

一年一度的五一再次来临,虽然由原来的七天改为了三天,但阻挡不住人们学习的热情。近日,记者从多家培训机构获悉,咨询报名人数明显增多,部分课程出现爆满的情况。

那么,对于即将面临中考或都高考的考生来说,该如何利用好这三天的时间?又该如何选择这些课程呢?近日,记者采访了相关专家。

郑州晚报记者 吴幸歌

# 合理规划,五一向上再向上

## 如何利用三天的假期? 抓住机会,查漏补缺

虽然五一长假由原来的七天改为了三天,但对于那将面临中高考的考生来说仍是一次难得的机会,合理地利用好这三天不仅是前阶段学习的一个补充,对后期的冲刺也会起到很好的帮助,因此,一线老师张老师提醒考生,无论学习成绩的好坏,长假期间都应该正视自己,适当地安排好学习。

对于一些平时成绩本身就很好的学生,可以利用假期对所学知识进行加深,巩固自己的优势;对于成绩中等的学生,一方面可以利用假期查漏补缺,找出不足,另一方面可试着冲刺一些中等偏难的题目,以便在未来的中高考中有所突破。而对于一些基础相对较差的学生,则要利用假期进行认真的思考,在最后一两个月的时间要保证所有的科目齐头并进不太可能,但一定要保证自己的优势科目多拿分,拿稳分。

他提醒学生在复习时可遵循“三多两少”原则。“三多”即多看旧题(已做过的题目)、多找典型题、多查问题;“两少”即少做题、少挖难题。复习时,要注重基础知识的回归,争取不要在一些基础知识上丢分。

“综观近几年中高考,很多综合性强、难度大的题目最后大都还是回归到基础知识的考查。”张老师说。

## 特别提醒

### 假期充电害怕两个“极端”

以往每到五一长假,考生都容易走向两个极端:一是自主复习,时间被家长安排得特别满,二是长时间的放任不管。过于劳累的时间安排,很容易使考生产生逆反心理,而过于安逸的时间安排,更不利于考生的后期复习。

因此,李老师提醒家长,虽然只有三天的假期,也要注意自己的行为,不要想方设法把孩子“钉”在书桌前,更不能由着孩子放任不惯,尽量给孩子营造一个好的学习环境,减少外界对孩子的干扰。学习之余,也可以为孩子安排一到两天的短途旅行或郊外放松,不仅有助于缓解考前焦虑,对考试状态的正常发挥都是很有帮助的。

此外,每天学习之余,考生自己也可以进行多种方式的休息与放松,比如说去看自己喜欢的电影,或者听音乐会,都会对紧绷的神经起到调节的作用;也可以找同学或者朋友去逛街或者聊天,将压力疏解出来,在假期结束后有个轻松的心情去继续复习冲刺。

## 如何选择短期培训课程? 根据自己的需要选择

大考当前,学生急、家长更急,好不容易盼来的五一,很多家长都把希望寄托在一些课外培训机构的身上,希望通过一些短期培训,帮助孩子查漏补缺,快速提高成绩。而一些培训机构也在五一期间推出各种各样的班型来满足家长的需求。如,“快速提分班”、“答题技巧班”、“一天提高20分”等,那么,对于考生来说,该如何选择这些短期课程呢?从事教育培训工作多年的李老师也发表了自己的观点。

李老师介绍,根据往年经验,很多培训机构都会在五一期间推出各种各样的讲座以短期培训课程。这些课程短则一天,长则三天,有本地老师主讲的,也有邀请外地名师主讲的。主讲内容也是五花八门,有教考生报志愿、有教考生答题技巧的、还有预测命题趋势的,其目的就是一个:帮助考生快速提分,在中高考中取得优秀的成绩。

面对名目繁多的短期课程,很多家长恨不得一个也不要错过,带孩子穿梭于不同的培训机构之间,结果孩子累,家长更累。因此,李老师提醒考生,选择短期培训课程一定要慎重,根据自己的需求,有目的,有针对性地选择,千万不要人云亦云,别人报什么自己也报什么,最后白白浪费三天的时间。

# “压轴题,其实没啥可怕的!”

## 《高考数学压轴题公益讲座》上周举行 听完红旗老师的讲解,学生们纷纷表示受益匪浅

### 攻克数学,要学会梳理连贯的知识模块

红旗老师介绍,高考数学,对于没有“悟性”的孩子真的很难。而我们传统的“套题”训练,难以实现“悟性”的培养,造成孩子看到题目,发现自己没有做过这样的“套题”,心理就马上崩溃。最后时刻,快速提高“悟性”已经不现实,但红旗老师对高考数学的每个部分都有透彻研究,结合学生特点都有独特的训练方法,把有限的时间和精力,用在“要出的题目”上,提高分数还是现实的。

### 深入浅出,两种方法解决压轴难题

讲座中,红旗老师一共讲解了几何和函数三道压轴大题。赵老师介绍,所谓压轴题,就是数学成绩好坏的分水岭。出题老师的目的,并不仅仅考查某一个知识点或者公式的运用,往往是对某一个知识点引申出来的相关知识模块的全方位考查,所以,一旦学生用很轻松的或者说很简单的公式就推导出来,那十有八九就出错了。解析压轴题最重要的是要学会拆题的技巧。

到底该如何拆题呢?赵老师通过不同的题型讲解了两种拆题的技巧。

第一种就是传统的逆推思维,通过需要求证的答案,来逆推过程,假设论证,倒着推出问题,推理的过程中,将压轴题中蕴含的知识模块全部拆解开来,寻找正确的解题思路,条理清晰,问题自然迎刃而解。

数学是每年高考的决胜科目,想考入名校,数学成绩就需要在140分以上。也许有的家长认为数学考这么高的分数很难,其实不是这样!很多孩子数学不好,总有莫名其妙的失误,原因是学校统一训练,而孩子的问题不一样,所以做了很多试卷,成绩提升慢,甚至还下滑。再有就是知识模块的不连贯性,导致最后的压轴大题往往做得不尽如人意,成绩想要拔高140分以上,就显得很难。

第二种就是赵老师常说的解题思维轨迹。拿到大题后,第一步读题,出题老师组成一道题,肯定要有相关的背景及知识点分解。读出背景来,进行知识体系的开枝散叶,将题目中牵扯的知识快速分析总结,需要运用那些知识模块,相关定理和思路是什么,为思路寻找轨迹,理顺自己解题的思维轨迹,然后找路、搭桥,通向结果。

赵老师以面面垂直问题举例:看到面面垂直,第一步找面面交线,第二步各面引申出线,第三步证明A面线垂直交线,第四步引申A面线垂直B面,最后知识连续性,线线垂直。“这就是一个简单的思维轨迹过程,将所有相关知识进行梳理,看到一个点,立刻能引申出一个知识体系,这时候再来做压轴题,你会发现真的很简单。”红旗老师说。

### 最后时刻 什么影响孩子高考?

“明明这些题平时都会,可一到考试时就忘得一干二净,不知道如何下手了?这到底是怎么回事?”讲座中,不少考生向赵老师咨询道。

对此,赵老师介绍,影响高考的心理因素很多,如,考场心理,试卷心理,不同科目心理等。因此,在考试前要进行适当的训练和调整。

另外,心理的调整与外在的生活环境,内在的生理环境都有关系。如考场心理,学生坐的位置就是一个重要的影响考试成绩的心理因素,位置在教室的前后,位置是否靠墙,学生都要能够淡然处之,全力冲刺。在考试中,同学翻看试卷的声音,同样也会严重影响学生。赵老师提醒学生,当别人比自己早一点翻看后面的试卷,就要暗示自己“这个同学前面很多题不会做。”这样,就不会出现紧张的心理。

此外,压轴题也是影响考生发挥的一个重要因素,很多考生一看到压轴题就头晕、感觉很难、不会做……这都要在高考前逐个解决的,否则,带着未解决的心理问题上战场,很容易出现失误。

上周日,由本报联合红旗高考实验班举办的《高考数学压轴题公益讲座》在红旗实验班小礼堂如期举行,来自我市的百余名学生和家长们共同聆听了此次讲座。讲座中,红旗老师通过精选的三类题型(立体几何、解析几何、函数)对数学压轴题进行了深入浅出的讲解,学生们纷纷表示受益匪浅。一位考生在听完红旗老师的讲座后说:“压轴题,其实没啥可怕的。”

郑州晚报记者 吴幸歌