

英语：夯实基础 提升技巧



“近几年高考英语试题呈现出‘重语用、强素养、贴时代’的鲜明特点。”安庆一中英语老师储小颖表示，最后冲刺阶段，英语备考要分清主次、精准发力、查漏补缺，从根源上夯实语言基础、打磨解题思维、提升答题技巧。

储小颖老师认为，词汇是英语学习的“敲门砖”，考生要重视对于词汇、短语等的积累和反复巩固，尤其是高频词、熟词生义、固定搭配等，建议结合平常做的训练题进行语境记忆，做到“见词知义、见义会用”。考生还可以整理自己的“单词库”，收集易忘词和写作高频词。语法复习方面，以语法填空为

“抓手”，填补语法知识漏洞，吃透基础语法规则，精准且系统地复习高考高频考点，如谓语动词、非谓语动词、定语从句、名词性从句等。每周定期复盘错题，重做一遍，杜绝同类题目反复出错。

针对不同题型，储小颖老师给出了具体建议。阅读理解、七选五和完形填空是分值大户，每天应安排一定量的限时训练，把控做题时间，提高答题准确率。有明显薄弱环节的学生也可以针对自己的短板进行强化训练，但不要盲目刷题，训练后要思考错题原因——是定位不准、词汇欠缺、长难句未读懂，还是理解偏差？把错题积累下来，反复思考，总结做题心得。写作是短期提分的突破口，应用文要熟记书信、通知、演讲稿等常见文体的格式与模板，积累开头结尾、过渡句和高级表达；读后续写要熟练掌握情感、动作描写等常用表达，理

解并熟记倒装句、强调句型、虚拟语气等高级句式，同时要多写多练，注重审题、构思以及对语言素材贴切和创造性地运用。听力每天坚持“磨耳朵”的泛听训练，针对错题进行精听训练，总结自己的易错类型。语法填空每天至少训练一篇，及时弥补知识漏洞。

储小颖老师特别强调，最后冲刺阶段必须精做、精研高考真题。近五年全国卷及新高考卷真题至少反复研读两遍，不仅要看答案对错，更要分析命题思路：阅读理解的题型设置、选项陷阱设置方式，完形填空的上下文逻辑关联，语法填空的考点分布，常考写作话题及写作评分标准等。通过真题训练摸清出题方向，总结各类解题技巧。

储小颖老师表示，高考英语不仅考知识，更考心态与答题策略，掌握科学的应试方法，能有效避免失误。在考场上，考生要保持适度

紧张的状态，遵循“先易后难”的原则，遇到难题果断跳过。审题是得分的前提，应用文写作要明确主题、格式、要点等，简单列个提纲，杜绝写偏题或遗失要点；读后续写要先捕捉人物、情节和主题，再结合所给的两个段落开头句构思续写情节。写作题作答时务必保证书写工整清晰，卷面整洁直接影响阅卷印象分。英语试卷中选择题占三分之二，建议先规范填涂答题卡，再完成语法填空和写作部分，最后留几分钟检查答题卡的填涂。

“英语备考没有捷径，唯有科学规划、精准发力，才能在最后冲刺阶段稳步提升。”储小颖老师说，希望高三考生把握备考关键期，夯实基础、查漏补缺、调整心态，在高考考场上沉着应战，发挥出最佳实力，取得理想成绩！

全媒体记者 项珍
通讯员 朱晨兵

历史：锚定方向 精准发力

“近年高考历史命题呈现三大鲜明特征。一是价值引领贯穿全卷，突出党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史和中华民族发展史的考查；二是‘无情境不成题’，试题大量采用史料节选、数据图表、学术观点等真实情境，从考查‘记住了什么’转向考查‘能解决什么问题’；三是素养考查系统化，围绕唯物史观、时空观念、史料实证、历史解释、家国情怀核心素养的五个方面设计试题，鼓励多角度、有创见的历史解释。”安庆一中历史老师余丽华表示，把握这三大趋势，才能避免复习方向跑偏。

余丽华老师说，冲刺阶段不宜再盲目刷题或拓展偏难怪内容，而应回归教材本源。首先，以《中外历史纲要》为根本，通读目录构建时序框架，做到每个朝代的政治制度、经济形态、思想文化主线清晰。其次，精读教材中的“学思之窗”“史料阅读”“历史纵横”“问题探究”等辅助栏目，关注地图、插图及教材新增内容。再次，重视微专题的深度突破，围绕自身薄弱环节和高考高频考点，选取切口小、挖掘深的微专题集中攻关，把相关概念、时序脉络、典型例题和常考角度梳理透彻，做到“打通一个点，带动一大片”。最后，兼顾长效热点与年度时政热点，将国家治理、民族交融、文明互鉴、现代化道路、全球化演变等贯穿古今的重大主题，以及与高考年份相关的重大周年纪念、国家战略议题等，与教材主干知识建立关联，形成“历史与现实”的呼应，既有助于

应对情境题，也为开放性论述题积累论证角度。

答题时，余丽华老师强调审题要准、表述要规范。做选择题时，要善用“化简原则”，将长篇材料压缩为一句话或几个关键词，直击核心；警惕绝对化选项和主体不一致选项；注意材料中分号、句号隔开的并列信息，正确选项不能以偏概全。主观题的作答可归纳为四步，明确答题方向、提取材料关键信息、将材料信息与教材主干知识对接、组织语言，使用教材专业术语，避免口语化表达。此外，还要建立错题分类归因机制，若是知识型错误，就要回归课本进行专项记忆；若是方法型错误，就要总结该类题型的常规分析维度；若是习惯型错误就要建立答题前圈画关键词的强制动作，拒绝用“粗心”二字掩盖真实问题。

余丽华老师提醒，要通过限时训练积累时间管理经验，考场上按节奏推进，力争总分最大化。主观题答案必须要点化、序号化、关键词前置，让阅卷老师一眼看到采分点。卷面书写要清晰工整，避免大段涂改。建议在草稿纸上为每道主观题列微型提纲，写下设问要求和关键词，按逻辑排序后再誊写，确保思路连贯、不漏角度。审题时强制圈画关键词，防止漏看限定条件。

“高考历史冲刺，拼的不仅是知识总量，还有精准度与规范度。”余丽华老师说，愿考生们沉心静气，把最后这段路走稳、走实，在六月交出理想答卷。

全媒体记者 项珍
通讯员 朱晨兵

政治：吃透教材 精研真题

“备考冲刺阶段，考生要在前期系统全面复习的基础上对教材内在本质联系进行综合，形成对学科内容整体的本质和规律的认识。”安庆一中政治老师郑秀娟表示，要抓住教材、题目、时政、心态四个关键词，从感性认识走向理性把握，从零散记忆走向系统建构。

郑秀娟老师认为，教材是备考的根本，复习时要明确概念的内涵和外延，攻克教材重点、难点；要理清知识之间的联系，梳理教材内在结构层次，构建知识体系。同时，利用好教材目录、综合探究、探究分享、相关链接、专家点评等阅读材料，它们往往是命题的重要素材。对仍存在分散、零碎、杂乱的知识，要及时归纳整理，分门别类，克服遗忘。

郑秀娟老师强调，要围绕真题，按专题分析近几年安徽高考考查情况，同时关注其他省份的命题趋势。用真题明考向、练审题、析答案、找规律、做变式，在真题的分析思考中升华所学的学科基本概念、观点、思维。要重视错题。后期练习量大，要对错题进行反思归纳总结，把每次错误视为查漏补缺的机会。要规范训练。训练审设问能力，精准明确题目要考什么，在限定的知识范围内答题；训练材料阅读和思维能力，抓关键词句，高效获取信息，由已知推导未知；训练答案表达能力，要求学科语言规范简练，有“踩点”意识；训练书写能力，要卷面整洁、速度合适。

时政备考不可忽视。郑秀娟老师建议采用“是什么—为什么—怎么办”的框架深度剖析热点，关注

“国家战略+安徽本地案例”，留意中央定调、国家战略、重要会议与“安徽元素”的结合。了解安徽省在经济发展、社会治理、生态文明建设等方面的特色举措和成就，如安徽在新能源汽车、人工智能等产业的发展，以及乡村振兴、基层治理等方面的实践，结合教材知识分析安徽的发展路径和模式。

心态调整同样重要。郑秀娟老师提醒考生保持平稳有韧性的心理，正视困难与错误，不焦虑、不急躁、不自我否定，只跟昨天的自己比。保持耐心与专注，不断进行量的积累，完成复习内容后给自己肯定，增强信心。合理安排作息，保证充足睡眠和适度运动，避免过度疲劳。学习之余，可以用听音乐、散步等方式放松，保持身心状态平衡。

郑秀娟老师建议，考场答题时做好时间分配。选择题控制在20分钟左右完成，填涂不要留到考试的最后，避免忘填错填；非选择题约50分钟完成6个设问，平均8分钟一问，阅读量、思维量、书写量都很大，要把握好节奏。做题时先易后难，不钻牛角尖，不怕难题得分少，就怕基础题失分多。考前5分钟可以先浏览非选择题的考查范围，做到心中有数。

“考场上的信心来源于自己平时一点一滴的付出与用心，做题中遇到‘意料之外’的情况不必慌乱，冷静面对，把关注点聚焦到题目本身，发挥自己的优点长处，完成一份满意答卷。”郑秀娟老师说。

全媒体记者 项珍
通讯员 朱晨兵