

复习大纲：三个坚持从容应对高考英语冲刺 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/105/2021\\_2022\\_\\_E5\\_A4\\_8D\\_E4\\_B9\\_A0\\_E5\\_A4\\_A7\\_E7\\_c65\\_105741.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/105/2021_2022__E5_A4_8D_E4_B9_A0_E5_A4_A7_E7_c65_105741.htm)

一、培养良好心态  
随着高考的临近,考生往往会由于种种原因,如某次考试失利、遇到困难或挫折等而思想负担过重、心理压力,导致情绪波动大、烦躁不安、萎靡不振。怎样才能形成良好的心态呢?首先,要充分利用时间,掌握和积累丰富的知识,做到胸有成竹。其次,以积极乐观的态度对待每一次考试,把它们看作是对自己各阶段学习的必要检测,战略上藐视它、战术上重视它。每次考试后都要总结和分析,成功何在?失败何在?把失败看作不断完善自己、提高自己应试能力的有效环节,不断丰富自己的临场经验。只要广大考生及时提醒自己、随时调整心态,定会取得理想成绩、圆各自的梦想。

二、合理安排

1.合理安排时间。往往在这一段时间里,多数同学会有焦虑心理,出现“高原”现象,总感觉到学习收效不大、效果不明显,从而挑灯夜战,有的同学甚至熬到凌晨以后,这无疑会影响第二天的学习。所以,保证睡眠至关重要。有了充足的睡眠,精力才会充沛,学习才能专心致志,否则,整天昏昏沉沉、思路不清、收效甚少、情绪不佳,若形成恶性循环,就会给自己造成更大的心理压力。另外,每天要不断地调节自己的心态,有目的地放松自己,可以听听音乐、散步、唱歌、运动等,做到劳逸结合,学习起来才会头脑清醒、精力旺盛,学习效率高。

2.合理安排复习内容。制定切合自己实际的复习计划,有重点、有针对性地查漏补缺,牢固掌握基本句型、习惯表达,构建和完善基础知识网络。研读《考试说明》、认真对待《考试说明》中的高考词汇表,并

且牢记它们的词义及固定表达。 背诵重点句型及例句。高考试题中,基本句型无处不在,熟记一些典型例句,对做题有很大帮助。 背诵书面表达范文。对于大多数考生来说,书面表达是一件很棘手的事,总有“满肚子的话语表达不出来”,或者是无从下手、无话可说。所以,熟读、熟背一些不同体裁和题材的英语范文,可使自己牢记和掌握英语的习惯表达,训练英语思维方式,通过模仿和借鉴来完善和提高自己的书面表达能力。

适当做题、研究近几年的高考试题,把握试题的难易程度、了解试题的考查方向。 在模拟练习中注意不断摸索和总结答题技巧、注意时间的合理分配、答题的顺序等。 回归课本、研究高考题与高中课本的联系、重温基础、浏览“错题集”、保持稳定情绪、巩固复习成果。

三、做到“三个”坚持

- 1.坚持“听”。“听”是绝大多数考生的弱项,而且它占分比重大(20%),要想突破听力难关,除了掌握一些听力方面的技巧外,只有坚持多听,才有提高。应根据自己的实际情况固定时间,坚持练听直至高考。听课本录音、听广播或电视英语节目、听英美人士朗读的符合高考要求的听力材料、听历届高考试题的听力录音。只要持之以恒,形成习惯,加强瞬时记忆,提高捕捉信息的能力,练就听力应试的良好心理,才能不受任何意外情况的干扰,才能临场不慌、镇定自若、夺得高分。
- 2.坚持“阅读”。不难看出,高考试题处处显示着对考生阅读能力的考查。考生必须在读懂、正确理解的基础上,才能准确作答。要提高阅读能力,必须坚持每天限时阅读。练读时,最好五篇文章的总时间比《考试说明》规定的标准时间少5-10分钟。强迫自己提高阅读速度,同时不断分析、总结和掌握阅读技巧。在选择阅读材料时,材料要新、要注意内容和文体的多样性

、要原汁原味、不宜过难也不要过易,以《考试说明》为准。另外,在阅读时,还应注意以下几点: 扩大词汇量,因为词汇量的多少直接影响阅读速度. 加强通过上下文猜测词义的能力. 加强深层含义、综合理解和间接推理的能力. 加强分析长句、省略句、复杂句的能力. 重视英语语言文化的背景、英语国家的风土人情和风俗习惯。3.坚持“写”。书面表达成绩的提高,除了上面提到的要多背、熟背一些范文外,还要注重练习“写”。有了基本的词汇、句型、语法知识和范文是远远不够的。平时,同学们可通过“改写”、“缩写”、“扩写”、“写日记”、“听写”等形式加强笔头能力。只有多模仿、多练写、多分析、多对照、多修改,找出自己的不足,学习别人的长处,掌握技巧,写起来才会越来越顺手。4.坚持巧练“短文改错”。“短文改错”实际上属于“写”的范畴。提高短文改错的能力,要多练、精练、巧练相结合。精练是为了发现自己在这方面存在的主要问题,积累经验。因此,要讲究方法,舍得多花一点时间,抓好“写、比、改”三步。“写”。拿来一篇短文改错,先不要急于改。可以先尝试按照原文表达的意思,自己先写一篇作文。这是一个理解别人的短文大意后,自己再完成一篇英文的过程。要克服“先入为主”,尽量“离开”原文,把自己的作文写出来。“比”。比较自己的作文与改错短文的异同,发现“改点”。自己写的短文中会出现与短文改错题的设置相同的错误。这种情况下,有的同学往往不会在短文中将错误挑出并加以改正,这就是学生语言的“盲点”。自己写的短文中会出现与短文改错题的短文不同的表达。这就产生了“比”的内容,这是做短文改错题最重要的地方,只有找出错,才能改错,而不是瞎改、乱改。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](http://www.100test.com)