

中考复习已踏入冲刺收官的关键阶段，这一时期，每一分努力都需靶向发力，每一秒时间都要高效利用。记者日前采访几位资深老师，他们凭借多年深耕中考一线的丰富备考经验，为同学们准备了各科目的“精准提分攻略”，助力同学们在考场上胸有成竹、从容应考，绽放出属于自己的光芒。



□文/本报记者 徐艺华 周爽 整理  
图/受访者提供

## 语文

潍坊五中 杜崇慧

**古诗文复习：精准默写，强化理解。**每天选取5首-10首重点诗文默写。梳理高频考点，如“边塞风光”等主题，强化对诗句情感、主旨的理解，应对理解性默写题型。整理教材中高频实词，通过“一词多义”“古今异义”对比，提升文言文阅读的迁移能力。

**现代文阅读：规范答题，提炼技巧。**针对记叙文、说明文、议论文三大文体，梳理高频题型的答题思路。答题时务必紧扣原文，学会用“圈点勾画法”标注关键词，从文中寻找答案依据。每天选取1篇记叙文+1篇实用类文本进行限时训练，提升阅读效率，适应考场节奏。

**作文冲刺：盘活素材，优化结构。**围绕“成长感悟”“文化传承”等主题，整理3个-5个真实、具体的个人故事，避免考场上临时拼凑。开头可采用“环境烘托”“引用名言”等方式快速入题；结尾则通过“抒情议论”“升华主旨”收束全文，避免平淡收尾。建议每天背诵几句精彩开头、结尾范例，增强文字感染力。坚持每天用作文格纸练习书写，确保字迹工整、标点规范。

**心态调整：张弛有度，从容应考。**将每日复习分解为若干小目标，避免因任务庞杂而产生焦虑。模拟实战节奏，每周按中考时间完成1套真题卷，熟悉考试流程，调整答题速度，找到适合自己的“时间分配方案”。对偏题、怪题果断舍弃，聚焦高频考点和自身薄弱环节，以“查漏补缺”代替“盲目刷题”，用自信心态迎接挑战。



## 英语

潍坊八中 刘向红

**复习巩固基础知识为重点，**聚焦核心词汇及相关词形变换、高频知识点以及易混易错点。侧重梳理重要语法专题，比如时态、语态、非谓语、形容词、副词、从句等。

**熟练运用阅读理解中常考题型的答题方法。**比如细节题，可以用“关键词定位法和同义词替换法”；主旨题，可以用“两首一尾法”，重点关注文章的首段和尾段，以及各段落的主题句；猜词题可以用“上下文语境推测法”；指代题可以用“向上求索、单复一致法”。

**借助阅读技巧降低试题难度，**提高答题速度和准确率。比如“先易后难排除法”“标点符号结构对照法”“首段尾句锁定法”等。这些技巧对于提升六选五的答题正确率都很有帮助。答题技巧的运用要结合文章语境，避免掉入陷阱。在做题过程中要不断反思总结，体悟做题方法，并对文章中出现的生词进行积累记忆。

**背诵优秀范文和好词佳句**积累作文丰富素材；优化语言表达，学会使用不同的句式，使文章更具层次性。学会三段式结构：开头引入主题，中间展开描述，结尾总结升华。文章要努力做到“言之有理、言之有物、言之有序”。注意卷面整洁、书写工整清晰。

**多做真题或模拟题，**按照考试时间进行限时训练，适应考试节奏，提高答题速度和时间分配能力。做完题目后，仔细分析错题原因。通过错题整理和变式训练查漏补缺。



# 冲刺中考 资深教师送上「提分攻略」



## 数学

坊子区崇文初级中学 闫发杰

**重视教材，在准确理解基本概念、掌握公式、法则、定理的实质及其基本运用的基础上，**弄清概念之间的联系与区别。对于题型的总结梳理，应摆脱盲目的题海战术，对重点习题归类并找出解题规律，关注解题思路、方法。

**学习数学不仅要学怎么做、怎么算，更重要的要学怎么想，**把解题之前的思路分析作为重点，逐渐学会分析、判断和决策。解题后，最关键的步骤就是归纳总结，要想想这是什么类型的题，做题时遇到哪些困难，体现了什么数学思想和方法。

**深度复盘错题本也很重要。**复习时，明确错题的错误原因，对比正确答案，分析思路差异，总结同类题的解题技巧与注意事项，考前整体回顾，强化薄弱环节。

**最后阶段的复习既要全面，又要突出重点，**要注意知识之间的联系和区别，通过做模拟练习进行归纳、整理，使方法再上一个层次。在临考前，一定要把自己感到不踏实的问题再过一遍。



## 物理

潍城区外国语中学 赵延增

**回归课本，夯实基础。**要全面梳理课本内容，不仅要牢记物理概念、公式、定理，更要理解其推导过程和适用条件。同时，不能忽视课本中的插图，“想想做做”“想想议议”等栏目。

**强化基础，稳扎稳打。**中考时基础题占比80%左右，可以通过做一些基础练习题，检验自己对知识点的掌握程度。对于容易混淆的概念，像压力和压强、功和功率等，要进行对比分析，明确它们的区别与联系。注重答题规范，养成良好的答题习惯，避免因粗心大意而丢分。

**剖析错题，弥补短板。**要对之前做过的错题进行全面整理和分析，找出错误的原因，针对不同的错误原因，采取相应的改进措施。

**调整心态，轻松应考。**要学会调整心态，保持积极乐观的情绪。可以通过适当的运动、听音乐、与同学和老师交流等方式，缓解学习压力，放松心情。同时，要相信自己的能力，相信通过努力一定能取得理想的成绩。



## 历史

诸城市第一初级中学 宋彩虹

**建构系统化知识路径。**建议采取“三级复习法”：第一阶段按单元时序梳理政治沿革、经济形态、文化特征、民族关系、对外交往五大维度，重点把握各时期阶段特征；第二阶段实施专题整合；第三阶段通过中外关联比较，建立横向认知网络。

**优化记忆策略促提升。**采用“时空坐标法”建立历史事件三维定位，辅以“关键词串联法”强化核心概念记忆。建议运用“复述检验法”，每日对重点章节进行结构化复述。对于高频考点，可采用“要素分析法”拆解为背景、内容、影响三大模块记忆。

**归纳题型专项突破。**材料解析题采用“分层标记法”，通过圈画时空标识、核心概念、转折关联词提取有效信息。论述题遵循“论点-史实-论证”三段式结构，注意史论对应与逻辑自洽。针对地图题、图表题等可视化题型，需培养数据转化与空间定位能力。

**进行仿真化实战训练。**每周进行1次限时模拟，严格遵循“20分钟客观题+25分钟材料题+15分钟检查”的时间分配方案。训练中刻意强化“难题标记-暂跳-回溯”的应考节奏。回归教材实施“目录复盘法”，通过章节目录回忆知识体系，定位薄弱环节。建议制作“错题归因表”，分类统计错题类型，针对性突破认知盲区。

