



英语

夯实基础 定位提升重点

月考即将到来，一些考生可能会面临复习时间不足、知识点掌握不牢等问题。尤其是英语学科知识点多、分布面广、综合能力要求高，更是让考生感到有压力。如何科学合理地备考，成为每位考生关注的焦点，建议考生从以下方面行动。



北京市陈经纶中学 韩国凤

多样方法复习词汇

词汇是英语之基。临近月考，考生要先落实好新课标中的词汇。按照字母顺序背单词是常用的方法，但这种方法很容易导致单词的混淆。考生可以通过多种分类来整理单词，把记忆单词像制作珍珠项链一样穿成串、分成组，批量记单词，提升复习单词的效果。

1. 分组记单词

(1) 按词义分组

将同义词放在一起记忆，不仅单词的意义不容易遗忘，同时也能够注意到词汇之间意义上的差异。

例如，形容某人特别高兴，情绪好的状态，可以这样表达：joyful, amused, delighted, content, thrilled, in high spirits, weep with joy.

(2) 按用法分组

将用法相同的单词总结在一起，能够帮

助举一反三，轻松使用词汇。

例如，interest 本身为及物动词，用人来做宾语，即 interest sb, 令某人感兴趣。继而有了两个形容词：interested, interesting。Interested 指人对某物感兴趣。interesting 指某物是有趣的。总结同样用法的词汇，有 frighten, amuse, amaze, astonish, tire, bore, excite, inspire, puzzle 等。

2. 利用语境复习词汇

语境为单词提供了展现意义的土壤，在语境中，单词的意义会得到清晰确切的展现。

(1) 考生可以利用课本，重新阅读学过的课文，再次体会单词在语境中的意义。

(2) 再次利用练习题中的阅读题，重新阅读文本，必要时可以进行翻译，在翻译的同时深刻理解单词的意思并进一步记忆。

梳理结构练习语法

进入高三，所有高中语法都已经学习完毕。考生要将所学的语法进行梳理，对所学和所要考查的语法做到心中有数。

考生要先梳理三大从句、非谓语动词、情态动词、时态语态及主谓一致等的基本规则和表意功能，然后梳理名词、形容词、代词等变化形式，明确各项语法的考查方式。例如，

名词一般考查变复数、变形容词，形容词一般考查比较级、最高级和变副词。整理了考查思路，语法复习就会更有针对性。

其次要设计个性化的复习方式。考生要将自己练习中的语法错题进行整理，把同一知识点的题目汇总在一起，总结自己在某个知识点上存在的不足，有针对性地进行突破。

厘清思路提升阅读

阅读理解，在很多考生看来无从下手、特别困难。事实上，只要我们静下心来，分析文章主线，厘清存在问题，阅读能力是可以提升的。

1. 根据文体特征，体会答题技巧

阅读理解的文章，基本上可以分为应用文、记叙文、说明文和议论文。每个文体都有其特点。考生要了解其特点，并在解题时判断题目考查内容，如主旨大意题、细节题、推理判断题等，以运用相应的答题技巧。

例如，说明文的主旨概括题。在说明文中，一般在文章的开头会告诉读者即将说明的内容或主题；或者有一种情况，文章在开

头先引出话题，接下来用 However 或 but，转折之后说出下一个内容或观点，那么文章的主题很可能就在这里出现。许多考生更多地关注了文中的细节或者断章取义，导致对题目的错误理解。

2. 重新阅读文章，发现失分原因

考生不能一味追求阅读文章的数量，而要将手头的文章弄明白，将出现问题的文章重新阅读，明确所设问题的意思、设问方式和出错原因，总结解题方法，为下次阅读打好基础。每天定量阅读，稳扎稳打，保持做题的手感和语感，在考试时才不会慌张。

针对文体形成写作思路

1. 考生要明确各种写作文体的框架结构。如近几年高考考查的邀请信、推荐信、道歉信等，初步形成一个正确的写作基本思路，并将最常见的表达方式进行总结和储备。

2. 在考前尝试自主完成 1 至 2 篇写作任

务，并与教师沟通，倾听教师的建议，进行修正和提升。

高三的第一次月考会让考生了解高考的试题结构，体会每道试题的解答时间分配是否合理，也能帮助考生发现自己的不足和需要定位提升的重点。

物理

积极准备 注重建构

高三首次月考既是对首月复习效果的检验，又是一次难得的高考演练机会，对整个高三的学习，甚至是最后的高考都有较为深远的影响。



北京市第九中学 李学

明晰意义

1. 发现问题，及时纠偏

虽说是首次月考，但试题的考查方向、试题风格等都瞄准了最新的高考试题；试题的阅卷方式、评分标准也会参照高考阅卷标准。故首次月考的表现是对首月复习效果的真实反馈。首次月考有助于考生查漏补缺、明确存在的问题，哪些概念规律还没有理解到位，哪些概念规律还有问题，复习方向是否正确……通过月考及时发现复习中的不足，并及时纠偏，这是首次月考的意义所在。

2. 演练高考，锻炼心态

首次月考就是一次高考演练。首次月考一般会统一安排考场，统一阅卷和分析成绩，所有考试要求都参照高考标准。首次月考检验考生在心理压力下能否保持阳光心态，顺利通过考试。在这种演练中，考生能够练习如何调整心态，做到不焦虑、不紧张，以平常心面对考试。演练的目的就是发现问题和解决问题，包括考试的文具是否齐备，答题卡是否出现漏涂、错涂情况，有没有出现答题不规范的问题等。

如何备考

1. 明确考试范围，厘清章节知识的内在逻辑

按照教学进度，本次月考范围为必修一和必修二的部分内容，考生的一般进度是到“机械能守恒定律”一章，核心概念为“力与运动”“功与能量”。备考需要首先明确考试范围，知道自己学习了哪些知识规律，各章节知识之间是怎样的逻辑关系。考生可以从课本目录开始研究：第一章运动的描述指的是物理学对自然现象的描述；第二章匀变速直线运动的研究指的是现象背后的规律；第三章力是对运动改变原因的学习；第四章牛顿运动定律指的是力与运动之间的规律；第五章抛体运动和第六章圆周运动则是对“力与运动”的拓展和完善；第七章万有引力是圆周运动的应用和提高；第八章机械能守恒定律是开启了审视自然运动的功能视角。教科书各章节的安排体现了物理学是描述自然、认识自然和解释自然的科学，以及物理学是如何描述、认识和解释自然的。厘清章节知识的内在逻辑能够帮助考生熟练掌握知识并深入理解知识概念。

2. 完善知识体系，深入理解概念规律

复习时，考生要在厘清章节知识内在逻辑的基础上梳理课本，通过绘制知识框架图或思维导图等方式，对章节知识进行总结，完善知识体系，找出核心概念规律和重难点，然后通过厘清概念规律的来

龙去脉进行突破。例如对动能定理的理解：动能定理的内容是什么，表达式如何体现，如何推导动能定理，如何用实验验证动能定理，为什么外力做功之和等于动能的变化量……众多物理学家认为物理学知识的产生过程与物理的学习过程相一致，不仅要知其然更要知其所以然，厘清每一个概念规律的来龙去脉有助于对其进行深入理解，从而更好地进行迁移应用。

3. 重视物理实验，提高实验能力

物理学的发展依靠理论推导和实验验证的相互支撑，中学阶段的物理教学更加依赖于实验的推进。实验在物理中的地位极其重要，能使学生体验科学探究的过程，加深对物理概念的理解，发展批判性思维。高考命题明确要求：实验不仅要讲，更要做；不仅要讲，还要进一步思考。首次月考中的实验众多，“探究小车速度随时间变化规律”“探究平抛运动”“验证机械能守恒定律”等内容必考其一。

没有人能在考试中门门满分，人人都会从考试中发现为题，而发现问题并及时改正错误就是进步。