段的目标是回归课本以及减少失误、提高答题准确度。做完的卷子需要分析得分情况,减少失误分数;对于经典错题要动手重做。另外课下要留出时间回归课本,以化学物质的“结构—性质—应用”为主线,阅读梳理课本知识,关注课本中的文字表述和实验方案设计。在答题规范方面,要参考课本原文表述和历年高考阅卷标准,对于自己不熟悉的表述要进行背诵记忆。

物理

“最后阶段不要做太多全新的题目,应集中精力把做过、订正过、梳理总结过的题目完全消化,把遗失的记忆唤醒,把理解过的内容加深。”大同一中高三物理备课组长赵金凤建议,每天要做题,保持住做题的速度和感觉。复习时,要把有限的时间花在难度适合自己的题目上。通读题目后,解答步骤瞬间呈现,甚至直接得出答案的题目可以放心跳过。针对不熟练的题目要加强训练,梳理知识,总结解题思路、解题方法、题目切入点以及易错易混点。

生物

大同一中高三生物备课组长宋红认为,在最后阶段保持良好的精神状态和自信心最为重要,只有这样,才能在高考中正常发挥,考出理想成绩。在最后冲刺阶段,考生不应花大力气去记偏难死角知识,或盲目沉浸于题海,而应回归教材,把课本、笔记上自己不熟悉的内容圈出来,考前一到两天再看一遍。找出做过的试卷,对做错的题目进行分析,找出错误原因。有的放矢地进行复习与强化训练,使模糊知识清晰化,缺漏知识完整化,孤立知识系统化。

历史

“历史学科综合性较强,知识点之间的联系繁杂。考生在冲刺阶段的复习中应回归教材和历年真题,同时注重并加强对历史事件的综合分析能力。”大同一中高三历史备课组长秦栋建议,考试时,考生应果断跳过不会做的题目,认真做好能拿到分的题目。在组织、书写答案时,要坚持“三化”原则,即规范化、段落化和序号化,使用规范的历史术语,分段回答,条理清晰,提高得分率。当回答某个问题涉及多方面内容时,最好将不同方面内容用序号标注清楚,以方便阅卷老师踩点给分。

地理

大同一中高三地理备课组长彭芳建议,这个阶段,需调整复习节奏,进行查缺补漏,同时要回归教材,抓主干知识和高频考点,构建知识体系。要重做所有模拟考试的错题,小题大做,大题精做,归纳总结常用的角度和地理术语;关注2021年热点题,丰富相关背景知识,整合成知识模块。考试时,要注意时间的把控,选择题不易过快,尤其是第一组题,没进入状态,易出错,整体时间应控制在45分钟左右;主观题要审题构思后再落笔,注意书写工整,逻辑清楚,运用地理术语,避免口语化;作为全卷难度最小的选修题,要尽量不失分,即使时间不足也要先写选修。

政治

“政治学科中的经济学和哲学部分,经过第一轮、第二轮复习较长时间的搁置,部分同学开始出现遗忘现象,这直接导致这部分同学主观论述题的分数出现下滑。”大同一中高三政治备课组长高静建议,此阶段,要对高考的重难点知识和高频考点进行重新“加强和巩固”,按照既定步骤和目标安排复习,多做一些主观论述题,因为高考中政治科目的主要失分阵地就在主观题中。在答材料分析题时,要仔细阅读题目,在材料中找“出路”。

本报记者 田雁

“生态文明 美丽大同”

市生态环境局

生物多样性宣传进课堂

本报讯 (记者 邱东芳) 5月21日,市生态环境局工作人员走进平城区45小课堂,宣传生物多样性知识,倡导“呵护自然,人人有责”,为孩子们上了一堂别开生面的环保课。

5月22日是国际生物多样性日。围绕今年“呵护自然,人人有责”的宣传主题,21日,市生态环境局工作人员来到平城区45小,现场开展宣传活动,让人与自然和谐共处的理念扎根在孩子们心中。

当日,市生态环境局工作人员和志愿者向学生们发放国际生物多样性日主题宣传册页,宣传保护生物多样性的重大意义。在课堂上,市生态环境宣教中心的课外辅导员通过实物展示,用形象有趣的比喻、丰富生动的描述,引导学生参与生物多样性探讨,激发起大家对“生物”这一概念的广泛兴趣,回答问题的小手频频举起。大家不仅理解了“生物”和“多样性”的含义,还了解了国际生物多样性日的来历、生物多样性的组成部分、价值等内容,纷纷表示要从小树立环保意识,从自己做起、从身边做起,“小手拉大手”呵护自然,共创生态文明。在辅导员的带领下,学生们在条幅上签名,并跟着辅导员一起高声朗诵:“人与生物和谐共存,人与自然和谐共处,人类属于大自然,而大自然不仅仅只属于人类,让我们改变无知、改变自私、改变暴力,一起用行动来守护大自然,捍卫大自然!”

安全用妆 美丽有法

我市开展全国化妆品安全科普宣传周活动

本报讯 (记者 刘剑) 你的化妆品安全吗?如何科学合理地使用化妆品?如何科学认识儿童化妆品?为进一步加强化妆品监管法规的宣传贯彻,引导消费者科学合理使用化妆品,25日,市市场监督管理局在大同公园组织开展全国化妆品安全科普宣传周活动,解答市民对化妆品的疑虑,普及安全使用化妆品知识。

化妆品是市场消费热点,与群众生活和身体健康息息相关。今年全国化妆品安全科普宣传周的主题是“安全用妆 美丽有法”,寓意化妆品法规为化妆品安全和公众美丽生活保驾护航,公众在追求美丽生活的同时更需要科学合理地使用化妆品。活动现场,工作人员通过发放资料、现场讲解、设立展板等形式向市民讲解化妆品常识、使用误区,宣传普及化妆品不良反应知识,提高消费者对法规和化妆品安全的认知水平。

据悉,本次宣传周活动自5月24日起至30日结束。



北京精神心理专家 来到“家门口”

本报讯 (记者 高燕) 心理健康问题越来越受到人们的关注,为让更多患者无需长途奔波就看上名医,日前,市六医院将北京大学第六医院的优质医疗资源引到我市,市民在家门口就能接受北京精神心理专家的治疗。

“最近一段时间发现孩子的情绪很低落,睡眠也不好,对身边事漠不关心,常把自己关在屋里,不愿与人交流,而且还爱发脾气。听说北京的专家来同坐诊,我赶紧打电话进行了预约。”市民张女士对记者说。

北京大学第六医院是北京大学精神病学与精神卫生学的临床医疗、人才培训与科学研究基地,也是中国疾病预防控制中心的精神卫生中心。市六医院将定期邀请北京大学第六医院专家来同坐诊,北京大学第六医院也将从医疗技术、人才培训、会诊、双向转诊及教学科研等多方面展开指导和支持。

