

距离2024年高考首考只有20多天了,高三的同学们目前状态如何?

这两天,今年考上北京大学的几名镇海中学毕业生,给学弟学妹们发来了不少“为首考前25天加油”的内容,这也是镇海中学毕业生的传统了。里面都是学长学姐们当年参加首考时候的心路历程,以及如今回首总结出来的经验之谈,供正在备考的高三学生参考。

□现代金报 | 甬派 记者 王伟 通讯员 曾昊溟

六边形战士太可怕? 谈沉没成本!

刷题还是整理错题?

琢磨作答的规范性!

首考前一个月怎么复习? 北大“过来人”分享经验



北京大学元培学院23级 黄际豪
伙伴互相交流错题,收获不一样的视角

做些小小规划。为了不让自己陷入“接下来应该干什么”的纠结之中,尽量在短时间内就对第二天的安排有所规划。对于英语学科的作文语料和单词,将大量的记忆内容有规律地分在每一天进行背诵,也能提高效率。

限时做卷子。最后冲刺阶段通常会获得一大堆试卷,限时训练保持题感还是比较重要的。当然,很多模拟题质量良莠不齐,但大家或多或少都已经培养出鉴定题目好坏的能力了。不要因在模棱两可的题目上失分而浪费时间,但对于一些概念或方法上的失误则要认真补救。

看课本看错题。回归课本很重要,但要警惕越读越困难的陷阱。我个人对看理科课本的建议是,读到重要知识点直接把眼睛闭上开始回忆。错题主要看两年半时间的积累,不管你之前是否有记错题的习惯,最后25天对失误的地方进行复盘都是巩固的契机。还可以和伙伴互相交流错题,收获不一样的视角。

保持平和的心境。最后冲刺的阶段换作是谁都会有巨大的压力,比拼的就是谁更能抗压。课间去操场上闲逛、每天弹弹吉他都是很好的方式(反正学习到睡觉为止,我是吃不消)。



北京大学信息科学技术学院23级 肖天尧
选择一两个有价值的“大任务”,全心去做

首考前25天的那些时光,时至今日,矛盾的心态仍然让我印象深刻:还有很多费时费力的“大任务”要做,可是又不敢在它们身上投入时间,因为在一个月不到的时间里,做了一个任务很可能就意味着其他的任务没时间了——沉没成本总是存在。

我那时候想把自己的化学错题全部整理一下,但是那可能代表着接下来一个星期多出来的复习时间,都要用来完成这项工作。在犹豫中流走的时间,让当时的我更加焦虑。

如果你也像当时的我一样,怎么办呢?就选一个或两个你觉得有价值的“大任务”全心去做,并且告诉自己其他的做不完也可以。然后你会发现,自己每天过得充实,这在当时真的帮我对抗了焦虑。真的不用担心任务完不成——因为不管怎样,总是有完不成的,即使第二天就要考试了,每个人都会发现还有新“长”出来的任务。

最后一个月,即使对“大佬”来说,也是着急心慌的,磕磕绊绊的,时不时还小破防,可是它真的很纯粹,像是岁月里的结晶。

北京大学信息科学技术学院23级 周无寒
琢磨一下作答的规范性,会使你受益良多

讲些心态上的东西,我的一个观点是目标要高一些,如果目标仅仅是放掉两门,那最后就得当六边形战士了。另一个就是相信自己能力已经达到了,最后的发挥只是一个概率问题。当然也别太担心,即使结果不尽如人意,也还有一次机会。

再说些做题方面的,首先肯定要刷题,主要是看个人情况,做了就一定要弄清楚每一个问题,这时候是最需要细致踏实的。其次,整理要花更多的时间了,作为一个几乎不会整理的人,那时候我甚至把高一刚开学的卷子都翻出来,基本把三年的错题或者难题至少过了一遍。然后考前一定要再看看往年高考卷,一般题目的变化不会太大(尤其是我们那届),琢磨一下作答的规范性会使你受益良多。

学得太累的话就出去走走,看看电影(我高考前一天晚上还散步了好久)。祝大家都能取得理想的成绩!



「结果」这种无法控制的变量,就不要瞎操心了

首考前,我觉得最重要的就是放平心态。

浙江考生独一无二的首考,不是用来当作一考定终生的,拥有试错空间的浙江宝宝们,完全没有必要告诉自己首考一定要放掉两门或者三门。

我记得首考倒计时25天时,我真的很焦虑,当时疫情肆虐,高一高二放假,我的自习教室被搬到了对面。在那个少了一半同学的教室里,我一直告诉自己,一定要把三门选考放掉。对着题山题海一道一道看下来,碰到不太会或者做错的题目就会焦虑万分。

这样的心态被我带到考场上,结果就是一看题目不太会,就开始估计自己能考几分。全部考完之后第一时间做的事情就是找同学对答案。结果也显而易见:我成了一名六边形战士。

成为六边形战士不意味着一切都结束了,在二考中我不还是一门一门地把分数提上来了吗?所以说首考确实很重要,但是它并不意味着一切。一次考差了,不是还有第二次吗,总有一次能考好的!努力复习到每一个知识点,做会每一道题目,结果这种无法控制的变量就不要瞎操心了。

时间
放松
心态
保持
调整
压力
整理
补缺
成绩
坚持
老师
同学
目标
规划
快乐
放下
排解
遗憾
焦虑
学科
珍贵
调整
尽人事