

## 教考时评

适应居家学习  
科学备战中考

受疫情影响,居家备考,这是本届初三生特殊的成长经历。与在校冲刺复习相比,初三生会面对三点困难:缺少学习氛围;家中诱惑过多;缺少针对性指导。那么初三生如何能够战胜困难,居家高效备考呢?

目标先行,步步为“赢”。立足自身现有水平,理性分析自己的潜能,制定一个尽最大努力能够达到的终极目标。在这个大目标之下,化整为零,在复习的不同阶段制定相应的小目标,如制定“每周目标”或“半月目标”。可根据前一阶段目标完成情况,适当调整后一阶段目标,如学习内容的分配,自主复习的进度等,最终达成自己的终极目标。

时间管理,遵循规律。根据生物钟的规律和自己的学习习惯,制定每日作息时间表,并严格执

行。如清晨起床后,安排学习较难记忆的内容;18时后的两个小时,完成复习、归纳、整理等任务。考生要有意识地调整自己的生物钟,提高时间利用率,提升复习效率。

整理清单,各个击破。每位带领你冲刺备考的学科教师都会在总复习阶段指导梳理核心知识清单,一定不要忽视它。虽然这个清单不会直接出现在试卷上,但它是帮助你找到提分点的利器。考生将每个学科的错题整理出来,与知识清单对照后,就会发现有的知识点自己基本不会出错,而有的知识点却反复出错。这样一来,就清楚应该在哪些知识点上花功夫,从而把有限的精力放到提分点上。

建立体系,融会贯通。学科知识间有着密切的逻辑关系,如果零散地记忆,就会学得吃力且收

效甚微。会学习的考生一定会根据知识点的内在关联,将这些知识点织成知识网络,建立知识体系,这样才能达到灵活运用的复习效果。因此,在总复习阶段,不建议考生埋头“刷题”,而要腾出时间来梳理学科知识体系图谱,打通学科知识的“任督二脉”,融会贯通。

沟通交流,巧借外力。虽然居家学习期间,考生不能与学校教师面对面交流,但只要主动向老师提出问题,老师一定会竭尽全力帮助考生。建议遇到问题时,积极跟老师沟通,讲讲自己做题的思维过程,聊聊自己的困惑,老师一定会凭借自己的专业能力和备考经验为考生作出有效而明确的指导。

最后,祝所有考生取得优异成绩!

(北京市陈经纶中学分校教师 刘丽娟 邹方亮)

## 全国累计关停取缔培训机构309个

本报讯(记者 邱乾谋) 全国目前累计排查发现“假注销、真运营”培训机构309个,已全部关停取缔。这是记者日前从教育部获悉的。

截至4月30日,全国32个省份91.4%的县(市、区)已启动义务教育阶段学科类校外培训治理“回头看”工作,其中41.6%的县(市、区)已完成辖区内所有培训机构排查。全国累计排查培训机构82246个(含线上、线下机构,含已关停的机构复查及非学科类机构涉嫌开展学科类培训排查),其中发现问题机构1771个,占比2.2%;审核培训材料126791份,发现不合规培训材料654份,

占比0.5%;审核从业人员资质217614人,发现不具备相应资质的教学、教研人员713人,占比0.3%。

在培训收费监管方面,累计排查发现未执行政府指导价机构178个,超政府指导价收费50.6万元,已全部完成整改,全额退费。

在隐形变异治理方面,累计排查发现违规开展学科类培训各类机构1751个。

此外,个人违规开展学科类培训1108人/次,其中已整改完成1083人/次;涉及中小学在职教师7人,各地已按干部人事管理权限,对涉事教师先暂停工作、再调查处理。

在材料和人员规范方面,累计排查发现不合规培训材料654份,其中责令停止使用并清理销毁641份;不具备相应资质的教学、教研人员713人,其中立即停用或转为非教学岗598人。

在数据信息填报方面,累计发现有519个机构未使用全国校外教育培训监管与服务综合平台,已督促其中421家培训机构完成运营信息平台登记。

在风险防范方面,累计有2351个县区建立了重点核查解决退费难问题、校外培训监管执法、防范化解劳动用工风险等三项机制,占已排查县区数的80.3%。

## 大学英语四、六级口语考试延期至9月

本报讯(记者 蔡文玲) 记者从北京教育考试院获悉,原定于5月21日至22日举行的北京地区全国大学英语四、六级口语考试延期至9月3日至4日举行。

根据北京教育考试院日前发布的《关于2022年上半年北京地区全国大学英语

四、六级口语考试延期举行的公告》,受当前北京市疫情形势影响,为保障广大考生和考试工作人员生命安全和身体健康,经研究并报教育部教育考试院同意,原定于5月21日至22日举行的北京地区全国大学英语四、六级口语考试延期至9

月3日至4日举行。

延期后,考生无需再次报名,届时直接打印准考证参加考试即可。因考试时间推迟无法参加9月考试的考生,可向报名考点学校申请退费。考生可关注报名考点学校通知,及时了解相关信息。

因疫情原因,考生居家备考,如有相关问题需要咨询,可联系各区考试中心中招办,最新详细地址和咨询电话如下。

## 各区考试中心中招办地址和咨询电话

区招办	地址	咨询电话
东城区	东城区和平里中街37号	64226007
西城区	西城区西直门内大街186号	66139429
朝阳区	朝阳区团结湖南路1号	85967039
丰台区	丰台区望园西里4号	63813945
石景山区	石景山区八角北路51号	68825597
海淀区	海淀区知春里31号	62586791
门头沟区	门头沟区桥东街17号	69843100
燕山	燕山迎风一巷2号	69335983
房山区	房山区拱辰街道学院路北街9号	89310003
通州区	通州区葛布店北里9号楼	60557859
顺义区	顺义区裕龙三街1号院图书馆楼三层	69449654
昌平区	昌平区南邵镇景兴街10号4号楼	69717471
大兴区	大兴区兴丰北大街三段五号	69253635
怀柔区	怀柔区迎宾北路7号	69623654
平谷区	平谷区建设西街1号	89996800
密云区	密云区新南路103号	69041825
延庆区	延庆区延庆镇庆园街80号	60166953
经开区	北京经济技术开发区荣华中路15号朝林大厦C605	67887651