

“十一”长假成考生复习要冲刺了成人高考 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/568/2021\\_2022\\_\\_E2\\_80\\_9C\\_E5\\_8D\\_81\\_E4\\_B8\\_80\\_E2\\_c66\\_568838.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/568/2021_2022__E2_80_9C_E5_8D_81_E4_B8_80_E2_c66_568838.htm) 距今年成招全国统考只剩半个月，如何利用“十一”长假做好复习，尽可能提高考试成绩，成为考生关注的焦点。对于以在职从业人员为主的成考生来讲，即将到来的“十一”长假，将是一个难得的复习冲刺周，要好好利用。“十一”做好3项准备 胡国英 北京师范大学艺术与传媒学院教师 通过我接触到的考生和实际教学经验，我觉得在“十一”长假中，成考生要结合自身实际，制定出合理的假期学习计划，而后按计划实施。建议考生做好以下3项工作，以提高假期的学习效率。一是做好心理准备。临近考试，考生常常手忙脚乱，甚至出现焦虑。常常发现记忆力下降，很多原本会做的题也做不好，导致心情越来越糟，进而影响学习效果。遇到这种情况，考生不要急于学习，而是要静下心来分析自己，要结合实际有针对性调整心情。考生一定要重视考前的心理调节工作，因为健康的心情是学习的基础，同时也是考场正常发挥的关键。二是做好知识准备。平常学习时，考生都是按照每门课的进度，按章节顺序进行，这是一种纵向的学习方式。“十一”长假中，由于以前的知识点均已学过，这时应当进行归纳、总结和分类，把所有知识点串联起来，进行横向知识的复习。这样不但可以让单科知识点连贯起来，还可触类旁通，把相关的科目也联系起来，加深理解和消化。考试时，除了选择题、填空题外，很多题都是综合题，考查的是学生的综合能力，这时就更要通过横向知识复习，把各科的知识融会贯

通。三是做好身体准备。长假期间，除了学习外，考生还要注意合理休息，劳逸结合才能取得最佳学习效果。长假期间要以复习为主，但不能所有的时间全用来学习，日常的生活起居也要合理安排。紧张学习之余，考生可适当到近郊转转，放松放松心情，以更好的心态投入复习。

**重点强化易背记内容**

王继青 中央民族大学成教院2007级学生

对成考生来说，平时要工作，很少有专门时间用来学习，所以要好好利用“十一”长假提高成绩。去年我利用“十一”长假，重点强化了易背记内容，感觉效果比较明显。经过近一年的学习，很多考生的复习已近尾声。我觉得长假里可弱化需要长期积累的课程，如数学等。因为这些科目很多知识点都融会贯通，要靠平时的点滴积累，短短数天想有大的提高，可能性也非常小。假期中，即使机械地背记下这些科目的公式，由于缺少大量的练习来强化和理解，实际解题应用时也很难灵活运用。相反，语文、政治等科目可直接背记的知识点比较多，虽然平时可能已背记过，但容易忘，所以要利用长假重点强化。这些学科背记起来效果较明显，很多选择题、填空题考查的内容，即是书中知识点的原话。背记知识点时还要注意讲究方法，不能盲目进行。我去年在“十一”长假复习时，先把知识点全部背记一遍，在脑中强化记忆。而后根据各章节内容，把知识点融会进去，再详细理解一遍。结合对知识点的理解进行背记，用知识点串起各章节内容，脑中会出现清晰的课本章节知识脉络图，有利于知识点的掌握。

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)