

距离2021年沈阳市中考仅剩60天,成绩还能提高吗?中等生有机会逆袭成学霸吗?随着各区初三一模的推进,考生、家长、老师都需要及时梳理和总结,记者采访到一些优秀考生,分享他们的学习经验。

# 不熬夜 不参加课外辅导班 初三逆袭

沈阳市虹桥初级中学  
九年二十班 张宇岳



考入辽宁省实验中学是张宇岳一直以来的目标,但在学习的道路上并非一帆风顺。“七年级下学期的时候我的成绩开始下滑,”张宇岳说:“当时也非常担心,对于自己的未来有些迷茫。”

进入初三后,张宇岳比平时更加刻苦认真,上课专心听讲,课下要练明白每一个考点。但他懂得安排时间,基本不熬夜。张宇岳相信只要心中有目标,审视自己每一次的成绩,并持之以恒地努力,就会实现梦想。遇到难题的时候,他从来都不放弃,而是深入理解,直到解答出来。

“这次一模数学答得不是很理想,时间分配没有做好。”张宇岳总结道:“但我相信下次考试我一定可以再进一步。”

张宇岳坦言平时很喜欢玩,中午打球,放假弹吉他。他建议同学劳逸结合,课间不要继续做题,可以休息,运动一下,让自己更清醒。他平时有机会就参加学校活动,在演讲比赛中还拿过奖。张宇岳认为,这些活动对他个人能力都有提高,让他完善自己的性格,成为更好的自己。

沈阳市虹桥初级中学  
九年十一班 虞智童



虞智童入学时,还自认是中等学生,现在他可以骄傲地告诉记者,他想报考辽宁省实验中学。

“这次模拟考试数学有一些细节问题处理得还不够好,语文的阅读理解 and 作文还是不理想。”虞智童认真地总结了这次皇姑区初三一模。他认为能够通过考试找到自己的不足,才能有进步的空间。平时他会积累错题和典型题,自我总结,思考,碰到一道题解决一道题。进入初中以来,虞智童基本没参加过课外辅导班,对于自己的薄弱学科和知识点,他都会做好详细的笔记,然后内化成自己的思路和方法。

他认为,自我总结的同时与同学交流,吸取别人优点,可以让自己更进步。“刚入学的时候我比较内向,不愿意参加活动,但在身边人的带动下,现在学校组织的活动他都积极参与。”虞智童说:“通过这些活动,我收获到了很多新奇的经验,也学到了别人的优点。”

距离中考仅剩60天,虞智童建议大家心理压力不要太大,增强自信。“当我有压力的时候会看电影或者杂志,国内外名片都看,”虞智童说:“有的时候这些内容对于学习还是很有帮助的。”

辽沈晚报记者 冯美琳文并摄影

## 高考志愿填报避免高分低就 专家建议 整理招生简章 搜集数据 分析专业

新高考将至,相信考生和家长都关注了不少志愿填报的指南和建议,但是每年都有考生“高分低就”或者由于忽视招生简章的细节进入学校后“后悔”,还有些家长只看重专业的字面意思,错选了专业。

如何规避这些高考志愿的“坑”?沈阳市第五中学创新发展教育中心杨兴学通过多年的高考数据搜集、整理和分析,建议家长一定要研究专业,并适应新高考的趋势。

浪费!  
640分读医学检验技术

新高考实行“专业+院校”的志愿填报模式,非报不录,没有专业调剂。这就要求考生和家长在专业选择时,充分利用好考分,避免高分低就。

杨老师告诉记者,在去年的高报中,有一位学生640分报考了中国医科大学的医学检验技术专业。从去年的最终录取情况来看,这个分数,报考中国医科大学其他专业,除临床医学(红医班)外,均绰绰有余。中国医科大学“医学检验技术”专业近几年的录取数据,全省位次基本上都维持在2万左右。而640分,在2020年辽宁理科排名3126名。

“除非该考生对医学检验技术专业极度热爱,否则这种报法,太浪费分数了。”杨兴学说:“新高考模式下,务必要研究到具体专业。”医学类专业的报考原则:首选临床、口腔、麻醉等核心专业;其次是基础

医学、预防医学、药学等;再次是技术类专业和护理类专业。

不值!  
573分去了民办院校

想报考财经类院校的辽宁考生,不少都关注了东北财经大学。如果是首选省内财经类院校,除了东北财经大学,还有三所民办院校,分别是:大连财经学院、辽宁对外经贸学院、辽宁财贸学院。

“去年有一名573分的理科考生报考了大连财经学院的会计学”杨兴学告诉记者:“而该校这个专业一般500分出头就可以报考。573这个成绩不算高,去年全省理科排16558名,但放眼大连的学校除了大连理工和海事,其他公办本科院校均妥妥被录取。”

去年是独立学院转设的关键之年,转设后的新校名需要家长仔细辨别。杨兴学提醒考生和家长,选择院校时,公办和民办一定要分清,这不仅仅是学费多少的问题,对后面的升学、就业也可能有影响。

后悔!  
没了解清楚专业内涵

凭借着专业的名称来选择,而对专业内涵不了解。这也是高考填报时容易出现的问题,实际上不同专业之间所学的课程、发展方向还是有很大差异的。有些专业虽然名称相同,但仍然有一定的差别。比如“教育学”与“师范”,看似好像都与教育有关,但其实两者天差地别。

杨兴学提醒考生,一定要仔细了解专业内涵,包括该专业的主干课程是什么,是否属于特色专业,专业的实力如何,有无硕士、博士点,是否是国家重点学科,在国内同类专业中居于什么位置,专业发展前景和学生就业去向如何等。

辽沈晚报记者 冯美琳

## 高考提分 重视三轮复习突破薄弱环节

沈阳市高三二模结束后,考生对各学科的基础知识及复习架构进行了又一次梳理。但不少学生也进入了备考高原期,想在三轮复习中提分,需要集中精力突破薄弱环节。

物理:  
提高解题速度规范答题

物理对于许多同学来说是较难突破的科目,沈阳市第120中学高三物理教师高晓楠认为,距离高考仅剩40余天,不同层次学生应该有不同复习规划,基础弱的学生应该抓物理的主干内容,以得到该得的分数为宜;基本功扎实,思维灵活的学生应该加强对生疏考点的复习,如自感、涡流、超重、失重、3-3、3-4模块中的实验等,减少不必要的失误,以争取高分。

提升答题速度的关键是进行限时训练,如25分钟内答完10道选择题,12分钟内做两个实验题等,这是让物理成绩锦上添花的好策略。

要进行表述能力及解题的规范化训练

练。对解答中涉及的物理量而题中又没有明确指出是已知量的所有字母、符号用假设的方式进行说明;要说明题中的一些隐含条件;要说明研究对象或研究的过程;要写出所列方程的理论依据(包括定理、定律、公式);要对求解出的物理量中的负号的含义加以说明。

英语:  
限时训练深层阅读

要提高英语成绩,首先应该找出短板部分,分析问题,精准定位,对症下药,有针对性地解决。沈阳市第十中学高三英语备课组长林辉分析,一些学生阅读理解分数不高,主要是因为词汇量不足。针对此种情形,考生在考前还要最大限度地扩充词汇量。少数考生文章能读懂,题做不对,是因为审题不认真,理解力不足,批判性思维和辩证思维能力不足,答题技巧没掌握,为了解决此种情形,考生要体会老师讲解试题时的解题思路,弄清考点的考查方法,出题规律,解题技巧,考生还要提升理解能力、批判性思维、辩证思维能力、对文化的感知和理解的能力等。

还有一类考生,词汇都认识,但文章理解不透,长难句分析不过关,可以用高考真题阅读理解试题中的长难句进行有针对性的练习,来提高水平。

辽沈晚报记者 冯美琳