

高考临近

文综、理综 考生该如何面对

□本报记者 刘亚杰

离高考还有十多天，考生该如何利用好最后的时间，对大综合科目做一个整体的复习呢？记者采访了我市一些综合科目的老师，听听他们如何给考生们支招。

理综：在熟练度和准确度上下功夫

“剩最后十几天了，如果三年都没有理解掌握的难点，就该果断放弃，把精力放在已掌握的知识点的归纳整理上，要在熟练度和准确度上下功夫。”舞阳一高高三生物教师刘伟告诉记者。

针对最后阶段的生物学习，刘伟告诉记者：“一是要梳理课本，列出每一章节的核心知识点，记不清的马上翻看课本，加深印象，精准记忆。二是要梳理错题，把平时积累的错题拿出来，重点放在对错题的审题和建立正确的模型上。三是适当做题，做一些往年的高考题，让大脑处于兴奋状态，保持手感。”

同时，刘伟还分享了答题技巧，他说：“考试时，生物学课用40~45分钟答题是比较合理的。答题时要有有效的得分意识，在有限的时间内，尽量多得分才是王道。审题要慢、答题要快，前两道选择题先慢下来，找到感觉后逐渐加快答题速度。”

理科综合包括物理、化学和生物三科，如何安排好每一科的时间，以及答题顺序呢？

针对这个问题，漯河五高高三化学老师宁向东告诉记者：“考试的情况不同，首先，在答题时如果找不到合适的答题顺序，按照试题的顺序一题



资料图片

一题做也挺好的。其次，要舍得在会做的题上花时间，保证会做的题能得分。再次，理综时间紧，基本上没有时间检查，最好做一题检查一题。最后，尽量不要空题，只要能写上的就要写上，等到考试快结束时基本没时间再回头看了。”

文综：不到最后不能放弃

“对于文科综合类考试科目，政治、历史、地理三科的考试尤其需要把握好时间，每科的时间尽量控制在45分钟左右，文综考试不是说要把每道题都答完，而是保证尽可能把会的题都答对。同时，答题顺序上，选择题答完后要先做选作题，因为这些题相对比较简单。”临颖一高历史老师徐浩杰告诉记者。

除了提醒考生把握好考试时间外，徐浩杰还提醒各位考生：“不到最后不要放弃，要有必胜的信念。同时，要坚持做高考真题，保持手感，答题的时候，要注意答题的规范性和逻辑性；把主干知识点突出出来，一定要用专业术语答题。”

“对于最后的这个阶段，心态很重要。面对容易混淆的知识点，要注意回归课本的知识点和原理，不要着急和浮躁，做到耐心、静心。也可以采用每天回忆和复述的方式，对知识点进行梳理，这对考生最后阶段巩固记忆、加深对考点知识的理解和运用非

常有帮助。同时，每天刷一刷高考真题保持手感。”漯河实验高中政治老师张怀喜告诉记者。

相关链接

考试物品
应注意什么

- 1.提前一天要准备什么？必须携带的：准考证、身份证。准备舒适、宽松、透气性好的衣服（如棉、麻质地的），备足在外饮食、交通的费用，带些雨具避雨或遮阳。
 - 2.丢失身份证怎么办？应立即到公安部门补办临时二代身份证。或者先拨打110，说明自己的情况后，咨询自己所在就近的派出所，特事特办。
 - 3.准考证丢失怎么办？如果在考前丢失，本人应立即写申请，让中学或街道办事处开证明到市（区）县招办补办准考证；如果是考试当天丢失的话，应立即向考点老师、带队老师讲明情况，先考一科，后补办。
 - 4.如何识别真品2B铅笔？一看断面是否平整，笔芯是否居中完整；二看漆面是否光洁光亮，印字清晰、材质发红、色彩均匀充分才是真品；三看铅笔颜色是否暗淡，印字模糊缺损、材质发白、色彩不均匀为劣质品。
- 晚综

出门看天



太阳一出来气温就找到了重新抬头的底气，昨天最高气温回升至27℃。然而，5月的天气就像是墙头草似的，一会儿是艳阳高照迅速升温，一会儿是天低云暗细雨绵绵。今、明两天还会继续下雨，出门之前大家要准备好雨具。25日夜，受冷空气影响，西北风力加大至4~5级，气温变化不大，最高气温在29℃。

小满时节，梅子金黄杏子肥。眼下正是杏子上市之时，我市超市、水果店都能买到身形表皮金黄、果肉肥厚的杏子。杏子，三月开花，四月结果，五月底成熟，它是时令性很强的水果，一年中也就只能吃这一个月左右。

今后三天天气

5月24日



多云转阴有阵雨，夜里转中雨
17℃~26℃

5月25日



阴有小雨
18℃~25℃

5月26日



多云到晴
19℃~29℃

(感谢武威提供信息)

生活小常识

居家除脚气
可尝试这样做

一般来说，引起脚气的罪魁祸首是脚部的细菌。

为什么会得脚气？一天中大部分时间脚都是处在密闭的空间内，长期穿不透气的鞋子、袜子，或者经常处于潮湿的环境中，病菌就容易滋生；加上没有良好的生活习惯，比如内裤和袜子混洗、穿鞋不穿袜、撕脚皮等，就容易感染脚气。

有什么可以居家除脚气的办法？想要除脚气，可以尝试这样做：

一、茶叶泡脚，每周1次，每次30分钟，茶叶中的鞣酸可帮助干燥皮肤；

二、用半盖粗盐加1升水，溶解后泡脚，过后不用清洗，等其自然干燥即可；

三、在水中加入米醋10~15ml，调匀后泡脚15分钟，每日一次，连续泡3~4天。

以上方法皆可以缓解症状，患者还需注意脚部清洁，最好每天洗脚，勤换袜子和鞋。

晚综

分类信息

2cmx4cm 单份50元 4cmx4cm 单份100元

本版对所有信息的手续都严格进行审查，仍不能保证每一条信息的真实性，请客户在使用本版信息时认真核实相关资料，签订有效法律合同，因本版信息导致的一切纠纷自行负责。

联系电话：0395-3132295 3117189 13781707655

家政服务

洁爽保洁公司

专业单位家庭保洁 外墙玻璃幕墙清洗 石材 地毯 专业外墙漆

6188458 13653950591

出租出售

独院门面出售

东京路52号临街门面房，上下两层144平方米，后院70平方米，价格面议。电话：13603851027 18339840290

婚介信息

世纪缘

白领相亲会所

2003年~2018年

世纪缘全城寻找

诚心找对象的人

地址：市人民路美盛大厦B座十楼

相亲热线：3398505 2121213

●征婚：男 (91783) 40岁，离异，1.70米，事业单位，成熟稳重，有责任心，觅一人品好的女士。

电话：2121213 微信：13523953597

●征婚：女 (91760) 48岁，离异，1.67米，个体经营，温柔贤惠，懂得照顾人，觅成熟稳重的男士。

电话：13193907179 微信：13193907179

●征婚：男 (91725) 67岁，丧偶，1.75米，性格随和，身体健康，觅一位能实在过日子的女士。

电话：18839527539 微信：luohe6179

●征婚：女 (91788) 44岁，离异，1.64米，卫生系统，大方有修养，珍惜感情，觅儒雅有风度的男士。

电话：13523953597 微信：13193907179

教你一招

蔬菜巧清洗

- 1.择时清洗法：菜不仅不宜洗的次数过多，而且应该在烹制前几分钟洗，这样菜味才能纯正，且也难以损失营养。
- 2.盐水清洗法：用盐水洗萝卜，可以洗得很干净。
- 3.洗芋头手不痒法：手洗过芋头后，常常会痒。如在手擦一些醋，或用醋水洗一下，手就不会痒了。

网购汽车票 就选畅途网

畅途网已覆盖全国28个省、市、自治区，85%的二级以上公路客运站，每年可为数十亿人次提供出行信息服务。乘客可通过登录官方网站下载“畅途汽车票”手机APP、关注微信公众号“畅途汽车票”，即可享受网上购票服务。购票成功后，乘客在客运站窗口可以直接凭取票信息就能取票。信息准、购票快，这一现代化的服务方式为乘客出行提供了便利，同时也大大减轻了客运站日常运营的压力。