

高分学生谈高考

调整心态备高考

□晨报记者 陈海寅

苏建冲，浚县籍考生，2007年以总分620分的成绩考入中国农业大学数学与应用数学专业。

高考心得：高考只是一个门槛，不管你是闲庭信步还是千辛万苦，只要达到自己的目标就行。高考也不是人生唯一的分水岭，它只是一次考试而已。

多看做过的试卷

“数学是我的优势，高三时的成绩一般都在140分以上，有时还会考满分。我就把自己的一点学习经验给大家说说吧。”建冲说，“临近高考，我不再做新题了，而是把以前做过的试卷拿出来看看，主要看错题。找出错误的题型，分析常见的错误在哪里。”他说，考前考生就不宜再去学习新的知识了，把曾经掌握的知识巩固一下就可以了。

模拟高考进行时

“高考前的几天，我们就放假了。这几天的时间，我并没有过多地学习，而是抽空给自己模拟了几场考试，完全按高考的情况，让自己提前适应一下‘高考’。”建冲说，虽然学校也经常安排考试，但是给自己安排一次“高考”心里会很踏实。“为了防止高考时间不够用，在保证做完的前提下，我专门突击了一下选择题。十二道题一般用时在15

分钟到20分钟之间，用考试八分之一的拿到60分，效率还可以。”

多点课外活动

“临考前几天，考生们必须要做的就是稳定心态。我那时候比较倾向于课外活动，早上和下午会去打打篮球、跑跑步，也会和老师、同学聊聊天放松自己。晚上就看一些喜剧类的电影，看看往届的成功者是怎么走过的。”建冲说，稳定心态，把握好以前所学的知识比什么都重要。一个好的心态，会让考生在考试的时候超常发挥。

速度决定成败

“快速解答是我做题的一个特点。”建冲说，“平常考试，我都是以最快的速度解决‘战斗’，我做数学题的时间不会超过100分钟。一般是选择20分钟，填空10分钟，后面的大题就是按分值来决定做题速度，这就需要大脑保持高速运转。当然速战速决对自己的要求很高，基本就是哪块花的时间就多就突击哪一块，比如我专门提高过画图的速度。我建议考生可根据自己对知识的掌握程度合理调整。”

做题要慎重

“高考中，发下试卷后老师不会让考生马上答题，



而是浏览一下试卷的题型，看看有没有自己熟悉的，做到心中有数，以防时间不够用。我当时用96分钟完成了所有的题目，之后就是检查。这一点很重要，首先要检查选择题；然后看看填空题的题干，是不是有什么陷阱；再算一遍以确保结果的正确性，还要看看自己的答题步骤，看有没有笔误，有没有该写出来的步骤被自己跳过去了，有没有计算错误的，毕竟高考也是会按步骤给分的；最后就是检查答题卡上是不是有涂错的，一切完成后也该交卷了。”

“一门考完之后就要投

入下一门的考试中去了，不要再去回想上一场的考试。”建冲说。

心态最重要

“平时的考试，我的总成绩都在预测的一本分数线左右，总体排名也就是在中上等之间徘徊。我偏科，总是英语发挥好了，语文作文就写跑题了；语文答好了，生物选择题又做错了。除了数学很稳定外，其余三门的成绩都起伏不定。而在高考中我这三门的成绩都很理想，看似是超常发挥，实则却是情理之中的事。”

建冲说，平时的成绩不管怎样，他都不会太消沉。考试后进行总结，看一些励志的书籍，比如俞敏洪的《站在孤独、失败与屈辱的废墟上》。“虽然有时候自己的语文成绩很不理想，但对待高考我还是一如既往的乐观，从没有想过自己会失败。报志愿时，也只是报了提前批、一本第一志愿，其余的都没有填。”

建冲说，他想给家长一点建议，高考这几天，尽量做到和平时一样。因为这个时候过度关心反而会增加考生压力。高考的时候，家长的信任和理解很重要。

实用答题技巧——
英语：阅读中跳读、精读相结合

□晨报见习记者 李可

在高考英语考试中，阅读部分占了很大比例的分值，也是高考各题型中比较难把握的一部分。若是能把阅读做好，提高总分便是轻而易举的事了。

在考试中如何应对短文阅读，有没有实用的技巧和方法呢？记者采访了鹤壁高中高三年级的英语教师李绍珂。针对短文阅读，李绍珂老师介绍，词汇、阅读速度和推测能力是三个非常重要并且互相关联的因素。

其中考生词汇量的掌握在考试时已经基本定

型，而高考中英语词汇的出现不会超出考试大纲中所要求的2000左右的词汇量，只有在阅读部分会出现3%~5%的生词，不过这些生词的出现正是为了考查考生的推测及判断能力，只要结合上下文仔细阅读推敲，一般难度不大。

而其中的阅读速度是做短文阅读题时最关键的因素。根据短文后面所提出的问题来决定短文的阅读速度很有必要，哪部分该精读，哪部分该略读，若能认真计划，做到心中有数，不仅能准确作答，提高

准确率，还能使考生合理分配和节省答题时间。

跳读，就是快速地在有选择地阅读。即在文章中找一个或几个关键词。用这种阅读方法回答 who、what、when、where 之类的问题最为有效；略读，就是比跳读慢些泛泛粗略地阅读，目的是了解大意，对文章有个总体概念。此种阅读方法能回答 why、how 之类的问题；精读，就是用最细致、最慢、最深层的方法阅读，目的是求得对某些问题的全部意义的理解与掌握。在应用这种阅读方

法前，首先应用跳读法找到与问题有关联的地方，然后细读。在高考英语考试中，阅读部分占了很大比例的分值，若是能把阅读题目做好，提高总分便会轻而易举了。

“最好带着问题阅读短文。即先看短文后面提出的问题，再决定选用跳读、略读和精读方法，这样做目的性很强，能收到事半功倍的效果。”李绍珂老师说。比如问题中让判断某个词的涵义，在阅读短文的时候就应在该词出现处逐词精读。

作文要
写出真情

□晨报记者 张凯培

语文考试中作文是分值最大的题目，所以考生要想在高考语文中获得理想的成绩，作文尤其不能忽视。记者最近在与优秀考生的沟通过程中，了解到一些作文临场发挥方面的经验技巧，其中他们提到最多的是作文一定要写出真情实感。

中国农业大学的学生高姗告诉记者，当年高考中她的语文成绩为125分，之所以能拿到这样高的分数，她认为与作文失分少有很大的关系。高姗认为好的文章都需要凝聚一定的感情，文章的感情有了，同时还要具有一定的思想性，那样考生的作文分数自然不会低。

中国地质大学郭雷告诉记者，要想文章有感情，考生首先要着眼于自己所感、所思、所闻的鲜活材料，这样更容易触动阅卷老师的情感，最终拿到高分。考生下笔之前一定要认真审题，不要因为过于自信造成跑题。

郭雷建议考生动笔前先要有所构思，围绕主题积极开展联想，并列出具体的提纲。作文可以触及各个方面，但是一定要写出自己的真实情感。同时提醒考生，要合理安排自己的考试时间，保证给作文留下充足的时间，避免因作文没写完被扣分。

实用答题技巧——
数学：先易后难树立信心

□晨报记者 李潇潇

“改变解题习惯，不要从头到尾按顺序做题。无论是大题还是小题，都要先做会做的题，然后再做有困难的题，最后再做不会的题。”2007年的高考考生，现在就读于华南理工大学环境科学与工程学院的郭朝林对记者说。

“选择题不能图快，要细心求稳，这一部分需要大约四十分钟的时间，争取把会的分数全拿到手。最好多利用常见的选择题技巧，特别是数形结合，答

案带入题中验证一遍。”郭朝林说，他告诉记者，高考时间比较紧张，所以一次做对很重要。特别是选择题一定要稳中求胜。

计算题前几道都不太难，一般考生都可以解答出来，需要的就是细心。具有“分水岭”作用的是最后两道计算题，特别是其中的解析几何题难度比较高，但郭朝林说，最后一道题一般会有三个小问题，前两个问题比较简单，建议考生先把前两个做出

来，这样的话，就算最后难题解不出来，也不会对考生的心理有很大影响。

“数学需要分析，所以做题时最好列出所有已知条件，条件告诉你什么，你就把什么列出来，然后把所有列出来的东西都给整理一下，对照问题去解决问题。”郭朝林说，“大的计算题中能做出来的小问题要尽量做出来，不要因粗心失分，能做出来的就要做出来，而且要做对。做不出来的列出几

个相关公式也会有步骤分。”郭朝林告诉记者，因为数学高考阅卷评分实行的是“分段评分”，所以考生应考的基本策略是：会做的题目力求不失分，部分较难的题目力争多得几分。

郭朝林还提醒广大考生，会做的题目若不注意准确表达和规范书写，也常常会被扣分，所以卷面的整洁也很重要，特别是男考生，更应该注意书写规范，字迹工整。

