

英语四级考试作文九点注意事项 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/122/2021_2022__E8_8B_B1_E8_AF_AD_E5_9B_9B_E7_c83_122073.htm

随着大学英语四六级考试时间的临近，很多同学写信来询问同样的一个问题：

“我怎样才能能够在短时间内提高我的写作水平？”答案其实是否定的。首先我们必须明确：冰冻三尺，非一日之寒；英语学习是一个长期积累的过程，短期的突击无异于舍本逐末、杯水车薪。然而，这并不意味着我们不能通过掌握考试规律来调整我们的临考状态、提高我们的应考能力。以下，我想就如何利用应试规律、最大限度地发挥同学们的写作水平谈九点个人的看法。

一．休息 考试迫在眉睫时，同学们往往容易进入一种临考状态。这种状态比较突出的表现是夜不能寐。尤其是在专业课和全国四六级考试纷至沓来的时候，很多同学更是发扬连续作战的精神，通宵达旦，头悬梁 洞坦恰 F 涓嫡舛杂谳裕牧级考试这样的高强度考试而言是有百害而无一益的。道理很简单，四六级考试对于一个学生来说，不仅是一次英语水平的综合测试，也是一种意志力、甚至是体力的考验。没有良好的休息作为后盾，考生很难笑到最后。所以，保证充足的睡眠是最基本也是首要的应试技巧。

二．营养 毋庸置疑，营养的摄入在最后关头也是异常重要的一环。在保证充分睡眠的同时，食物是另一个“工夫在诗外”的客观因素。尤其是参加四级考试的同学，早餐一定要定时定量，不可或缺。一般来说，类似奶酪苏这样的奶制品外加一杯热牛奶或者热巧克力已经足以提供整个半天考试所需的热量，当然，这也因人而异。有些体质虚弱的同学也可以

考虑服用一些如西洋参、鸡精这样的营养品。不过，安眠药等有副作用的药物一定要慎用，否则过犹不及。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