

支招：备战一级建造师考试考前到考后该怎么做 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/645/2021_2022__E6_94_AF_E6_8B_9B_EF_BC_9A_E5_c54_645736.htm 支招：备战一级建造师

考试从考前到考后该怎么做 A、考前复习

1. 找出学习效率最高的时间。这可是最宝贵的时间了，充分利用这个时间去学习和记忆自己熟悉的知识，确保基础。这个时间的安排最好和考试时间能够保持一致，比如《建设工程法规及相关知识》上午考试，那么就利用上午的时间复习这一科。在制定学习计划的时候要充分考虑这一点。
2. 制定合理的学习计划。充分利用教材目录：将自己完全掌握的章节考前仔细阅读一下，确保不会丢分。将自己还需要学习、经过学习可以掌握的章节重点标注，这是复习的重点。还有一些是自己可能费很多时间也学不会的，那就不要浪费太多时间了，把大纲上要求掌握的知识点背下来。
3. 案例复习重标答案 案例复习一定要试做真题，掌握给分标准。许多人都在考试后才发现，那个题目涉及的知识点我都掌握，但是成绩不高，就是因为没有掌握给分标准。例如：问分包商提出索赔合理吗？你可以回答不合理，但是若是回答总承包商不予批准就不恰当了。还有一些依据性、标准型、规定性的话多读几遍就熟悉了，一定要读出声音来，因此声音和视觉同时刺激，记忆更快捷、更准确。
4. 基础知识快重复 基础知识复习的时候，一定要及时复习。前一天看的书第二天一定要抽时间再看一下，这是从人的记忆曲线研究得来的方法。重复是记忆的最有效途径，想我们小时候是如何背唐诗的就知道了。可以时间太紧来不及第二天看书，那就做几套题，也可以帮助记忆。再

者，要学会比较，相近的知识点对比记忆效果可能会好一些。

B、考试答题

- 1. 充分利用草纸和铅笔** 如果问题分析不清的话，就把问题的原因写在草纸上，一一列出，找出其中的关系并画出来，这样就容易找到思路了。特别是计算题，草纸一定要写题号啊。铅笔可以在试卷任何地方标注，答题结束后擦掉就可以了，尤其是案例题，现在考试都不允许在试卷上做标记。顺便说一下铅笔，最好用报名的那一支，预防假2B给您带来危害。
- 2. 客观题忌漏答** 首先把自己肯定答对的题目先做，大概统计一下能拿多少分，按照考试过关的要求还差多少分，剩下的不能肯定的题目可以采取排除法，不肯定不正确的选项取消，提高正确答题的概率。切忌漏答。多选题像老师在课件中讲到的，不要丢了西瓜捡芝麻，不准确的选项一定不要选。
- 3. 主观题忌潦草** 首先要通篇浏览一下题目，不一定要按题号依次解答，找自己擅长的题目先答。其次，带着问题阅读背景，在题目中用铅笔标注答题时可能用到的数据，回答的时候就容易找到。切忌思路不清，字迹潦草。填表回答的问题一定要完整，哪怕是“万元”、“天”这样的单位也要填写完整，因为每个空都是给分的。如果遇到某个题目不会的话，也要把相关的知识点写上几句。

C、考试结束 考试结束后一定再看教材，特别是客观题考试结束后，一定要把自己不会的题目在教材中找到相关知识点重新复习一次，加深记忆，这对案例考试是非常有帮助的。还有如果很不幸运，请您也不要忽视这个步骤，对准备明年再考也是有利的，今年学会了，明年的压力就小了。我们对一级建造师考试内容简单分析一下，建造师考试内容比较繁杂、涵盖面很广，对具体课程考试分析：《建设工程项目管理》

是容易通过考试的科目，《建设工程法律与法规》相对也不难，《建设工程经济》难易程度排在中间。而问题出现比较多的可能就是房建专业科目考试，《房屋建筑工程专业管理与实务》考题内容知识面宽，加之其出题一般有些偏，摸不准规律，再加上大多数在职考生没用充足的时间去全面复习，这样由于工作、家庭和自我心理压力种种原因，导致产生的考前心理紧张的状况普遍存在，一到快考试时发现这个知识点没有看，那个知识点还没有强化，需要记忆的内容还没有完全记熟，自己心里开始发虚、紧张，就开始低估自己的真实水平。因此，在考前这一阶段我们最需要做的就是如何能真正达到以平常心心态来迎接挑战，而此关键就在于自身的一个心理调节和准备。首先：一定要有自信 一级建造师考试是有难度，但如果还没有开考，几次阶段性的自我测试，发现总是不能达到预期目标，就开始一蹶不振，就想着自己很难考过，可能不会有太大希望，绝对不可以有这样的心理。一个跳高运动员，在起跳之前，首先要让自己的心先过杆。同样，考试也是这个道理，你首先应将自己的心先过去。一句话，就是在你决定报名参加考试的这一刻开始，你要相信自己一定能通过，一定会在通过率之内。当有一次测试失败，你要会进行自我调节：该复习的东西，我都认真复习了，还怕什么呢？只要自己真的努力了、付出了就没有什么可担心的，胜败仍兵家常事，没有一个常胜将军，平时考试又不算什么。即便是真正考试，输了还可以重新再来，没什么大不了的。其次：自我放松 (1)在考前半个月里，一定不要让自己的心情有大起大落，诸如记忆一些知识点却总记总忘，然后就开始浮躁、心烦意乱，生闷气或者说生活上出现一些不如

人意的小事情而让自己陷入情绪的低谷，再加对上考试的焦虑，这样就很难自拔，由此会导致你的心情更加烦躁看不进去书，所以在考前最好是以一个平常的心态来对待所有的事情，这样，才不会对看书和考试有影响。(2)临考前不要东打听、西打听，不要熬夜，尽量做到早睡，调整好睡眠时间，充足的睡眠是保证考试时精力充沛、能够尽情发挥、达到心理舒畅的基本前提。(3)因长期在工作繁忙的情况下又要照顾学习，准备考试，由此，很多考生都会觉得身心疲惫，产生厌学情绪。建议在这种状态下，适当地去户外散散步、锻炼身体，参加一些娱乐活动或者看看一些经典搞笑的喜剧片来转移你对考试的过分注意，好好放松放松，考前两天最好不要再看书或自行进行小测试。最后，一定要学会一些简单的如何排除临考前十几分钟突然很紧张的这种状态。比如说深呼吸法：舒服地坐在自己的座位上双眼微闭，排除杂念，意念集中，慢慢进行深呼吸3到5次。这个方法是非常明显并且很有效果的。另外临考前一天，应全面检查一下各种备用文具，考试所要携带的证件并装好。总之：考前的知识准备固然重要，但更不可忽视考前的心理调整。良好的心理素质也是考试成功必备的一个重要条件。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