

2025高考策

高考倒计时

这份冲刺宝典请收好

海南日报全媒体记者 张琬茜

编者的话

2025年高考进入倒计时。今年高考有啥新变化？冲刺阶段如何复习备考？考场应试有哪些技巧？本期《教育周刊》邀请我省高中名师，为语文、数学、英语等6门学科备考支招。

语文

关注时事
靶向训练

“语文学习没有捷径，但备考策略可以优化。”海南中学高三语文组高级教师洪艳祺建议，广大考生备考时应重点提高思维的严密性和表达的准确性，切勿机械训练答题套路。

洪艳祺认为，和去年相比，预计今年的高考语文题型、分值分布等总体保持稳定。从考查趋势和重点来看，“新高考”更加强调立德树人，试题材料更注重弘扬正能量，凸显传统文化色彩。

从近两年的高考语文试卷分析，高考语文命题重点考查学生用知识分析并解决问题的能力，“反套路”等特点愈加明显。同时，许多试题答案体现开放性。对此，洪艳祺建议考生注意试题语境和重视思维训练，关注时事热点，学会独立思考和表达个人观点。

在最后冲刺阶段，考生应回归课本找“样本”，夯实基础知识。例如，文言文重点篇目要熟练掌握，古诗文默写应确保无错漏，文学类

文本阅读要注意重读教材经典篇目。其次，以真题为本，为题型“建模”。备考期间，考生可每天限时完成一套近3年的高考真题，建立题型思维导图，整理错题本，标注错误类型，按模块拆分练习。

针对薄弱环节，考生可以根据失分点进行靶向训练，分层突破。例如，强化现代文阅读训练，信息类文本注重勾画出逻辑链，文学类文本应建立“内容、手法、主旨层”的“三维解读模型”；注重古诗文学习，熟读名家鉴赏篇目、整理文化常识高频考点等。

在作文备考中，洪艳祺建议广大考生及时更新作文素材库，多读时评类文章，熟练掌握因果链分析、三段论等基本论证方法。

“在考场上，考生如果遇到陌生题型，不要慌张，可以先拆解题干关键词，联想教材相似考点，再逐一攻破。”洪艳祺说，保持“每分必争”的清醒，争取做到“每分不丢”的细致，方能稳扎稳打胜券在握。

数学

回归教材
注重答题规范

作为具有多年高考命题研究经验的资深教师，海口市第一中学数学特级教师陈文彩表示，和去年相比，预计今年高考数学的题型和分值总体变化不大，主要考查学生对高中数学的核心技能的掌握情况，包括阅读、作图、运算、推理和表达等。

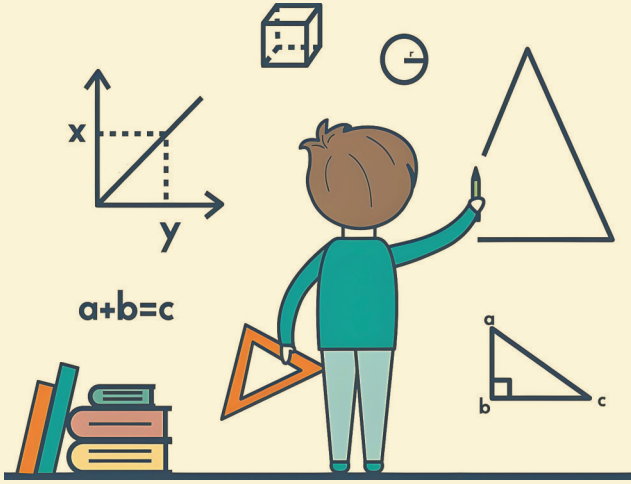
陈文彩建议考生在冲刺阶段要重视教材、重做真题。首先，要“吃透”教材上的典型例题与练习题，这是高考与教材最直接的联系；其次，要充分利用教材章末的“知识结构、回顾思考”内容，整合主干知识，完善专题体系，形成学科思想；第三，重做近几年的高考真题。

“不怕难题不得分，就怕每题都扣分。”陈文彩认为，考生在答题过程中，应重视细节、规范书写。建

议考生规范答题步骤，尽量不要减少答题步骤，同时注意规范数学符号的书写。在考场上拿到试题后，不必急于答题，可以先认真阅读考试题目，看清题目的已知条件再下手。对于难题，可以先拟定解题方案，多用数学通解通法答题。

陈文彩认为，“新高考”实施以来，数学学科的考查变化相对较大，改变了以往以某几个知识点、知识模块压轴的特点。建议广大考生在最后冲刺阶段，切实回归教材，切忌盲目刷题。

“回归教材并不是简单地阅读教材，而是要从知识、技能、方法等方面回归学科本质，包括对基本数学概念的理解、对数学思想方法的掌握、对数学特有思维方式的领悟等。”陈文彩表示。



英语

循序渐进
做好时间分配

海南中学高三英语备课组组长李玥表示，海南实施“新高考”以来，高考英语的题型和分值分布基本保持一致，主要考查广大考生的理解细节能力、总结概括能力、逻辑思维能力等。高考英语分值为听力30分、阅读理解50分、完形填空15分、语法填空15分以及书面表达40分。

在备考策略上，李玥建议考生要及时回归教材，完善巩固知识体系，尤其是对核心词汇、核心句法及语篇知识的复习，确保基础知识不丢分。同时，不要一味练习难题、偏题，而是要回归历年高考真题，提升关键能力，有针对性地解题。

针对英语听力，李玥表示，保持练习频率是关键，提

高练习质量是重点。在听力训练过程中，尽量以近几年的高考听力真题为主，还可以选取与高考真题难度等等的模拟题，及时做好错题分析，针对薄弱环节强化练习。

“高考英语试题量较大，考生要注意做好答题时间分配，掌握考试节奏，对每个题型的答题时间做到心中有数，懂得取舍。”李玥表示。

在日常训练中，考生要认真参加模拟考试，严格按照高考时间模拟训练，先易后难循序渐进，不要陷入题海战术。此外，考生在答题时要注意规范答题，书写工整，保持卷面整洁，提高卷面和书写的印象分。

李玥特别提醒，广大考生务必要严格遵守考试时间，提前抵达考点。

地理

认真审题 找准“题眼”

高考地理知识关联性紧密，跨学科特点明显。考生应该如何复习备考？和往年相比，今年的地理题型和分值是否有新变化？

海南华侨中学高三地理备课组组长陈慧敏介绍，今年高考地理题型包括客观题和主观题两类型。其中，客观题有15道，共45分，主要考查学生对地理概念、原理的掌握情况和图表判读等能力；主观题有4道，共55分，主要考查案例分析、过程推理和实践应用能力。

“主观题分值较大，考生应学会分配做题时间，避免出现没有足够时间细审最后一道主观题的情况。”陈慧敏提醒。

在高考冲刺阶段，陈慧敏建议广大考生重点回归教材，构建知识网络，突破薄弱环节。

陈慧敏表示，通过前一轮地毯式复习，大多数学生已基本完成地理基础知识

的积累。但是，要将庞杂的知识体系化，需要考生们在最后冲刺阶段及时回归教材，熟读教材，将繁杂知识点进行宏观重组整合，通过梳理专题各核心要点之间的联系，构建知识体系。同时，还要注重将高考真题训练和限时训练相结合，一方面可以借助高考真题，熟悉考试题型及命题风格，归纳出不同题型的答题思路；另一方面，通过限时训练，有助于规划答题时间，保持答题手感，提升准确率。

“审题是第一要务。”陈慧敏提醒考生，答题前一定要认真审题，弄清楚材料讲什么、题目问什么，再结合材料答题；要用地理专业术语规范答题，避免口语化答题。

此外，针对地理学科文理兼备、内容涉及面广等特点，陈慧敏表示，高考试题材料涉猎广泛，建议考生细挖图文材料，在试题材料中寻找答案。



扫一扫
关注更多备考信息

政治

查漏补缺
理论结合实际

“今年高考政治的题型主要包括选择题和材料分析题两种题型。材料分析题中，辨析题和开放性试题是常规固定题型，往年多以定向模块考查为主。但去年开始出现跨模块考查，预计今年可能延续这一趋势。”海南省农垦中学德育处副主任、政治教师刘红禄分析。

眼下，距离高考已不足一个月。刘红禄建议，冲刺复习阶段首先要回归教材，既要众从多复习材料回到课本中，又要从课本中“走出来”；其次是查漏补缺，以专题方式梳理教材重要知识体系，梳理易混点、易错点；第三是反思错题，梳理模拟考试和平时练习中的错题，总结分析错误原因。

“此外，建议广大考生针对高考题型特点进行‘思维建模’，梳理年度时政热点，坚持理论联系实际与实际联系理论相统一。”刘红禄说。

针对不同考试题型，答题技巧也有所不同。例如，

选择题方面，解答文字材料选择题要辨明材料中心思想和命题意图，漫画选择题或古诗文引文题要读懂其表意和寓意，图表类选择题要读懂标题、表项、表注等；辨析题方面，关键在于厘清和找全辩点，再按照辩点进行分分析；开放题方面，可以按照“是什么、为什么、怎么做”的模式来构思答题，将材料信息和所学知识相结合。材料分析题要善于分析材料，给材料分层次，归纳中心意思，抓取材料关键词句，与教材理论知识建立联系。

针对复习过程中经常出现的“纯靠死记硬背”等学习误区，刘红禄建议广大考生，要在理解知识点的基础上，学会运用知识分析实际问题，注重培养知识的迁移能力；规范使用政治学科术语，答题时要书写工整。同时，要合理安排备考时间，保证充足睡眠，可以通过听音乐、散步等方式缓解紧张情绪。

历史

“背多分”不可取

对于高考历史学科的复习，很多学生总是持有“背多分”的观点，认为只要认真“背背背”就能拿高分。对此，海南中学高三历史教师李凯结合多年教学经验分析，高考历史试题越来越注重对学生关键能力和核心素养的考查，仅靠死记硬背很难取得高分。考生要学会活学活用、举一反三，不断提升独立思考、综合分析应用的能力。

目前，距离高考不足一个月，广大考生应如何高效复习备考？李凯建议，要善用时间，敢于“做减法”，具体从以下方面着手：

一是巩固基础，抓好主干。建议考生以重大历史事件为节点切割时空轴，以点切线，以线带面，从不同历史视角划定各类时空线，将它们横向联系为一个主干体系。

二是提升能力，精准复习。既不能陷入题海战术，

也不能忽视刷题。建议考生“小题多做、大题精练”，在有限的时间内主攻历年高考真题，注重限时训练，及时复盘反思。

三是认识自己，敢于舍弃。建议考生将高三考试试卷装订成册，查找错题，再根据常错题目标知识主干，加强薄弱环节练习，巩固提升优势部分。实在无法攻克的难题，可以先放一放，集中火力寻求更大的提升空间。

在答题方面，李凯建议广大考生要注重书写规范，不仅是字形本身，还包括书写布局。在此基础上，还要注重表述规范，通过专业化语言展现考生的思维结构和逻辑认识。

“在冲刺阶段，考生应保持备考节奏，专注自身，不盲目与他人攀比。相信每位考生都能尽己所能，努力成为最好的自己。”李凯说。