

细分假期计划 避免集中突击

北京第二十四中学高三老师利用课间为学生答疑。

耿光璧 摄



本报讯(记者 邓 茵) 本周末,高三生将迎来备考阶段的第一个小长假。面对长达8天的国庆假期,考生该如何规划?相关人士建议,考生要注意劳逸结合,做好每天的计划,避免突击复习造成身体透支。

对于完成高三首月学习的考生而言,这个假期是一个难得的休整时段。北京市第二十四中学课程处主任牟晓萍表示,不同于非毕业年级,对高三生而言,假期也可被看作“洗牌期”。因此,是否合理利用假期,关乎考生能

否保住或提升现有成绩。假期中,考生要关注以下问题:合理安排作息,确保生物钟正常;确保每天每科的复习进度和安排,不能搞“集中突击”;复习时注意对知识点的查漏补缺,同时独立构建知识整体结构;独立完成各科作业,做题过程中注意完成知识点(考点)的回归。

对于如何安排作息,牟晓萍建议,考生首先要做到少聚会、不熬夜,不安排长时间、长距离的旅游。其次尽量保证每天上午的整块学习时间。中午或者晚上吃

完饭后,可安排合理的休闲活动,如听音乐、散步、聊天、读小说、做运动等,做到学玩结合、张弛有度。此外,根据人体记忆规律,考生可将需要背诵和记忆的内容安排到晚上临睡前或早上起床后的时段完成。“这样的作息安排,既能保证充足的休息,又能进行有计划的复习。由于没有打乱生物钟,所以不会在假期之后的学习中有疲劳和不适应的感觉。”

在合理安排复习任务的同时,考生也要在假期为下一阶段的学习做好足够的心理

准备。相较于9月,10月和11月的复习会更为疲惫和艰苦。随着天气渐渐转冷,白天越来越短,高强度、高压力的复习还在继续,所以考生要做好打持久战、攻坚战的心理准备。考生眼下唯一可行的应对方案,是将9月复习和假期后首次月考检测后证明行之有效的复习方法坚持下来,形成惯性,咬紧牙关紧跟老师的节奏,绝不轻言放弃。高考成功与否,不仅体现在考分,更体现在高压之下的自我调整和心理成熟。

高三生如何备好错题本

本报记者 蔡文玲

进入高三,错题本的作用不可小觑。那么考生如何准备错题本?又如何用好错题本?记者采访了朝阳区教研中心数学教研员刘力。

错题如何选?

错题本,顾名思义,是将平时做题或者考试中出现的错题汇集到一起,但是并非所有错题都要记在本子上。高三上学期以基础复习为主,错题的选择也以基础为主。错题本

可分为两部分:一部分记常出错的基础公式、定理等,并经常拿出来翻阅;另一部分记不会做的题目、经常出错的题目、看似简单但有误导性的题目等。选择的错题要有代表

性,不能把所有题目都记下来,否则会因看不过来而影响复习效果。

错题本的题量可根据自己的学习情况而定。学习成绩一般、基础知识不太扎实的

考生,要有选择地记,着重记基础公式、定理、题型,记重点、要点,其余关系不大的知识点可忽略或留待下一步复习时强化,不能面面俱到,将所有错题都记上去。

错题如何记?

考生可将错题分门别类,或用有分隔功能的作业本。比如,可根据知识的章节分类,或根据题目的类型分类,也可根据掌握的程度分类。总之,错题要记录清晰,

方便以后复习。记错题要及时,发现错误且对以后有作用,就要及时誊抄。除了错题的誊抄,还要把错误选项、错误原因、正确选项标清楚,老师的讲解、

解题的思路也要一并写好。很多考生只抄错题却没记答案思路,导致后期翻看时忘记当初出错原因,做题时仍会犯同样的错误。

高考考查知识的内涵和

知识的综合、对问题的分析,所以错题本尤其不能缺少分析和解题思路。一些大题要重视阅读理解,把有用信息和关键步骤用彩色笔标出来,便于再次做题。

错题如何用?

错题记了,如何用是关键。记错题本就是为了整理、反思,不再犯同样的错误,并能举一反三。考生最好利用碎片时间回顾错

题,不要积累多了再一起纠正。

看错题本时,考生先要弄清为什么错,分析错误原因,再整体看怎么解决、原理

是什么、是否还有其他方法等。尤其是记不牢的错题和原理要多看、多做类似题目,加深印象,强化解题流程和方法。

错题本的作用是让考生能自己解决问题,尝试独立思考、经历分析研究的过程,从而在备考阶段积累经验,提升学习能力。

中国科学技术大学

少年班报名10月15日截止

本报讯(记者 徐 凡)

记者从中国科学技术大学获悉,学校2018年少年班面向全国招收第四十二期学生,网上报名10月15日截止。

学习成绩优异、综合素质突出、具有高中毕业文化程度、2002年1月1日及以后出生的优秀高二(含)以下学生均可报考。年龄或学籍不符合条件者不予报考。若弄虚作假,一经查出,取消报考及录取资格。

欲报名的考生要登录中国科学技术大学网上报名系统(<http://admission.ustc.edu.cn>)填写相关内容,上传一寸近期彩色证件照;填写后打印生成“中国科学技术大学2018年报考少年班申请表”,考生签字后,由所在中学在申请

材料签署推荐意见并加盖校印。考生还要将填妥的申请表、户口本复印件、身份证复印件、高中阶段成绩单(学校提供加盖公章)、主要获奖证书复印件(可选)等材料,在规定时间内寄至中科大少年班学院。

学校将组织专家组,结合考生德智体美、平时成绩、获奖情况、爱好特长、遵纪守法、诚实守信等多方面情况对申请材料进行审核。通过审核的考生要在10月31日前登录学校网上报名系统(<http://sf.ustc.edu.cn>)支付报名费。缴费确认后,学校将制作少年班准考证,并用EMS快件寄至考生个人地址。考生凭准考证,在当地高考报名时间内办理高考(理工类)报名手续。

上海纽约大学

面向全国招收201人

本报讯(记者 邱乾谋)

记者日前从上海纽约大学获悉,该校2018年面向全国招收201人,招生计划不做分省安排,各省(自治区、直辖市)招生名额不设上下限,在所有申请考生中择优录取。

招生对象为学业优异、英语能力突出,具有强烈求知欲和好奇心,勇于挑战自我,乐于尝试新事物,能够适应国际化竞争环境,并且愿意成为跨文化沟通桥梁的优秀高中毕业生。符合高考报名条件并参加2018年高考的考生均可申请报考。学校对申请材料进行审核后,邀请部分优秀考生参加“校园日活动”,并在考量考生活动表现的基础上,结合高考、高中学业水平考试、综合素质评价等,通过高校招生综合评价体系录取考生。

2018年1月1日前,申请报考该校的考生要登录美国大学本科入学在线申请系统,填写并提交“通用申请”。完成网上申请后,考生要按要求向学校招生办提交相关书面申请材料。学校招生委员会将对申请材料进行初审,并于1月31日以电子邮件形式通知考生初审结果。

该校有关人员介绍,在校园日活动中,

学校将通过模拟课堂、英文写作、团队活动、个别面谈等方式考查考生的英语运用能力,以及求知欲、领导力、学习能力、适应能力、沟通表达能力、心理素质、团队精神等各方面素质。活动全程用英语进行,在春节后的周末分批进行,具体时间和地点另行通知。学校招生委员会将根据考生校园日活动表现,给予相应录取政策:预录取考生参加2018年普通高考,高考成绩达到生源所在省本科第一批录取控制线(一二本录取批次合并的省为自主招生控制分数线),学校予以录取;待录取考生参加2018年普通高考,高考成绩达到生源所在省本科第一批录取控制线(一二本录取批次合并的省为自主招生控制分数线),学校将结合考生申请过程中的各项因素综合评定、择优录取。

该校2018年入学生本科学费为第一、二学年每年12万元人民币,第三、四学年每年18万元人民币。学校将根据考生在校园日活动中的表现和申请材料给予部分录取考生奖学金。奖学金设两档,按学期分四年发放:全球典范奖,共24万元人民币;全球菁英奖,共8万元人民币。