

# 高考倒计时不足100天 临门一脚怎么“踢”？



攻略

编者按

距离2023年高考不足100天，你复习得怎么样？在冲刺备考阶段，如何复习才能获得最佳效果？怎样才能激发个人潜能，在冲刺阶段实现逆袭？从本期起，《海南日报》《教育周刊》推出“攻略”专栏，特邀我省高中名师从复习备考、应试技巧、心态调整等方面为考生加油支招。

语文

构建知识体系 提升写作能力

杨晓丹

在新高考背景下，素养本位和情境化、思辨性的命题思路，因文设题和反套路的命题趋势愈加清晰。因此，在最后阶段的复习中，考生要利用教材文本构建知识体系，研究高考语文真题，强化文本分析能力和对思维路径的训练。

1. 纵向比较，把握宏观变化。  
首先，要纵向比较近五年的高考真题，研究考查的题型和能力。例如，通过梳理高考全国卷小说阅读的主观题，我们发现，关于叙事艺术的考查频率最高，其次是人物形象。因此，在小说阅读备考中，不仅要重点关注小说的叙事技巧，还要适度学习叙事学和文艺学相关理论知识，如冰山理论等。
2. 横向比较，分析同类类型。  
我们来看看以下三道关于小说的高考题：

本文多次提到“板凳”，这是富有意味的细节。请分析文中“板凳”的用意。（2020新高考II卷）

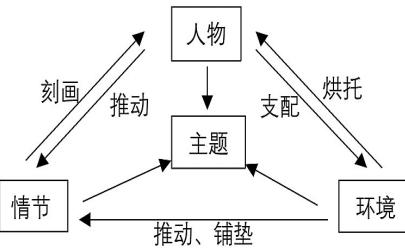
小说以“电话”为枢纽连接人物、安排情节，这样处理有什么作用？（2016全国高考II卷）

小说以“鞋”为中心叙事写

人，这样处理有什么好处？（2014全国高考II卷）  
以上三道题是不是都在考查物像的作用？其参考答案都指向物像本身的特点、与人物的关系、对情节发展所起作用、与主题的关联等。将这三道题横向贯穿在一起，同类题型的解题规律就清晰明了了。

## 3. 建构模型，迁移运用。

建构不同文本的阅读策略和答题模型，能让考生们更好地融会贯通，迁移运用。针对上文提到的小说阅读，可以建构出四维度的解题模型：



## 写作训练，有“道”有“术”

所谓“道”，就是指精神境界，考生需关注生活、思考生命，才能让作文有灵性、有思辨力；所谓“术”，即技能方法，写作时要训练内容结构和语言，才能保证基本的写作水准。具体包括以下四点建议：

### 1. 关注社会生活。

生活是作文的源头活水。考生平时要多关注社会生活，并进行由浅入深的思考，看到的是景象、人事，想到的是抽象的道理。针对观察到的现象，可以追问自己几个问题：为什么？怎么办？有什么意义？

### 2. 坚持课外阅读。

在高三冲刺阶段，考生应坚持课外阅读，读读散文、时评、杂文等，比如鲁迅、林语堂、余华、梁文道等人的作品。每天坚持15分钟的课外阅读，既能缓解备考压力，又能提升思维活力。

### 3. 梳理盘活素材。

积累素材，既要“务于精熟”，

又要“观其大略”。比如，你可以选择自己感兴趣的一个人物，查阅资料，深入了解这个人物的生平、成就，以及他人评价等，为其写一些片段文字，表达自己的情感和思考。作文素材必须和你的生命相遇，和你的感受相融，你才能灵活地运用它。此外，还需要积累思政、科技、艺术、教育、哲学、经济、文化等类别的素材。好的素材，应当是恰当的、有文化味的。

### 4. 从模仿到创造。

提升作文能力的一条有效途径，就是模仿佳作。古人谓作文有“三偷”：“浅者偷其字，中者偷其意，高者偷其气。”选择适合的佳作，从模仿开始，在模仿中创新，进而发展出自我的创造力。好的文章，一定有一个“我”在。有我的情感、我的思考、我的格调、我的精气神，才能成就好文章。

（作者系海南中学教师）

数学

回归课本 以不变应万变

李宁

高考数学的命题原则为突出数学本质，重视理性思维，坚持素养导向、能力为重。高考数学重点考查5项关键能力：逻辑思维能力、运算求解能力、空间想象能力、数学建模能力和创新能力。许多考生已从2022年高考数学真题中明显感受到了高考的“选拔功能”！2023年高三数学冲刺备考，可以从以下几个方面着手：

### 1. 端正心态，以不变应万变。

考生们要以从容的心态备考，以不变应万变。重点知识年年考，数学的主干知识每年都保持较高的考查频率。考生们不能因为去年高考数学试题难度较大，就一味加大复习题的难度，而是要踏踏实实进行高考二轮复习，打好基础提升能力。

### 2. 回归课本，适当关注冷门知识点。

考生备考时发现，有一些高考试题可以从教材中溯源，因此备考时一定要注意回归课本，不能抛弃课本。现阶段，要将数学教材再过一遍，对知识点知其然也知其所以然，对公式的推导、定理的证明要做到心中有数。一些较难又冷门的内容，比如独立性检验的论证过程、回归直线方程的推导等，有可能会在高考试题中出现。

### 3. 按模块梳理题型和解题方法。

考生可以从数列、三角函数、立体几何、概率统计、圆锥曲线和导数六大模块对解答题进行针对性梳理。复习时要以高考真题为主，兼顾各地的模拟试题，分类总结每个模块的常考题型和解题方法。以概率统计为例，考生可以查看概率统计解答题，总结出此类问题的高频题型与解题方法。解答题要分模块进行突破，同时穿插选择题训练，以巩固各个模块的基础知识和基本解题方法。

### 4. 调整备考策略和方法。

高三冲刺备考阶段，考生要参加多次模拟考试。面对不同风格的试题，考生应调整好应试心态，合理分配考试时间。无论试题整体程度是简单还是困难，会做的题要全力以赴拿到应得的分数，题目简单时不大意，题目困难时不气馁。

（作者系海南中学教师）

**关注传统文化 加强阅读训练**

陈玲

距离高考不到100天了，各科目前已进入第二轮复习阶段。考生们要摆正心态，掌握复习策略。

近年来，全国高考英语试卷中的语法填空、书面表达、阅读语篇等题型内容，很多都涉及中国传统文化，考查的密度、宽度和深度出现了诸多变化。高考试题通过讲述中国故事，进一步增强文化自信，厚植爱国主义情怀，发挥学科育人功能。因此，对中华优秀传统文化的考查将成为常态。

二轮复习时要有针对性地进行词汇复习，特别要重视课标新增词汇，以及派生词、不同词性在具体语境中的灵活运用。考生可根据话题梳理高中英语词汇，形成系统的话题词汇和知识网络，并运用话题词汇进行写作训练。

阅读训练，要多做并限时完成。阅读理解题型在高考英语试卷中分值占比很大。考生每天必须保持一定“刷题量”，每篇阅读最好在7—8分钟内完成。此外，还应不断梳理和强化解题思维和规范步骤。高考英语的阅读理解题型主要分为细节理解、推理判断、词义猜测和主旨大意四大类。这四种类型的解题思维、步骤和方法是不一样的。

完形填空：除了背高频词汇和梳理常用短语外，还要注意语意优先于语法原则。近年来，单纯的语法题几乎已从此类题型中消失，几乎每道题的四个答案都符合语法规则，错误选项主要起到语意干扰的作用。考生应根据上下文提示，暗示或铺垫，培养整体把握篇章的能力。此外，厘清上下文的逻辑。完形填空题对逻辑的考查，是学生结合语境进行合理分析、推断来完成的。因此，考生在做完形填空题时，既要有人感（设身处地进行思考），又要跳出故事客观审视，才会有柳暗花明、豁然开朗之感。

书面表达：要杜绝拼写错误，尤其是简单的词汇；要注意保持字迹工整、卷面整洁，尽量少涂改。内容扎实、卷面整洁的高考英语作文，分数一般都不会太低，如果再加上字体优美就更占优势了。

（作者系海南中学教师）

英语

**以教材为基础 以真题为导向**

翁文珠

所谓“道”，就是指精神境界，考生需关注生活、思考生命，才能让作文有灵性、有思辨力；所谓“术”，即技能方法，写作时要训练内容结构和语言，才能保证基本的写作水准。具体包括以下四点建议：

### 1. 关注社会生活。

生活是作文的源头活水。考生平时要多关注社会生活，并进行由浅入深的思考，看到的是景象、人事，想到的是抽象的道理。针对观察到的现象，可以追问自己几个问题：为什么？怎么办？有什么意义？

### 2. 坚持课外阅读。

在高三冲刺阶段，考生应坚持课外阅读，读读散文、时评、杂文等，比如鲁迅、林语堂、余华、梁文道等人的作品。每天坚持15分钟的课外阅读，既能缓解备考压力，又能提升思维活力。

### 3. 梳理盘活素材。

积累素材，既要“务于精熟”，

又要“观其大略”。比如，你可以选择自己感兴趣的人物，查阅资料，深入了解这个人物的生平、成就，以及他人评价等，为其写一些片段文字，表达自己的情感和思考。作文素材必须和你的生命相遇，和你的感受相融，你才能灵活地运用它。此外，还需要积累思政、科技、艺术、教育、哲学、经济、文化等类别的素材。好的素材，应当是恰当的、有文化味的。

### 4. 从模仿到创造。

提升作文能力的一条有效途径，就是模仿佳作。古人谓作文有“三偷”：“浅者偷其字，中者偷其意，高者偷其气。”选择适合的佳作，从模仿开始，在模仿中创新，进而发展出自我的创造力。好的文章，一定有一个“我”在。有我的情感、我的思考、我的格调、我的精气神，才能成就好文章。

（作者系海南中学教师）

思政

近年来，高考政治试题命题越来越灵活，更加侧重于对知识的分析和运用。去年高考是我省考生使用统编新教材后参加的首届高考，预计今年的高考命题将延续去年的风格。

立德树人既是高考的核心功能之一，又是思想政治课程的根本任务。2023年高考政治将聚焦时代重大现实问题、关键历史事件、社会热点话题、科技前沿进步、伟大建设成就等，着重考查学生的家国情怀、奋斗精神、责任担当与理想信念，以及美育、体育、劳动等领域的道德品质。因此，备考的基本策略是以教材为基础，以真题为导向。

### 1. 准确把握课本基础知识，强化识记和理解运用。

通过读、背、写等方式梳理基础知识，复习必须全面、准确。备考时，应摒弃主观投机心理，将7本教材内容全部纳入复习范围，用扎实的实践基础的方式取代“冒风险划重点”。获得高分的前提是回归课本，熟读熟记教材理论内容。课本是高考试题命题的重要依据，也是复习备考的根本。

### 2. 重视建构和落实思维导图。

教师应坚持问题导向，立足学情因材施教，解决考生在知识运用方面的困惑，“以点带线成面”建构知识体系。只有联系和建构起单元、课题、框题、目题的知识名称及思维导图，才能在解答大题时不漏掉知识点。谁对教材思维导图的脉络一清二楚，谁就是最后的赢家。

### 3. 注重阅读，提升解题思维能力和答题规范化。

在二轮和三轮复习中，教师应经常命制模拟题或选取高考真题，引导考生进行阅读，提升阅读素养和能力，达到事半功倍的效果。

（作者系海南华侨中学教师）

H 焦点时评

## “作业熔断”不应一熔了之

■ 孟久儿

日前，江苏省常州市一小学宣布启用“作业九点熔断机制”，即超过晚上九点学生就要停止做作业，未完成的作业不用补做。该校的初衷是更好地保证学生充足睡眠时间。经媒体报道后，“作业熔断”很快成为热搜话题，引起众多网友讨论和关注。

据多家媒体报道，为了保证孩子的睡眠时间，“作业熔断”这一做法已在多所学校实施。“作业熔断机制”提出的前提是保障孩子们的睡眠时间。把孩子的睡眠放在第一位，说明学校高度重视学生的身体健康，这一点值得肯定。但是，不分析作业完不成的深层原因，仅规定学生晚上九点完不成作业就不要继续做，且第二天不用补交，很可能会掩盖一些深层次问题。

从学生层面看，完不成作业的原因是多方面的，既可能与作业量过多、过难等有关，也可能与拖延、效率低、学习能力较差等个人原因有关。在“作业熔断机制”下，那些平时做作业拖延或学习能力较差的学生，就会比其他学生更可能进入“作业熔断”行列，未完成的作业也不用补做。那么，与同伴相比，这些学生每天做的作业少，长此以往可能在学业表现上落后于其他同学。

从学校层面来看，采取“作业熔断”需课后服务和作业管理统筹考虑。一方面，“双减”政策要求各地各校开展课后服务，让学习任务更多地在校内完成。课后服务的重要内容就是进行作业辅导，让学生在校内完成大部分作业，教师对学习较为困难的学生进行有针对性的辅导。从这一角度来看，学校课后服务应为学生提供完成大部分作业的时间和质量保障，如果学生参加了课后服务，回家后还存在晚上九点做完不完作业的问题，那么需要反思学校课后服务的时间安排是否合理，课后服务的内容设置是否科学。

此外，作业管理要求教师设计差异化作业，在控量的同时力求增效。实际上，作业管理不仅仅体现在作业这一单独环节，还要求教师在教学设计、课堂教学、学情分析等方面都要有较好的把握。只有这样，教师才能在每天的课堂教学后，针对不同学生有差异地设计作业。因此，在启动“作业熔断”前，学校应先调研学科教师布置的作业是否做到了分层化、差异化，教师是否具备良好的教学设计和学情分析能力等。如果某学科或某年级的作业出现了大量“作业熔断”现象，则需要学校从教师布置作业的源头进行原因分析。如果教师在作业设计方面存在问题，就需要参加作业设计能力提升培训。

“作业熔断”反映了保证学生睡眠，促进学生身心健康的良好初衷。然而，从教育角度看，“作业熔断”不应一熔了之，完不成作业的问题还需细分析、真解决。在实施“作业熔断”的同时，既要分析学生的学习能力、学习习惯，是长期完不成作业还是突发事件等多方面原因，还要反思学校是否提供了高质量的作业辅导课后服务，教师是否具备从教学设计、课堂教学、学情分析到作业设计的一系列能力，这对“双减”政策下的中小学校和教师是一个新的考验。

（据《中国教育报》）

H 资讯

## 终身学习 乐享生活 国家老年大学挂牌成立

日前，国家老年大学正式挂牌成立，这是我国老年教育事业发展的重要里程碑。

国家老年大学以国家开放大学办学体系为基础，承担老年教育教学、技能培训、文化传承等任务，面向全国老年人开展线上线下相结合的教学活动；为全国各级各类老年大学提供资源共享、教学指导和公共服务，搭建全国老年教育资源共享和公共服务平台，在创新发展老年教育中发挥示范、引领作用，促进老年人“厚德修身、终身学习、主动健康、乐享生活、积极作为”，不断满足老年人多样化学习需求，努力为实现老有所学、老有所乐、老有所养、老有所为创造更好条件。

据介绍，目前，国家老年大学已经初步建成全国老年教育公共服务平台，在全国设立了44家省级分部，其中有30家成立了老年教育专门机构，在基层有超过5.5万个老年教育学习点，汇聚超过40万门老年教育课程资源，建成老年教育资源库。目前，已有8898名教师进入国家老年大学的师资库，围绕休闲娱乐、主动健康、技能提升和银发圆梦四个方向，提供形式丰富的老年教育服务，满足新时代老年人高质量教育生活需求。

（据央视新闻客户端）