

山西省2008年普通高校招生考试录取工作宣传提纲高考 PDF
转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/526/2021_2022__E5_B1_B1_E8_A5_BF_E7_9C_812_c65_526167.htm 一、考生临考前应做好

以下准备 高考前的准备是决定考试成败的关键。每一个考生只有以饱满的热情、良好的精神状态和沉着应战的心理品质去参加高考，才能考出真实的水平和成绩。

1、诚信考试准备。按照教育部的规定，参加全国统一考试的考生报名时要在《考生诚信考试承诺书》上签字，我省已连续几年贯彻执行这一规定。诚信考试应当成为每个考生的自觉行为。为了维护高考的公正、公平，每一位考生都要诚信参加考试，自觉遵守考试纪律，以真实的成绩接受祖国选拔。考前，各地考试机构和高级中等教育学校都要集中对考生进行考试纪律和诚信考试教育，要让每个考生了解考试规则和违规处理规定，认真签订《考生诚信考试承诺书》。考生考试违纪舞弊事实均记入考生诚信档案，录取时向高校提供。所以，每一位考生要从思想上做好诚信考试的准备，要了解考生守则和考试违规处理办法，并要努力在广大考生中树立诚信、守规、守纪、守法和“诚信考试光荣，违纪作弊可耻”的考试理念和文明风尚。

2、知识复习准备。高考是选拔性考试，考生的文化基础、知识水平和解决问题的能力是决定考试成绩的主要因素，科学有效的复习是提高考试成绩的重要途径。考生要使临考前的功课复习高效优化，应做到以下几点：制定和落实好复习计划。可以以考前一周为计时点，把可用的复习时间以旬或周为单位划分成若干单元，再把各学科内容按教学单元划分，与复习时间合理搭配，形成复习进度表

。复习计划制定好后一定要按时完成，并坚持每天、每周检查计划完成的情况，然后再推进复习进程。吃透教材，强化综合能力训练。高考强调以现行教材作为考试命题的依据，强调对基础知识、基本技能的考查。因此，考生复习应以教材为主，在熟练掌握教材的前提下，选择辅导资料作为教材的补充。考前做一定数量的习题，是巩固知识、提高技能的需要，但必须防止一味沉溺于“题海”不能自拔的现象，要注意在解题中了解解题原则，研究题目类型，揣摩解题方法，掌握解题的基本思路及规律，多做一些高质量的综合习题和有代表性的典型习题，做到举一反三，触类旁通。在做习题时还要讲究方法，对不同习题可解答到不同程度：有的题目要一步一步认真解答；而有的习题则可略去复杂过程或干脆“看题”，寻找解题思路而不动笔。当然，先决条件是略去的步骤或看而不答的题目肯定会做。有的放矢，提高复习的针对性。一是强化自己的薄弱学科或知识环节的复习；二是在各学科知识重、难点上下功夫，不同的复习时期各有侧重，如复习前期以全面复习为主，辅之以专题复习；复习后期则以重点复习为主，进行综合复习。三是注意综合科目的复习。综合科目的试题是由几个学科构成的，既有学科内的综合，也有跨学科的综合，因此复习时要将相关学科复习结合进行，使各学科知识技能之“点”和“线”结成“网”，形成知识的有机整体。高考各学科复习内容繁多，考生可采取边复习边整理的办法，将知识简化、深化、系统化。如把各学科知识按章节或某种联系（类似、相反、相对等）经过浓缩提炼，用简练、概括的文字或图表等形式，加工制作成学科知识提要、公式定理一览表等相对完整而实用的知

识结构，以尽可能简洁明了的文字、符号、图表来概括尽可能多的知识，以利于复习时抓住知识的精髓，便于以后用很短的时间把知识主干复习一遍。

3、心理调节准备。

在考试中，考生的心理状态对正确快速回答问题、正确表达思维有着重要的影响。因此考生必须注重考前心理调节。正确看待高考与个人前途的关系。高考成功是每一个考生梦寐以求的愿望，但是由于我国高考考生人数众多，仍有相当多的考生不能升学，或不能升入自己理想的学校。所以，每个考生都要正确认识 and 对待高考，处理好个人前途与高考的关系。不要把高考成败看得过重。高考可能成为人生的重要转折点，但并非决定一个人一生的命运。正确评价自己，建立适当的考试期望值。经过多年学习及多次考试测评，每个考生一般都可以确定自己的成绩在哪一档。不要过高地期望自己达到实际上达不到的水平。期望值过高只能导致心理压力过重。

重视高考前模拟测试，强化心理训练，锻炼良好的心理素质，提高适应环境的能力。注重考前心理调节，保持稳定的情绪和良好的心态。

首先，树立必胜的信心。自信心是人们一切活动中重要的精神支柱，考试也是这样。考生如果对恰当的考试目标有较强的自信，不仅有利于复习备考，而且能培养平心静气、镇定自若的心理状态，有利于考试时集中注意力，激活记忆和思维，有利于考场发挥。

其次，利用各种方法调节考前过于紧张的情绪，如采用听音乐、体育锻炼等自我放松的方法，以形成良好的考前心态。

其三，重温愉快体验，排除杂念。要多回味以往学习或生活中获得成功的体验和情景，使自己保持一种轻松愉快的心情，排除一切与考试无关的杂念，尤其是要避免想起过去考试失败所

带来的不愉快体验。4、体力准备。临考前保持良好的体力状态，能保证考生在考场上充分发挥自己的水平。一般来说，高考前的体力准备要从下面几个方面着手：劳逸结合，保证充足的休息。临近考试前数天，安排充足的休息比加班加点地复习更为重要。因为靠考前几天来突击以提高考试成绩几乎不可能，还不如休息好，保持充沛的精力，以利于考试的正常发挥。

调节人体生物钟。复习的最后阶段，不能天天挑灯夜战，因为这会颠倒人的昼夜感应，同考试时间背道而驰。同时睡眠不足会导致大脑疲劳，头昏耳鸣，精神系统活动失调，势必对考试造成很大的影响，甚至导致考试失败。

注意身体护理。考试期间，要特别注意天气变化，要注意饮食卫生，摄取足够的营养，防止疾病发生。

5、考试相关准备。考前查看考场、准备考试物品等事宜看似简单，实际上也不容忽视，一个小的失误就有可能影响考试成绩。考试前须弄清自己所在考点的各种情况。考生应在考试前一天抽空实地考察一下，弄清考点的方位、考点布置情况、周围环境，以及如何到达考点的路线等。在考试前，考生应根据考试规定，准备好必须的文具用品。考试的前一天晚上应将准考证、一种颜色的笔及其它必需文具用品装好，放在醒目的位置，以免遗忘。

6、考试方法准备。考试有一定的方法和技巧，考生要重视考试方法技巧的研究学习，提高应试能力。

总揽全局，科学安排答题顺序。考生拿到试卷后，不要忙着作答，应先看看试卷有否缺页、破损、漏印现象，并从头到尾浏览一遍，掌握试题的份量和大体内容，做到心中有数，以便提高答题效率。答题时一定要认真审题，准确全面地理解题意，扣住题眼认真思考，快速果断作答。做

题时考生要根据试题情况和自身习惯，选择好自己的答题顺序，一般情况下，宜采用先易后难、先简后繁的答题顺序。

仔细检查，每分必争。考生要坚定信心，遇到难题时，要反复思考分析，能做几步就做几步，不要轻易放弃一分甚至是半分。要善于从不同角度分析问题，打破思维定势，激活思维空间。论述题一定要把要点答完整，计算题要注意答题步骤和结果的准确性。答完试卷，应一题一题认真检查，有漏必补，有错必纠。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