



16所师范和医科高校 公布在我省招生计划

□ 晚报记者 张竞映

本报讯 目前,已有9所师范类和7所医科类的院校公布了今年在我省的招生计划,打算报考这两类院校的考生和家长可以参考一下。

师范类

北京师范大学 计划招生86人,全为免费师范生,其中文科28人、理科58人。

华东师大 招生129人(体育5人、艺术12人),其中有53人为免费师范生(文21人、理32人)

华中师大 招生207人,其中105人为免

费师范生(文27人、理78人)

西南大学 招生435人,其中100人为免费师范生(文45人、理55人)

东北师范大学 招生209人

海南师范大学 招生130人

湖南师范大学 招生65人

河师大 本科面向省内招生4995人。河师大新联学院本科计划招生1100人,专升本计划招生557人。此外,该校与郑州师专、河南教育学院、河南机电高专联办本科计划招生350人。

周口师范学院 计划招生5499人,面向17个省市

医科类

首都医科大学 计划招生24人,全部为本科(含国防生计划)

甘肃中医学院 计划招10人,文科3人、理科7人。

沈阳药科大学 招生47人(本科)

重庆医科大学 招生80人,文16人、理64人

浙江中医药大学 招生20人

中国医科大学 招本科25人,专科25人

河南中医学院 本科招2200人,多数计划面向河南

参透评分标准,找到答题窍门 名师讲讲物理学科复习技巧

本期主讲人

景桂芹 郑州二中高级教师、全国科研型教师A级教师、郑州市第一届、第二届“名师”

晚报记者 张勤 张竞映

“ 高考前的最后一个月,学生对高考要求的知识、方法、能力积累基本告一段落。这个阶段的主要任务是完善知识网络、加强考试技能。需要提醒考生的是,由于网上阅卷需要进行扫描,要求考生字迹大小适中清晰。合理安排好答题的版面,不要因超出方框而不能得分。”

注意回归课本,复习实验

熟练课本知识很重要,要回归课本,完善知识网络,掌握基本方法。通过适量的模拟训练,检查自己对考纲要求的基本概念、基本规律、基本方法等知识是否完全掌握,进行及时的查漏补缺。

通过复习老师的课堂演示实验以及

平时的学生分组实验,掌握基本概念的引入、内涵、外延物理意义和基本规律等内容。此外,对一些实际应用现象如多普勒效应、光导纤维、超声波、次声波、红外线遥感等现象进行理解记忆。同时提高实验能力。

考试技能有可能让你“超常发挥”

景桂芹老师说,对考前及考试中可能遇到的各种情况,考生都要有足够的思想准备和应对策略。调整好考试心态,总结出一套适合自己的应试技能很重要。

通过反复练习,找出一套适合自己的做题速度,如选择题平均几分钟一个,实验题用几分钟合适,会、但比较缠手费时的题怎样节约时间应对,讲究效率等,总结梳理各

类问题的思维方法和做题技巧。

每次模拟考试都认真进行试卷分析,按知识漏洞和各种失误分类总结失分原因并进行整理记录,把失误分在高考前降到最低,就会得到高考所谓的“超常发挥”。

此外,要按高考时间,调整自己的作息,调整生物钟,保证自己的兴奋点与高考时间吻合。

◆名师指点4个得分小窍门

景桂芹说,从这几年的评卷来看,很多学生由于答题不规范,缺乏应试技巧,丢失了很多应得之分,其中不乏一些平时成绩较好的学生失分情况相当严重。为避免这种情况,景桂芹老师给考生们透露了一些抓分的小窍门儿。

第一,简洁文字说明与方程式相结合。有的考生解题是从头到尾只有方程,没有必要的文字说明,方程中使用的符号表示什么不写清楚;有的考生则相反,文字表达太长,像写作文,关键方程没有列出,既耽误时间,又占据了答卷的空间。景桂芹说,以上两种情形都属于极端的做法,会导致丢分。因此,提倡考生在答卷时用简洁的文字表达,关键处配合图示说明并结合物理方程式。

第二,尽量用常规方法,使用通用符号。有些考生解题时不从常规的方法入手,而是为图简便而用一些特殊的、奇怪的方法。这虽然没错,但阅卷老师短时间不易看清,有可能影响

得分。同样,不用通用符号表达有特点的物理量,阅卷老师也可能看错。阅卷现场老师的工作量很重,每天平均阅卷2500多份,平均看一道题的时间不过几秒钟,由于这些原因导致失分,考生很吃亏。

第三,分步列式,不要用综合或连等式。由于高考的评分方式是分步给分,写出每一个过程对应的方程式,只要说明、表达正确都可以得相应的分数;有些学生喜欢写出一个综合式,或是连等式,这种方式很不好,因为只要发现综合式中有一处错,全部过程都不能得分。所以对于不会解的题,分步列式也可以得到相应的过程分,增加得分机会。

第四,对复杂的数值计算题,最后结果要先解出符号表达,再代入数值进行计算。最后结果的表达式占有一定的分值,结果表达式正确计算过程出错,只会丢掉很少的分。若没有结果表达式又出现计算错误,失分机会很大。

物理评分标准 教你怎么答题

解题环节有所侧重。在文字→原始方程→代数变形→代入数据→结论这一解题流程中,原始方程和结论在这几个环节中是最重要的,是出现“给分点”的主要地方。

物理科目的评分标准有4个:第一是清晰,主要按方程、结论给分,兼顾文字(没有给分点)。先看结论,再看方程;结论正确看主要方程;结论不正确,看给分的方程有没有。第二是宽松,能给分则给分,有必要的方程就有分,文字说明正确也有分;方程里字母表达不合常规但意思明确有分;表达形式不同也有分;挖掘题目中的不足也能有分。第三是科学,方程要写原始表达式不要写变化式,结论要有单位,关键地方要说清楚而且简洁,重点要突出。第四是全面,制定评分标准时,充分考虑到学生各种不同的解法,制定出不同的方案,所以只要正确就不用担心得不得分,高考阅卷是不搞解题方法评优的。

在烦躁中寻一片宁静 始终保持一颗平常心

又是一年高考时,看到各大报纸上铺天盖地的高考信息,心中顿生感慨。回首两年前的自己,从烦躁到平静,最值得一提的就是努力让自己保持一颗平常心。

考前:一个傍晚带我回到平静

那是一个五月的傍晚,教室像个蒸笼,每个空气分子好像都在躁动不安,复习的烦躁和高考的恐惧,让我坐立不安。

随手抽了本历史书,冲出教室,漫无目的地走着,不知不觉走上了学校旁边的小山。找片空地坐下来,风吹过脸颊,吹干了汗珠,也似乎吹走了焦虑,我安静地看着对面连绵不绝的大山。它们是那么宁静安详,经历了多少电闪雷鸣,风吹雨打,依然安静地矗立。天空,宽广无垠,可以包容大地的一切。

看着看着,心渐渐平静。低头,随意地翻看历史课本,开始看法国大革命那段风云变幻的历史。不一会儿,十几页的课本轻松地看完了。没有考试的压力,没有题海的压迫,就像是看小说一样在看历史的潮起潮落。突然,感觉自己完全释然了。

我突然明白,在烦躁中原来我可以寻找一片心灵的宁静。考前一个月,看课本也许是最能让我安心的方式。最终考试结果也证明,这种宁静看课本的方式效果也是最好的。

考场:出错了也要保持冷静

平时和别人说高考没失眠,那是假话,考试第一天晚上,我失眠到1点多。

第一天考语文,穿了很随意的衣服,状态还挺好,没瞌睡也没紧张。唯一出错了的是,我太放松了。竟然没看清楚把准考证号写错了,把0写成了5,每人只有一张,这可怎么办啊?心跳突然加速,但我又马上意识到我不能紧张,要冷静,冷静,我赶忙叫监考老师过来,询问怎么办。

老师态度挺好,和总场的负责老师商量了一会,回来拿起我的笔,在5的上面涂了很粗的黑圈,只剩中间不大的白点,就让我继续答题。

之后答题的过程很顺利,一点也没有因为这个影响心情。全身心投入答题,时间正好够用。

其实,人生每个阶段都充满着考验,考的不仅是我们的知识和能力,更是心态的考验,保持一颗平常心,坦然自信地面对生活,属于我们自己的成功就在下一站。

范丹/文

(张勤 张竞映 整理)

只有父母健康,才有子女安宁

“腰椎间盘突出”让父亲一下子老了很多

1985年爸爸在工厂任会计,厂里要派人去山东添加设备,爸爸因平时工作严谨,身体健康,所以被派前往。谁料这一去,爸爸的人生竟与腰椎间盘突出进行了长达八年的“拉锯战”。由于过度劳累,加上气候潮湿,引起了腰痛,原以为回家休息休息,贴贴膏药就好了。谁知随着年龄的增长爸爸的腰痛严重起来,不敢弯腰,不能长时间坐着,甚至两腿也出现了疼痛,夜里几乎无法入睡。父亲明显消瘦了,顿时苍老了很多,这使我和妈妈看在眼里,疼在心里。

“腰痛宁”让我们全家获得幸福

妈妈原来也在工厂工作,后因亲戚介绍得以在药店工作。因为爸爸的病,特别留意柜台上卖的治腰痛的药,我还记得妈妈曾买过一段时间的一种止痛药芬,因为年纪小,印象不太深但药瓶却留下了纪念,后听妈妈说副作用大,长期吃对身体不好,就买了两盒腰痛宁给爸爸试试。腰痛宁与别的药不同,都是胶囊,但里面还有一支支的黄酒,黄酒据说是很好的药引子,可以助药性发挥。

爸爸第一次服用腰痛宁胶囊,就感觉腿部肌肉颤动,服药1-2周后腰部疼痛略有些加重,还不如贴贴膏药,妈妈觉得很奇怪,心想要是不管用,为什么还有那么多老顾客回来买?第二天妈妈下班回来,欣喜地告诉爸爸,原来爸爸的症状是属于马钱子治疗反应(腰痛宁主药就是马钱子),医学专家称此现象为“治疗反应”,治疗反应是药物治疗出现疗效病情转愈的前奏,继续服药病情即可好转。

服用了两个多月,爸爸的腰疼症状基本消失了,工作一天下来也不觉得累,还经常参加一些强度较小的体育运动。不过爸爸知道,这种病非常顽固,不易根治,最好的办法是坚持服药,巩固疗效。到现在他还一直在服用腰痛宁胶囊,并且逢人便说是腰痛宁治好了他的病,是腰痛宁给了他健康的身体。

如今,已为人母的我一说道腰痛宁就先想到了爸爸。当一种叫作岁月的东西从指间滑过,从眼角掠过的时候,虽然悄无声息,却让我们每个人都明白,有健康才会有未来。