

# 物理:把握整体 重点突出



温泉岔路口中学 余辉

中学高级教师,市教育学会物理专业会员。所教班级学生曾有多人在中考获得了物理满分的好成绩;多次获国家级、省级、市级竞赛辅导奖;所著专业论文有多篇,先后多次获国家级、市级优秀论文奖;在四优评选和课题研究中,多次获得咸宁市一、二等奖;主编《精彩课堂·物理》连续二年由延边教育出版社出版,连续四年参与编写《中考攻略·物理》一书,参与编写的《一课3练·物理》已出版。

现在已进入中考复习冲刺阶段,为了在最后一个月的时间里取得好成绩,课堂需高效率,课外要好休息。

### 一、复习要注意整体性与重点性结合

从近年中考试题发现,试题面广,知识点多,每一份中考试卷都会涉及到课本知识点的80%以上,体现了中考的整体性,

在复习时,不可偏废某一章节;从占分比例上看,力学、电学占的比例大,并且灵活性强、综合性强的题目往往出在这两部分,体现了重点性。

复习时,要做到整体性与重点性统一,要以重点知识为核心形成整体性、系统性。以初中电学为例,电学知识概括起来就是:一个中心、五个基本点。电学的研究就是围绕电路(串、并联电路)这

个中心,而任何电路中又都包含电流、电压、电阻、电功、电功率五个物理量,这五个基本点在串联电路、并联电路中的规律是不一样的。解电学题,分析电路是关键。对于每一个物理量的定义、单位、决定其大小的因素、测量(或判定)大小的方法及相互联系,都应理解或掌握。它们联系的纽带就是欧姆定律、焦耳定律和各个有关公式。而电学与热学、力学联系的枢纽是功和能,效率公式是其联系具体方式。

不但要注意各部分知识内容的联系,还要注重各部分在思维上的内在关联,如:力学中的密度、热学中的比热容、电学中的电阻,在学习、研究和分析上有许多相似、相通之处。将这些进行对比复习,往往能起到触类旁通作用。最后一轮复习,要打破章节界限,建立知识网络,理解各知识之间的内在关联。

### 二、关注实验,注重过程和方法

实验题考分,在中考中占25%以上。物理实验包括常规实验和科学探究。常规实验有两个重要的方面:一是仪器的使用,初中物理要求对刻度尺、温度计、天平、量筒、弹簧测力计、电流表、电压表等简单器材做到会用;二是物理量的测量,对长度、温度、速度、质量、体积、密度、力、机械效率、电流、电压、电阻、电功率等基本物理量要求会测。

科学探究的内容和形式是多种多样的。试题既可以只对探究过程中的某一个要素进行评价,也可以对探究过程的几个要素进行考查。也有考查探究方法的,初中物理常用的研究方法有:对比、归纳、类比、模型、转换、控制变量、理想模型、等效替代等。各个探究实验虽然探究内容不同,但探究的方法、程序却有相同之处。建议复习时,应选择个别典

型的探究课题重点解剖,从中悟出:探究实验的“章”和“法”。领会到探究实验有章可循,有法可依,就能做到以不变应万变。

### 三、训练要有针对性,防止盲目性

针对教材的重难点及学生学习的薄弱环节,讲在关键处,练到点子上。从近年中考试题看,客观性试题,占总分80%左右。《咸宁市2015年初中毕业学业考试和高中阶段招生考试物理学科说明》明确指出:容易题,中档题:较难题比例为5:4:1,整卷难度值控制在0.65左右。不要把起点定得过高,应着力中档题。

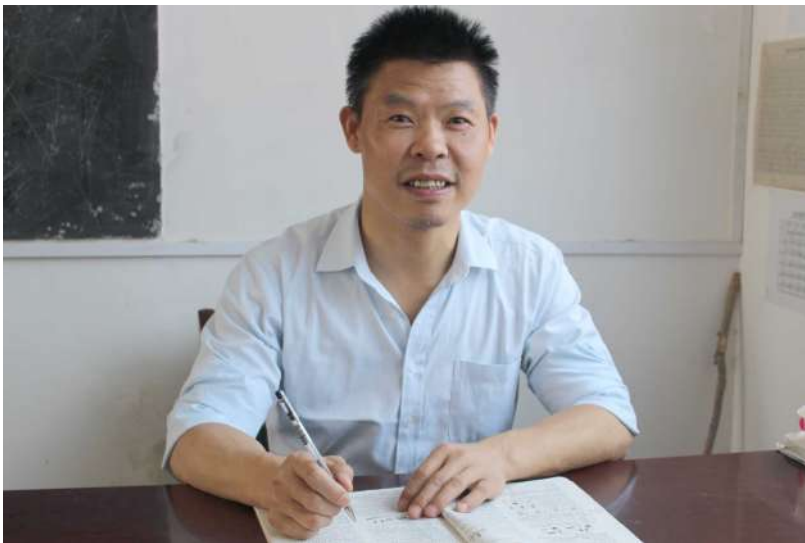
每一堂课重点得突出,难点得突破,泛泛而谈、泛泛而练,师生很累,收获甚微。要把着眼点放在得到结果的过程上,精选一些典型题目,举一反三,讲出方法和思路,练出规律和技能。

为了提高应试能力,有必要在考前用一周左右时间,搞定时、定量的模拟练习,以适应中考的大题量、高速度。通过模拟考试,把握解答试卷节奏和速度,悟清解答试卷策略。

### 四、劳逸结合,宁静致远

高效课堂、高效考试,需要学生以饱满精神、清静的心态进入。紧张时刻,休息时间要有保障,不可打疲劳战,不要被一些烦琐小事所困扰。积极休息、劳逸结合、形式思维与抽象思维交替、体力活动和脑力活动相得益彰。家长应管好孩子作息时间,注重的是对考生心理的调节。心理学的研究表明,一个人的思维效率与其考试焦虑水平成倒“U”形。临考前几天,考生应把自己从繁重的学习中解放出来,采取各种方法放松身心,使自己的精神像“洗”过一样清新,从容地走进考场。

# 化学:夯实基础 提升能力



温泉岔路口中学 毛海军

中学一级教师、咸安区骨干教师,拥有多年初三化学教学经验。

中考是义务教育阶段的终结性考试,兼有水平测试和选拔测试双重功能。如今,中考的脚步日趋临近,如何在有限的时间内搞好化学复习并取得理想的成绩呢?首先中考总复习一定要制定好完整、

详细、切实可行的备考计划,并严格遵照执行,以科学的态度对待备考中的各个环节,切实有效地提高复习效率。笔者结合多年来的教学经验,谈谈拙见,与广大师生共享。

### 一、归纳知识,夯实基础

以新课标为纲,以教材和初中新课程《重点知识总复习指导》为本,结合咸宁市2015年初中毕业考试化学学科说明,对化学各章节的基础知识和基本技能进行全面的回顾和疏通。对不同章节的双基内容采取合适的复习方法,特别要对知识薄弱环节进行补缺,弥补学生在平时学习中忽视或遗忘的基础知识和基本技能,加深对双基的理解和掌握。

### 二、专题训练,提升能力

在复习中,切忌死记硬背。要注重对基础知识和基本技能的加工整理,总结归纳,把点连成线,线织成面。构建知识网络,使知识系统化。正确处理好考纲、教材、资料三者之间的关系,切实做到抓纲务本。

### 三、融会贯通,举一反三

具有典型性和通用性的题,能真正起到举一反三、融会贯通之效。这样的习题可以是学生的错题,也可以是咸宁市历年中考得分率低的题。备考中如果自始至终如此选题来编写训练卷,就可以切实提高复习效率,事半功倍,同时也大大提高学生的考试能力。

### 四、模拟考试,规范答题

在总复习后期,要适时进行模拟考试,让学生感受中考的氛围,找一找中考的感觉。帮助学生消除中考带来的紧张、焦虑情绪,轻轻松松上考场,这样才能淋漓尽致地发挥出最好状态。

另外在中考前两三周还要做好下面指导工作:

### 1、指导学生答题技巧

语言叙述类题目一定要用准确的用化学语言表述,言简意赅答出有关化学原理。化学用语类题目一定要规范书写元素符号、离子符号、化学式、化合价、化学方程式等,不能虎头蛇尾,顾此失彼。计算类题目要注意解题步骤和格式,注重对数据和图表的处理,从中提炼出与解题有关的重要信息。另外填空题中也可能出现化学符号与名称的交替要求。这些技巧在讲评课时要时刻提醒学生。

### 2、指导学生考前心态调整

信心是成功的源泉。临考前培养学生的信心,让学生建立起“我准备好了”的信念。此外,还可以通过与同学、家长聊聊考试外的东西来舒缓情绪,减减压,做好心态放松,放下包袱,轻松上考场。