

[复习大纲]高效地进行高考前生物复习 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/104/2021_2022__5B_E5_A4_8D_E4_B9_A0_E5_A4_A7_c65_104539.htm

一、用积极的态度去面对现实，发挥主观能动性。 ...选考生物的学生总体上基础和um能力较差已是普遍事实，关键是我们敢于面对这个现实，怨天尤人是解决不了问题的，只要我们用积极的态度正视这一问题，发挥主观能动性，就一定能找出学生的实际问题和解决的方法。不仅老师要这么做，还要教育学生也这么做，让学生明白，只要我们敢于面对困难，少找籍口，多找方法，师生同心，紧密配合，就一定能把学习搞上去！

二、科学地制订一个全盘的复习计划。 ...凡事必须有周密的科学的计划才能高效地完成。每个阶段的复习要达到什么目标、做什么、怎么做、时间安排、用何资料，甚至对学生进行哪些方面的心理辅导和训练，复习前都必须计划好。同时教师的计划在复习前，要向学生说明，让学生心中有数，自觉配合老师，做好教与学同步，发挥共振的功效。受时间限制下面粗略地介绍一下我的复习计划。

第一阶段：时间25周，内容基础复习；目标是对考试范围的基本知识和基础技能进行全面复习，能力以理解和记忆为主；方式以讲授和阅读为主，练习为辅，时间比为2：1；资料是海淀区编《自学解难》、广州《高考复习单元练习》、自编《历年高考单元试题》、自编单元过关测试题。

第二阶段：时间9周，内容综合复习，目标是对各单元有联系的知识加以综合，训练学生对部分知识综合运用能力；方式是专题复习，解题方法指导，综合训练，时间比为1：1；资料是华师大《生物复习指导》、

《生物应用能力训练》、复旦大学《“3X”高考生物复习指导》。第三阶段：时间4周，内容应试训练；目标是培养学生在考试各个环节的应试能力、技巧和心理素质；方式是模拟考试和评讲，时间比为2：1；资料是各地高考模拟题、上海高考试题、自编模拟题。第四阶段：时间4周，内容考前调整，目标是通过控制学生在学习上和生活中的节奏，调整应试状态，力求使学生的应试状态在7月上旬达到巅峰水平，方式是前三周停止任何测试，让学生轻松自由掌握，进行查缺补漏，老师做好考前心理辅导，最后一周进行两次高考的热身考试。

三、通过提高学生的EQ来激发学生的潜能。人的能力是由现能和潜能两大部分组成，其比例犹如海面上的一座冰山，表现出来的能力只是冰山一角，而潜能却是水面下的巨大部分，有人把这一现象称为“冰山定律”。例如爱因斯坦的大脑开发只有10%，一般人只有5%。选考生物科的学生现实能力一般不变，但潜能巨大，关键是教师如何将其激发出来。心理学的研究成果表明：人的潜能激发的心理因素中，IQ的作用占20%，EQ的作用占80%。因而现代教育已逐渐由重视IQ转向重视EQ。在EQ的培养上，我主要抓好学生心理素质的培养，包括信念、信心、意志、毅力、心理调节能力和自我激励的能力，使学生具有一个积极、乐观和平衡的心态，从而较长时间地保持旺盛的斗志和激情最大限度地发挥学生的潜力。

对于学生EQ的培养，一方面结合学生各阶段的思想、学习和生活等方面共同的问题进行专题心理辅导，先后进行了《EQ与潜能》、《危机感与潜能》、《心理暗示的作用》、《常见心理障碍与调整》、《如何面对困难与挫折》、《自我激励的方法》、《成功十大戒律》、

《考前心理调节》等多个专题的心理辅导，另一方面，针对学生个别的心理状态进行个别的心理辅导，必要时与家长联系，取得家庭的配合做好这方面工作。通过这两方面的心理辅导，使学生的心理素质有了较大提高。心态良好，信心大大增强，成功的欲望较强，意志力和毅力提高，并善于自我激励，结果精神面貌焕然一新，学习热情不断提高，学习潜能大大地被激发出来。例如，黄耀武、黎海东和严怡超等多位同学原来成绩在全级250多名同学中，仅排在200名以后，但最后均以优异的成绩考入全国重点大学和本科院校。

四、讲求教学方法。

1_、作好学习和复习方法的指导。好的学习方法可收到事半功倍的作用，因此在教学复习过程中我十分重要对学生学习方法的指导，包括如何制订学习计划、如何选参考书、如何掌握学习各个环节的学习技巧（阅读技巧、记忆方法、概括知识的方法、向老师提问的技巧等）、如何运用时间、知识的重点、难点和热点分布、高考各类题型的解答方法、考试过程的常见失误与对策等。学生掌握了学习方法，学习起来就会主动、轻松，就有针对性，学习效果自然就大大提高。

2_、提高课堂45分钟的效率。选考生物科的学生中、英、数基础较差，课后往往要花大量时间去对付，不可能有太多的时间学生物。因此，教师必须要提高生物课堂的效率，力求45分钟内解决问题。课前作好充分准备，包括分析大纲、考纲、教材、教学参考资料、堂上练习、电化教具、小黑板、生物模型与挂图等，使堂上教学的信息量增大，加上生动的语言表达理论联系实际，讲练结合，便能使直观性、趣味性和知识性有机地结合起来，激发学生的兴趣，学生的注意力也容易集中，这样学生就在轻松、活跃的课堂气

氛中，不知不觉地掌握了知识。3_、全面复习、突出重点。从历年生物高考试题来看，章节知识覆盖率均在90%_以上，所以基础复习必须全面。但又不能平均主义，尤其是今后的试题逐步以知识立意转化能力立意，不太强调覆盖面，因此必须在全面复习的基础上突出重点。高考复习重点在哪里？根据本人对历年高考试题的统计分析得出的结论：重点就在《生理卫生》的第四章循环系统和第十章神经系统，《生物》的第二章新陈代谢、第五章遗传变异和第七章生物与环境。上述五章书在高考试题所占的比例高达70%_左右。可谓“兵家必争之地”，必须在复习教学中给予最大的重视。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com