

 备战一模

# 历史：掌握史料 突破重点

北京市第十二中学特级教师 田子刚



“一模”考试在即，针对考生如何提高复习的有效性，在较短时间内尽最大可能提高成绩，本文提出以下几点建议。

## 一、掌握不同时期的历史阶段特征

掌握阶段特征便于考生总体把握课本主体内容。历史阶段特征要从多角度加以概括，如中国古代史的阶段特征可以从政治、经济、文化、民族关系、对外关系、社会生活6个方面概括，世界近现代史的阶段特征可从资本主义发展、工人运动和社会主义运动、民族解放运动、国际关系、思想文化、社会生活6个角度概括。

## 二、掌握概括历史材料观点的方法

主要方法如下：导语法（材料导语中找材料主旨）；材料出处法（材料出处里发现材料主题）；标题法（从文字、图表的

标题中发现材料表达的核心内容）；图例法（按图例解读地图）；标点符号法（对材料分层，然后进行概括，以保证提取完整无遗漏）；核心词法（把句子核心词串联在一起进行概括）；句子缩写法（和核心词法作用相同）；关联词法（发现并列或者因果关系以便把要点提取完整或依据材料找出原因）；组词法（用词语体现材料中单个字的含义）；同义词、近义词法（材料题的基本要求是不得照抄原文，用同义词、近义词加以变通）；上位概念法（概括材料最基本的方法）；颠倒语序法（材料题的基本要求是不得照抄原文，用颠倒语序的方法加以变通）；多角度概括法（政治、经济、文化、思想等方面）；课本语句引用法（使用课本里的用词用句概括材料中句子表达的意思）等。

## 三、掌握主要史料类型及其价值

史料类型及其价值题在北京近年高考中几乎每年都出现。史料价值题的结构分为“史料类型”“是否真实可靠”“史料价值高低”“具有怎样的史料价值”4部分。

史料类型的回答可参考课程标准的分类，采用大类别加具体类别的形式。

主要文献史料包括：史书；档案与文书；文集、笔记、书信与日记；地方志；报刊；碑铭与简牍；族谱、契约、账簿等。

主要实物史料包括：器物；建筑物；遗址、遗迹。

主要口述史料包括：回忆录与其他口述史记录；神话、传说、史诗。

主要图像史料包括绘画、雕刻、照片、古地图。

主要音像史料包括能反映不同历史内容的录音、录像及纪实性影视作品。

对以上各种不同类型的史料及其价值，考生要有清晰的定位和认识，如：实物史料真实可靠，史料价值高；文献史料中的一手史料较真实可靠，史料价值较高；文学作品具有一定的真实性，具有一定的史料价值等。

## 四、熟练掌握考试重点内容

高考复习不是“眉毛胡子一把抓”，要聚焦学习课本中的重点内容。对重要内容涉及的知识点要从背景、概况、评价三个角度掌握熟练。以历史课本中的重点内容为例。

### 1.《中外历史纲要(上)》的重要知识点

古代统一多民族国家巩固和发展的史实；古代商品经济发展的历程；古代思想史。

近代前期中国向西方学习的历程；近代前期中国近代化的历程。

中共新民主主义革命时期的主要斗争；中共民主革命时期的政策是如何与时俱进的；中共民主革命时期的政权建设和经济建设；民主革命时期毛泽东思想的形成和发展。

社会主义革命和建设时期巩固政权、恢复经济、社会主义改造以及社会主义建设取得重要成就的相关史实；中共正确的指导思想；新中国重大的外交成就；毛泽东思想的新发展。

改革开放和社会主义现代化建设新时期改革开放的举措及成就。

### 2.《中外历史纲要(下)》的重要知识点

中古欧洲、亚洲，古代非洲、美洲的代表性文明及其特征，对文明优劣性的认识。

马克思主义诞生与传播。

凡尔赛-华盛顿体系；中国对世界反法西斯战争胜利的贡献；《开罗宣言》。

雅尔塔体系；由两极格局演变到多极化趋势的历史阶段、阶段特征及重大史实；世界多极化与经济全球化。

### 3.《国家制度与社会治理》的重要知识点

西方的文官制度；中国古代官员的选拔；中国古代的法治与教化；近代西方民族国家与国际法的发展；世界货币体系的形成；中国古代的赋役制度；历代社会救济与优抚政策。

### 4.《经济与社会生活》的重要知识点

新航路开辟后的食物物种交流；世界市场与商业贸易。

### 5.《文化交流与传播》的重要知识点

中华优秀传统文化的内涵、特点和价值。

# 政治：全面调适 充分迎考

北京教育学院丰台分院教研员 张璇



高三模拟考试是全流程、全方位、全要素对高等级考进行模仿的区级统一考试，为同学们尽快适应高考样态和节奏提供了一次演练机会。考生要正确认识高三“一模”的功能和作用，学会通过这次考试诊断和反思备考得失，调整备考计划，把握有限时间，完成最后“冲刺”，达成预期目标。

## 一、抓住契机，进行全面调适

首先，调适身心状态。考生要适应科目考试时段，充分估计可能面临的困难，做好身体和心理两方面的准备，让自己在选考科目的考试时段保持精力充沛、精神饱满。

其次，调适时间分配。包括两方面：一是复习中的时间分配，可以给薄弱项

适当增加时间投入，同时要给强项预留“保温”的时间；二是考场上的时间分配，可以在拿到试卷的第一时间迅速浏览全卷，数清页数、题数，对试题难度做出初步判断，心中有数，规划好时间。

再次，调适解题策略。考生要熟悉各种类型题的解答策略。高等级考试注重考查考生在真实情境下的信息解读能力、知识迁移能力、解决问题能力等。考生要仔细阅读试题材料，准确把握问题指向，正确输出学科术语，有逻辑地组织答案。

## 二、充分准备，积极迎接考试

对于政治学科，以下推荐三条备考锦囊，希望能帮助同学们胸有成竹地走进考场。

**1. 把握课程主线，建立结构化认知。**统编高中《思想政治》课程包括必修和选择性必修共7册教材，它们有一条共同的主线：学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想。必修1《中国特色社会主义》是这条主线的总论，其余各册教材分别对习近平经济思想、习近平法治思想、习近平文化思想、习近平外交思想、习近平生态文明思想等进行了展开论述。从“五位一体”总体布局的角度看，教材对新时代经济建设、政治建设、文化建设、

社会建设和生态文明建设取得的突出成就及其原因展开了详细分析，可以此为关键词，进行跨模块的小专题综合复习。同学们在备考的时候，要把7册教材当作一个完整的系统去学习、思考，跨越模块的界限，建立结构化知识体系。

**2. 反复研读教材，深入理解学科理论。**教材中有很多“探究与分享”栏目，复习过程中同学们要反复研读这些内容，揣摩探究素材的呈现方式、推敲配套的问题设计。这些素材和问题都是具有内在逻辑的，同学们不仅要能够回答出正确答案，还要能抓住探究问题的“关键词”，理解问题设计背后的底层逻辑。例如，必修1教材的“探究与分享”总体上是引导同学们思考中国特色社会主义从创立到发展的历史逻辑、理论逻辑和实践逻辑，同学们要能综合运用所学知识回答这些问题。

**3. 关注时事政治，坚持理论联系实际。**思政课的本质是讲道理，道理的价值在于指导实践，坚持理论联系实际是学好思政课的不二法门。同学们要关注国内外大事，通过多种方式了解时事热点，对党和国家的创新理论与实践成果做到心中有数。例如，要深入学习党的二十大报告、关注全国两会“热词”，并与所学知识建立联系，用所学知识去解释、论证、

预测我国经济社会发展的现状和未来。

## 三、考后复盘，重在积累经验

考试完全结束后，考生要及时复盘考试，回忆作答内容，审视自己的考场表现，为改善备考、突破困难做好准备。

首先，及时复盘试卷，呈现真实问题。复盘试卷不仅要如实地把考场作答重现出来，更要主动审视作答思路，如有参考答案，可以与之对照，标记差异，呈现问题。

其次，做好归因分析，聚焦关键问题。考生要客观全面地分析典型错误发生的原因，分析哪一方面存在不足。要从能否读懂试题情境、能否审清试题设问、能否厘清选项错误、能否转化迁移知识等方面对典型错题进行归因分析，分类汇总整理，聚焦关键问题。

最后，适当变式练习，突破难点问题。“一模”考试考查知识具有较宽的覆盖面和一定的综合性，考生可以对典型试题进行变式练习。练习前，先回顾基本概念、基本原理，明确试题考查能力要求，把握解题的规范化要求，然后一气呵成，完成变式练习，达到夯实基础、提高能力、深化思考的目的。变式练习最好可以采取“限时训练”的方式，模拟高压环境，提高适应性。