

高考提分秘诀：二十天也可以提高六十分 PDF转换可能丢失
图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/106/2021_2022__E9_AB_98_E8_80_83_E6_8F_90_E5_c65_106124.htm 为了能在高考中考出好成绩，家长、老师、同学都会想尽一切办法去努力复习，但往往忽视了学生的心理和生理状态。在巨大压力下，一些同学或者开始厌学，或者一味地熬时间拼体力，但考试成绩大都不能反映出他的真实水平。笔者在担任2006届高三数学教学时发现，让学生保持身心健康，适时调节学习状态，对于提高成绩反而更有帮助。案例 小周同学的数学成绩一向不稳定，总是忽好忽坏。距离高考不足20天时，她意识到自己已不可能有质的飞跃，只要按正常水平发挥就行了。抱着这种心态，她突然觉得很轻松，不再强迫自己要做多少题目，而是把高中三年的数学书从头到尾一字一字地看了一遍，并且把里面的例题抽出来做，保持做题的手感。小周把考试卷中所有的错题都订正了，认真地分析了一下做错的原因，然后将卷子放在自己看得到的地方，偶尔看看。最终，她高考数学成绩为125分(成绩比最近一次考试提高了60分)。分析和建议 -高考再怎么考也是考不出书本的，所以看教科书是一种很好的温故，而且也不会因题目做不出而打击自信心。 -老师考前辅导交待的注意事项也要认真听取，小周同学在高考数学考试时，完全按老师的要求去做，21题第(3)题写到写不下去了就立刻放弃，22题老师以前讲过(不完全相同)，做得很顺。 -进入高三，尤其是高三下学期，每次考试后都要认真找出原因，分清是知识性错误还是心理性错误，并及时开展有针对性的训练(可以在老师的指导下)。通过对历年高考题的

分析，我们发现数学试卷难题一般也就占20分左右，而这些分数对中等成绩的同学来说不是最重要，能突击成功的，因此只要做对会做的题目就可以了。 -高考前考砸也不算什么，别自暴自弃，要调整好心态，高考一样能成功。 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