

理科综合复习经验

应学校之邀,我在这里和 19 届理科学弟学妹们分享一下我在理科综合方面的学习经验。

对于理科生来说,理科综合在高考中有着举足轻重的地位。因为语文和英语这两科一般拉不开太大的分数(除非你这两科特别好或者特别差,当然,如果特别差的话,你得想办法了,至少得差不多达到平均分吧),所以高考考得好坏,主要取决于数学和理科综合。而这几年高考数学又比较简单,大家的分数也差不多,所以理科综合就显得更加重要。

在高三下学期一模及以后的模拟考试中,学校才会以理科综合的形式进行考试,之前都是物理,化学,生物分开来考的(当然,也必须这样考,因为在此之前,一轮复习还没有结束,考理综是没有任何训练效果的)。所以,我们可以将一模作为分界线,将高三分成前后两部分来确定不同的理科综合学习方法。

在一模之前,各科主要进行一轮复习,夯实基础。就理科综合这三科来说,物理是“想”出来的,在做题前要想清楚“这东西为啥是这样的”,想通了之后,就可能作了一类题(这很难得的)。当然,也绝对不能钻牛角尖,遇到实在想不明白的地方(比如说相对论部分和原子物理部分),直接记住也无妨。化学则需要严密的知识点来支撑较高的分数,各种性质要么干脆不记,要记就要记准,在做题的同时随时回归笔记,查缺补漏。生物对基础知识的要求则更为严苛,基础知识如果不扎实,做多少题都没用。遗传变异部分的确让人头疼,但还好,这几年的遗传题还都不算太难。总之,在一模前,大家要打好基础,因为高三下学期就没那么多时间去背基础了,顶多是查缺补漏。

一模对大家来说算是一个挑战。因为是第一次考理科综合,可能有很多人答不完卷,这很正常,加以训练就可以了。但最重要的是要相信自己,一定不能因为在一模前听很多人说过“一模理综大家都答不完卷,分都低”之类的话,在考试时抱有“大家都答不完,我答不完也没事”的心态而不去努力答好这第一次理综。

一模之后,理科生便进入了理综合时代。理科综合考试时间 150 分钟,满分 300 分,时间短,题量大,每个空的分值都很高,往往错着错着分就没多少了。所以,做理综合,既要快,又要准。

快,是建立在熟悉的基础上的。知识点不熟,题型不熟,模型不熟,都会造成答题慢,自然就答不完卷。理综的选择题十分重要,每个 6 分,真的是错不起。理综考试时,选择题也特别考验智慧。一般生物的选择题要把四个选项看完再选,选最符合题意的一项,这就考

验着大家的知识点记的熟不熟了（经常会有感觉两个选项都符合题意的时候，那就说明你的知识点记的不熟，需要加强）。化学也要如此，要揣摩出题人想要你选哪个，但可以自己总结一些小技巧来更快的做完题目。物理的选择题是最适合用技巧解决的，排除法，单位法，极限法，有招就用，可以节省很多时间来做后面的大题。当然，这是考试时的策略。平时可不能这样，一定要把每个选项都弄懂，这样，考试时才有“蒙”的资本（不是瞎蒙，是有根据的蒙）。总之，“平时认认真真地算，考试时能偷懒就偷懒”。还有，多选题不是非得全选对的，不会的时候先选上确定对的一项，做完回来再研究也是明智的，千万不能一道题做个没完，最后既浪费了时间，又影响了心态。选择题一定要多练，每天就算没时间做整套理综，也要抽出 40 多分钟时间做一套理综选择题，找找感觉。选择题全对，就算后面没答好，也不会差太多。

答题不光要快，还要准。有同学一个半小时答完一套理综，同样错误百出。做题应该做到“会的题都答对”（这已经很难得了）。最怕的是难题没做上来，简单题还没做对。什么时候应该带单位，保留几位小数等细节都要看清楚再下笔，做到不留遗憾，不后悔。

一模之后，每周至少要做两套理综卷，而且要做带名头的（某某学校某月调研之类的），因为不管题难或简单，这至少是这个学校当考试考过的，总比那些来路不明的猜题卷，押题卷，预测卷要强。而且应该尽量做新题，感受新的命题方向（我个人比较推荐金考卷每月更新一次的那种）。

一模之后，应该尽快确定自己的答题顺序，在做题的同时找到自己的答题节奏。把握答题时间同样重要，“要么不做理综，做理综就要定时间”。周末应该抽出一整块时间来进行标准化的理综训练（要写答题卡的，如果没有，可以到理综综合办公室去要，老师一定会慷慨的给你的）；平时可能没有这么长时间来练理综，晚自习中间下课休息一下，上课后回来接着做也是可以的（这可能会导致你无法完成当天的作业，但是，都这时候了，应该不会有老师检查作业了，也该有自己的计划了）。但是，做完后一定要立刻认真对答案！这样才会有效果！做完后不对答案，那还不如不做。

然后是取舍问题。很简单：不会就过，千万别抠！

高考题和模拟题都要做（高考题至少近三年的所有全国卷都应该做完吧，而且要限时，要写答题卡；模拟题有的是，能做多少做多少吧）。

一些学的好的同学可能会发现，自己做题做到一定程度以后就到达了瓶颈：不管怎样刷题，分数就是不再提高了（很正常的，没必要苦恼）。这说明你的某一块知识点存在漏洞，应该及时回归笔记，查缺补漏。

还有就是保持良好的心态来面对一切困难与挑战。理综合考试分数上下浮动可能会很大，这都没关系。只要静下心来，按照自己的计划，按部就班地进行训练，高考就不会差。

最后，祝愿 19 届学弟学妹们高考取得好成绩！

