

考试心得：备战中考的三十条实战经验 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/276/2021_2022__E8_80_83_E8_AF_95_E5_BF_83_E5_c67_276639.htm

在中考中，一些考得出色的同学堪称“状元”或“高人”。他们的经验之谈闪烁着智慧的火花，特别是经过实践的检验证明了这些想法和说法的真理性，可供我们考试时借鉴。现撷其30则，以飨正在紧张备考的同学们。

- 一、地毯式扫荡。先把该复习的基础知识全面过一遍。追求的是尽可能全面不要有遗漏，哪怕是阅读材料或者文字注释。要有蝗虫精神，所向披靡一处不留，
- 二、融会贯通。找到知识之间的联系。把一章章一节节的知识之间的联系找到。追求的是从局部到全局，从全局中把握局部。要多思考，多尝试。
- 三、知识的运用。做题，做各种各样的题。力求通过多种形式的解题去练习运用知识。掌握各种解题思路，通过解题锻炼分析问题解决问题的能力。
- 四、捡“渣子”。即查漏补缺。通过复习的反复，一方面强化知识，强化记忆，一方面寻找差错，弥补遗漏。求得更全面更深入的把握知识提高能力。
- 五、“翻饼烙饼”。复习犹如“烙饼”，需要翻几个个儿才能熟透，不翻几个个儿就要夹生。记忆也需要强化，不反复强化也难以记牢。因此，复习总得两三遍才能完成。
- 六、基础，还是基础。复习时所做的事很多。有一大堆复习资料等着我们去做。千头万绪抓根本。什么是根本？就是基础。基础知识和基本技能技巧，是教学大纲也是考试的主要要求。在“双基”的基础上，再去把握基本的解题思路。解题思路是建立在扎实的基础知识条件上的一种分析问题解决问题的着眼点和入手点。再难的题目

也无非是基础东西的综合或变式。在有限的复习时间内我们要做出明智的选择，那就是要抓基础。要记住：基础，还是基础。七、要“死”去“活”来。历史学科，有很多需要背诵的东西，人物、事件、年代、一些历史史料的要点等等。有些材料，只能“死”记。要*多次反复强化记忆。历史课是一门机械死记量比较大的学科。但是在考试时，却要把记住的材料灵活运用，这就不仅要记得牢，记得死，还要理解，理解得活。是谓“死”去“活”来，不单学历史，学地理，学政治，以至学理化生物，都需要“死”去“活”来。八、“试试就能行，争争就能赢”。这是电视连续剧《十七岁不哭》里的一句台词。考试要有一个良好的心态，要有勇气。“试试争争”是一种积极的参与心态，是敢于拼搏，敢于胜利的精神状态，是一种挑战的气势。无论是复习还是在考场上，都需要情绪饱满和精神张扬，而不是情绪不振和精神萎靡，需要兴奋而不是沉闷，需要勇敢而不是怯懦。“光想赢的没能赢，不想输的反倒赢了”。“想赢”是我们追求的“上限”，不想输是我们的“下限”。“想赢”是需要努因而比较紧张的被动的，“不想输”则是一种守势从而比较从容和主动。显然，后者心态较为放松。在放松的心态下，往往会发挥正常而取得好的效果。九、“一个具有健康心理素质的人应该做到两点：在萎靡不振的时候要振作起来，在承受压力过大时又能为自己开脱，使自己不失常”。人的主观能动性使人能够控制和把握自己，从而使自己的精神状态处于最佳。因势应变是人的主观能动性的作用所在。相反相成是一切事物的辩证法。心理素质脆弱是主观能动性的放弃，健康的心理素质则使我们比较“皮实”能够调整自己的情绪和

心态去克服面临的困难。十、“中考从根本上说是对一个人的实力和心理素质的综合考察”。实力是基础，是本钱，心理素质是发挥我们的实力和本钱的条件。有“本钱”还得会用“本钱”。无本钱生意无法做，有本钱生意做赔了的事也是有的。十一、复习是积蓄实力积蓄本钱，考试则要求发挥得淋漓尽致，赚得最大的效益。一位考生说“我平时考试总是稀里糊涂，但大考从来都是名列前茅，大概是心理调节得好吧？”诚如是，最可怕的是大考大糊涂，小考小糊涂，不考不糊涂。十二、“强科更强，弱科不弱；强科尤弱项，弱科有强项”。在考试的几个科目上，一个人有强有弱，是太正常了。复习的策略，就是扬强扶弱。有的同学是只补弱的，忽视了强的；有的同学是放弃弱的专攻强的。从整体看，都未见明智。强的里面不要有“水分”，弱的里面还要有突破。大概是十分高明的策略了。十三、“差的学科要拼命补上来，达到中等偏上水平；好的要突出，使之成为真正的优势。”这里的道理与上述相仿，也是对待自己的强弱项中的一种策略。中考高考都是“团体赛”，要的是全局的胜利而不能是顾此失彼。十四、“该记的只好记住，可是，能够不记的就不要去记忆”。为了减轻记忆的负担，能够偷懒的地方犯不着去玩命本来该背的就够多啦！根据知识的特点，在记忆和理解之间，可把知识分为四种类型：只需理解无须记忆的；只需记忆无须理解的(背下来就是了)；只有记忆才能理解的。只有记忆才能记住的。我们这里取得是“出力最小原则滚动式复习法。先复习第一章，然后复习第二章，然后把第一二章一起复习一遍；然后复习第三章，然后一二三章一起复习一遍……以此类推，犹如“滚动”。这种复习法需

要一定的时间，但复习比较牢固，由于符合记忆规律，效果好。十五、“过度复习法”记忆有一个“报酬递减规律”，即随着记忆次数的增，复习所记住的材料效率在下降。为了这种“递减”相抗衡，有的同学就采取了“过度复习法”，即本来用10分钟记住的材料，再用3分钟的时间去强记形成一种“过度”，以期在“递减时不受影响。十六、“题不二错”。复习时做错了题，一旦搞明白，绝不放过。失败是成功之母，从失败中得到的多，从成功中得到的少，都是这个意思。失败了的东西要成为我们的座右铭。十七、要掌握考试技能。“基础题，全做对；一般题，一分不浪费；尽力冲击较难题，即使做错不后悔”。这是应该面对考卷时答题的策略。考试试题总是有难有易，一般可分为基础题，一般题和较难题。以上策略是十分明智可取的“容易题不丢分，难题不得零分。”保住应该保住的，往往也不容易；因为遇到容易题容易大意。所以明确容易题不丢分也是十分重要的。难题不得零分，就是一种决不轻弃的的进取精神的写照，要顽强拼搏到最后一分和最后一分钟。十八、“绕过拦路虎，再杀回马枪”。考试时难免会遇到难题，费了一番劲仍然突不破时就要主动放弃，不要跟它没完没了的耗时间。在做别的题之后，很有可能思路打开活跃起来再反过来做它就做出来了。考试时间是有限的，在有限的时间里要多拿分也要讲策略。十九、“对试题抱一种研究的态度”。淡化分数意识，可能是缓解紧张心理的妙方。因此，对试题抱一种研究态度反而会使我们在考场上更好的发挥出最佳水平。有一颗平常心比有一颗非常心有时更有利。二十、“多出妙手不如减少失误”。这是韩国著名棋手李昌镐的一句经验之谈。他谈

的是下棋，但对我们考试也不无借鉴意义，特别是对那些学习比较好成绩比较好的学生，要取得出色的成绩，创造高分，减少失误是为至要。

二十一、最关键的是培养兴趣。美国教育学者布鲁纳说：“学生的最好的刺激是对学习材料的兴趣”。还有一句名言说“兴趣是最好的老师”。没有兴趣但是不得已的事情也得做，却何如有兴趣而乐此不疲？比如政治，因为它的理论性比较强，很枯燥，所以就多培养些对政治的兴趣。平时多关注些国家的大政方针政策，在遇到问题时，也会把自己想象成一个公务员，想象公务员是怎样解决问题的，这样政治就生动起来了，其实政治就在我们身边。

二十三、不把作业带回家做。上课时间非常认真，课堂效率很高。学习上的事情要求自己在校的时间全部解决，作业什么的争取不带回家做，这样回到家的时间就是属于自己的了，就可以做自己想做的事。

二十四、喜欢做笔记，把笔记整理得工整、全面。知识体系的把握、知识脉络的梳理和回顾非常重要，有了笔记就可以经常做有重点的复习，温故而知新。

二十五、“别把高考想像得可怕”。高三要有好感觉，不痛苦，很充实。不要紧张，只要从现在开始都来得及，努力做出，一定是有回报的。

二十六、善于总结，不断探索。平时做题时，关于分析和思考问题，并积极支总结，探索新方法；并还是为了做题而做题，而是要主动积极地追寻在题目和解答之间的必然联系，把题目做活。

二十七、发挥和幸运才是关键。要注意考试策略，实力只是一部份。认真对待平时考试。在平时考试中积累经验、总结教训。

二十八、班里的学习氛围很重要。班级就像家庭，好朋友臭味相投，压力之下都很快乐地学习。同伴相处得很融洽，平时也经常开

开玩笑，有说有笑，复习时想到提问，气氛很好。二十九、合理安排时间。早做准备，后期就不会觉得紧张。各科要平衡用力，略有侧重，不要抓了这科，丢了那科，杜绝弱科的产生。三十、保持好心情。管外面的生活有多复杂，重要的是，要有一份好心情，处理好与老师同学的关系，与老师相互欣赏，不要把同学看成对手，与同学良性竞争。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