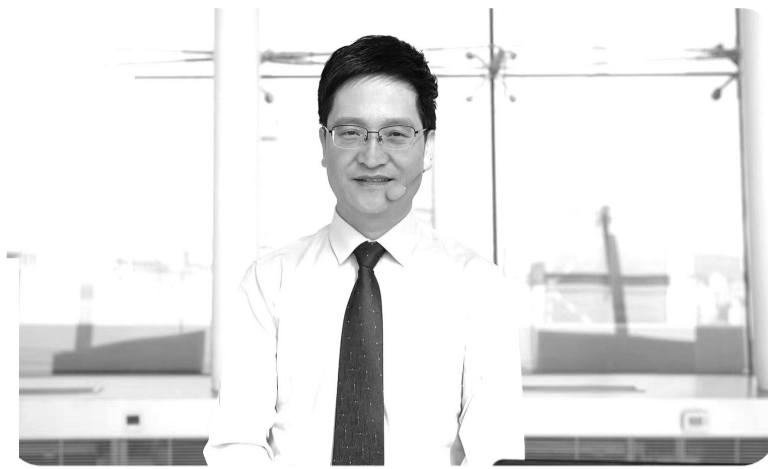


地理:

科学规划 做好自主复习

北京市第八中学正高级教师、特级教师 李宗录



从高考复习的阶段性特点来看,“一模”“二模”后至高考前约1至2个月,由于临近高考、考生任务多样,一般把这个阶段称为高考复习的冲刺阶段。该阶段总体指导方针是调整心态、巩固所学、预测变化。这个时间段的复习至关重要,把握好了可以提分,把握不好可能降分。

一、明确目标,科学规划

目标是指路的明灯,规划是行动的保证。冲刺阶段,教师还会有一些教学安排,这些教学内容是考生前期复习中普遍存在的问题,要引起足够重视。除此以外,模拟考试结束后,在分析自己的成绩时,要尽快为冲刺阶段的复习制订一份辅助计划,做到定内容、定时间、定目标,保证每天按照计划进行复习,不留遗漏。例如,对于基础扎实、但能力不够的考生,此时不妨以能力提升为主。具体做法是:“一模”至“二模”期间,完成“一模”试题的分类整理;“二模”至高考期间,完成“二模”试题的分类整理;最后两周,回看往年高考试题、回

看笔记等。

二、对照考点,回归基础

临近考试的这一阶段,针对基础知识的复习依然是必要的。尽管在复习的整个过程中,一直都在进行基础知识的复习,但实际上每个阶段的时间都很紧张,留给自己整理基础知识的时间很有限。冲刺阶段,教师会留出一个时间窗口,让考生系统回归基础。考生要紧紧抓住这个机会,制订回归基础的复习计划,并应就一些问题随时请教教师。例如,基础知识掌握不够扎实的考生,本阶段的复习就可以先从知识入手,利用一切可利用的时间,厘清知识体系、明确高频考点;在此基础上,对已做过的模

拟题、往年高考试题进行分析、整理和总结。这样做虽需较多时间,但效果良好。

三、用好错题,打好补丁

错题本上积攒了自己复习中经常会犯的一些典型错误,在临考前的这段时间要再进行一次错题本的回归,回顾曾经犯过的错误,认真补好每一个漏洞,尽量杜绝这些思维漏洞在高考考场重现的可能。有的考生还会有积累本,对一些常考的知识点、能力点进行了长期、系统积累,此时也可以派上用场。

四、适度做题,训练技能

考前冲刺的这段时间,考生要

做题,但要适度,不能盲目采取题海战术。做题是要演练技能,但有些技能是重复的,重复的次数过多,反而是一种时间的浪费,不如把时间用在总结、反思上。这就要求考生精选试题,针对自己的弱点进行训练。可取的做法是,在“一模”“二模”试题的基础上,针对本年度考题可能的变化,适当进行拓展。比如自然地理的过程问题、原因问题;再如选择性必修二《区域发展》、选择性必修三《资源、环境与国家安全》等内容。

五、坚持锻炼,调适心理

大考前大部分人都存在不同程度的心理焦虑,这就需要心理减压。锻炼是最好的减压方式,它不

仅可以增强身体素质,提高学习效率,还可以降低心理焦虑。心理压力还来自于高考目标。有些考生患得患失,遇到一点挫折就会与高考目标联系起来,就会有“万一考不上怎么办”这些不好的想法。高考目标是一把双刃剑,要发挥它有利的一面,避免其不利的影

响。“一模”的结束意味着教师主导复习阶段的结束,接下来就进入考生自主复习阶段。这对于那些具有良好学习习惯、有较强自学能力的考生相对较易,对于平时学习较被动的考生则有些困难。高考是在为自己今后的人生奠基,其重要性不言而喻。在这个关键时刻,只要未雨绸缪、沉着应对,就能发挥出最好的水平,取得满意成绩。

