

# 高考理科综合应考策略

□本报记者 杨志伟 李娟 整理

## 物理篇



**主讲老师:朱金广**  
呼和浩特市第二中学物理教研组长,呼和浩特市物理学科带头人,市级优秀教师。

高考复习备考现已进入最后冲刺阶段,物理已经进行了两轮系统的复习和模拟训练。在最后这段时间内如何备考,才能让物理成绩在原有基础上进一步提高,给出考生如下建议:

一、重视基础,回归教材。考前这几天,复习应该以梳理基础知识为主,留意对知识的归纳与总结,还要留意剖析知识点间横向与纵向的联系,明白概念的内延和外延,构成系统的知识框架,做好基础知识的查漏补缺。在回归教材的过程中,要在课本中落实考点,挖掘课本中的内涵,重温公式、定理的推导,特别注意教材中的小实验和选学内容,高考中的创新型实验题目和部分信息题往往都源于它们。

二、做适量的综合题,训练答题规范。按照规定时间做套题保持对

知识的综合应用能力,但并不是做得越多越好,适量即可。考生应在考前至少做完近三年的全国甲、乙卷,熟悉考试中的答题思路,掌握答题规范和答题技巧。在解答物理计算题时需要注意:高考评分标准按步骤给分,考生要严格按照答题步骤逐步书写,一定要依据物理原理和公式列出基本方程后,再进行运算,切忌一开始就代入数字,防止因为计算错误丢失步骤分。

三、重温典型题、平时考试中的易错题。高中物理有些常用的模型,在考试题目中经常出现,例如传送带模型、板块模型、弹簧模型等。通过重温典型题,熟练掌握经典模型处理方法,结合各个模型的要点详细剖析典型例题,反省自己能否真正掌握知识点及解题思路。看错题的同时,要

注意检查自己曾经出现过的失误,找到自己的知识漏洞、思维方式的偏差、解题规范的疏漏,把错误集中的点作为训练的重点,有目的地精选一些相关的题目再进行练习,不让同样的错误在高考中重现。

四、明确高考的考试重心。中学物理的主干知识是力学和电学,且中档题及难题多出现在这两部分中,在物理知识点的复习过程中考生应做重点反复复习。此外,热学、光学和原子物理等一些非重点内容,大约占到考试的20%,且题目也相对简单,属于易得分题型,应争取将这部分分数拿到手。关于实验部分,考试前要把一些常见的仪器读数、典型的实验原理、实验仪器、实验误差以及数据剖析等总结一遍,做到心里有数。

## 化学篇



**主讲老师:马富莲**  
呼和浩特市第二中学高三化学备课组组长,呼和浩特市化学学科带头人。

高考前的最后冲刺阶段,给考生们以下建议:

一、回归教材,筑牢化学基础。基础题仍旧是高考题中占比最重的部分,并且拔高题也是在掌握基础的前提下,将模块综合、信息融合、逻辑思维等集中考察。必修一、必修二和选修四的课本上都有化学实验和化学方程式,这是我们回归教材的重点。选修三和选修五,也要根据自己的选择模块回归教材的相关部分内容。强化记忆一轮复习中的重点和核心内容。例如,离子反应模板中的强酸、强碱、可溶盐、微溶物、与量有关的离子反应、常见离子的典型检验方法。又如,氧化还原反应模块中的概念、常见的氧化剂和还原剂及其产物、方程式的书写方法。成绩较好的同学多记一些二次结论,以便在考试中更快更准确地得出答案;成绩中等的同学要熟记一次结论,学会快速提取有

效信息;基础薄弱的同学,可以果断放弃化学平衡、水溶液中的离子平衡等有难度的题。

二、回看错题,归纳错因,寻找增分点。每天花一定的时间,把做过卷子上的错题拿出来复习,仔细再做一遍,认真思考,特别是题目涉及到的相关知识点,要返回去再重新复习一下。高考是在考查学生掌握基础知识的同时,利用知识解决问题,所以知识点的熟练掌握才是根本。接下来就是运用知识规范地表达书写,所以书写准确、规范化是后期能够增分的所在。

三、重视全国高考卷真题。高考试题是教学大纲的命题方向,多分析历年来的高考真题,明确考试方向和命题趋势。总结历年真题的相同点,找出不同点,不要认为之前考过就不会再考,任何重要知识点都有考的可

能。通过分析、多做高考真题,可以让自己明确感受到什么知识点才是主流考察要素。研究主观题的标准答案,既要弄清问题本身涵盖的知识,更要弄清问题及答案中蕴含的逻辑关系。重复做近五年的全国卷真题为宜,重点关注近三年的高考题,不纠结偏题、难题、新题。

四、适当做题,保持手感。在高考科目考试的相应时间段做相应的科目训练,延续自己已形成的答题顺序、答题时间以及预计的取舍题目。理综分数高低左右着高考成绩,要想理综分数高,选择题就要做得好。对于化学选择题,一是慢读题,圈点出平时训练的敏感关键字;二是针对不同的选择题,要有不同的策略。例如,电化学选择题,一般都是考察基本的概念和原理,不要为新型装置背景下的内容而害怕。

## 生物篇



**主讲老师:赵雅丽**  
呼和浩特市第二中学高三生物备课组组长,有多年高三教学经历,多次进行呼和浩特市高考复习备考分享。

高考前最后的阶段,虽然时间短暂,但对于考生来说,合理规划这段时间至关重要。从生物学科出发,建议考生关注以下几点:

一、回归教材。回归教材是考前非常重要的一个环节,尤其是对于生物学科来说更是必不可少的环节。回归教材切忌盲目看书,由于时间较短,在回归教材之前需做到“心中有目标,脑中有问题,手边有错题。”这样才能针对性看书,有效解决问题,避免走马观花,流于形式。例如,看书的顺序建议是选修、必修三、必修一、必修二;看书前要确定这本书我主要厘清哪些实验、基本概念、知识体系,熟悉的知识点快速过关,有些知识点不是很清晰或没记住的,需要重点关注。有些同学可能对自己的知识

体系不是很清晰,不知道哪会或者哪部分知识有问题,这时候借助于手边的错题,一种类型的题放在一起,认真分析、整理一下,从而通过错题找到自己知识的盲区或者易错点,这样带着问题看书,效果会更好。同时,在梳理错题时,除了整理知识点存在的问题,也要将解题思路、解题方法、规范表述方面存在的问题一次性厘清,保证每一道错题的解决都能将来成为高考考卷的提分点。

二、回归高考题。高三学生做了大量的习题,有很大一部分学生只是为了做题而做题,题做的多而杂,这时候适时回归一下“初心”比较好。回做高考题,通过定时训练,认真体会高考题所考查的知识点、问题的设置以及从题干信息表述中如何能够

确定答题方向,而不至于脱离考点,从而规范自己的思维和语言表达。同时在回归高考题中,关注高频考点,进一步明确自己对于高频考点的知识体系是否完备、是否存在模棱两可的知识点。

三、调整兴奋点。在相应科目考试的时间段有计划的限时训练,一方面保持做题的题感,强化规范答题,另一方面在相应的时间段让自己保持兴奋的状态,为高考提前调整自己的“答题生物钟”。

四、调整心态。以一颗平常心去应对高考,考场上忌讳患得患失。考场上紧张很正常,适度的紧张有利于思维的调动。同样,考前的失眠也不用焦虑,从生物学的角度讲,生物是有应激性的,即使失眠,只要认真对待,不会影响答题。