

英语教师为备考学生支招:

# 避免盲目刷题 专注强化训练



全民战“疫”共克时艰。高三学子作为抗“疫”一分子,也走在居家“赶考”路上。就英语学科而言,有了2020年统一高考外语科目考试(1月份)的经验,大部分学生其实心里并不慌张。从一考到二考,应该避免不走心的盲目刷题,将专注力放到有针对性的训练上。除此之外,听力、口语也需要通过训练来保持持续语感。

## 巩固基础尤为重要

澄衷高级中学高三年级组长、英语教师贺璟毅说,还未正式返校的阶段,仍要继续充分利用线上教育资源。“目前,上海市高中英语教

学主要采用《牛津英语》和《新世纪英语》两种教材。虽然,空中课堂使用的是牛津教材,但授课老师主要以阅读技巧教授为主。对于使用新世纪教材的学生来说,可以将其当作很好的课外阅读补充。”

“经过一模和一考之后,每个考生已对自己有了一定认识。进入到现阶段第二轮的复习,巩固基础仍然十分重要。这其中,较为重要的一部分内容就是要重视掌握单词、词组、句型。以背单词为例,不仅仅要记中文解释,更要关注词性、一词多义、熟词生义等。词组搭配和常用句型也需要特别重视。”延安中学英语高级教师朱越介绍,积累巩固词汇有一种好方法——主题式词汇学习。“《牛津英语》和《新世纪英语》都是以主题为线索编撰的,学生可以依托教材,围绕某一主题,复习巩固

词汇。‘空中课堂’也有基于这种词汇学习方法的词汇课,学生不妨好好利用。”

贺璟毅也介绍了两种记忆单词的方法:构词法和上下文猜测。“词汇是学生英语学习中最大的困难,尤其是一词多性、一词多义增加了学习的难度。增加词汇量对阅读会有很大帮助。”

## 强化训练薄弱环节

朱越认为,最后阶段的英语备考宜精不宜滥。“要有针对性地做有挑战的事。针对薄弱环节做强化训练,并学会举一反三。”比如,如果学生在练习中发现,经常会在语法部分的非谓语动词这一考点失分,那么就需要先自我分析到底是非谓语知识点掌握的问题,还是没有厘清长短句结构的缘故。如果是知识点

没吃透,就打开语法书查遗补漏;如果是长难句理解不到位,就要把那些长难句集中起来,专练句子结构分析。又比如,学生在科技类阅读文章上错误率较高,就加强这方面的阅读训练,与此同时,还要注意归纳同类文章的共性,大至行文脉络、篇章结构,小至常用词汇。

贺璟毅则建议,课堂笔记和错题集整理也是精准定位薄弱环节的一种方法。

## 克服畏惧多听多讲

和其他科目不同,外语考试不仅要动笔,还要动口。“俗话说‘拳不离手,曲不离口’,听力和口语都需要经常练习。”朱越建议,学生每天都要安排20分钟时间,专门练习听力或者口语表达,避免产生语言的生疏感。

“很多学生在英语学习中的情

绪波动很大,听力和阅读都会引起学生的焦虑状态,从而导致学习心理上的障碍,产生畏惧。”贺璟毅说,听力学习很重要的一点是信心,因此,学生在平时一定要做个有心人,创造条件主动听英语。“无论是英语节目、英语广播,还是英语歌曲、英语电影,都要培养自己的听音意识,听不懂就反复听,如此才能提高自己的听音能力。”

此外,适度的模拟卷训练对缓解焦虑有一定帮助。贺璟毅建议:“首先,在家的限时试卷训练可以安排在英语高考的相同时间段,也就是下午3时到5时。其次,以往总有人在考试中因为过于纠结细节问题而导致答题时间不够,因此,在模拟训练时,学生要学会合理安排答题时间,严格控制主客观题的做题时间和思考时间。” 本报记者 马丹

“不同污染物的暴露,有着不同的途径。比如呼吸暴露,就是通过呼吸的途径暴露了污染,没有人能例外。”昨晚,中科院院士、北京大学教授、国家环境咨询委员会委员陶澍,以云讲座的形式作客华东师大“环境地理”大讲堂,讲述生活源排放及室内PM2.5污染。陶教授说,室外空气重要,室内空气同样重要,因为这都是PM2.5的排放源。

陶澍教授表示,最近许多人在讨论,疫情刚开始的一段时间,污染

## PM2.5 污染

仍蛮严重的,网上大家在吵,说汽车也不开了,工厂也停工了,为什么还有这么重的污染?一份2017年的世卫组织报告至今尚未有更新的内容,报告里说,因环境相关的问题而导致的死亡,占人口总死亡比例的10%至11%,包括空气污染、食业风险以及水污染等,空气污染排首位。大家可能没想到,室外的PM2.5占

一半,另一半就是源自室内。“十多年前,我们就有这个思路,从空气污染的排放清单做起,这是个非常艰苦的工作,我们做了七八年时间才接近完成。到了后期,我们越来越意识到室内呼吸暴露的重要性。之前做的大气传输模型只能探测到室外的,直到现在,全球的室内空气模型研究还是相对滞后的。”他说。陶澍教

## 一半源自室内

授坦言,室外的大气传输模型已经相当成熟,但是,要建立室内PM2.5的模拟模型则是比较难的事。

陶澍教授透露,他参与了我国室内空气测定标准的修订。“目前国际上对室内空气标准的测定,是定位在1米到1.5米的高度之间,这是非常合理的,我试图推动我国的标准里面也要规定科学的测定方

式。成年人的高度通常是1.6米、1.7米,高一点的人是1.8米,嘴巴的高度大体是在1米到1.5米这个位置,可以作为监测的标准。”陶教授又表示,如果室内空气是均匀的,那么,这个点的监测结果都是对的,可问题是,人们有很长的时间是坐着的、躺着的,小孩子的个子也要矮许多。因此,统一以1米到1.5米的高度来监测室内空气,又显得不太合理。所以,人们更要关注的是室内空气的垂直分布。 首席记者 王蔚

# 云兰装潢

好装潢 > 找云兰, 靠谱  
住宅装饰装修回头客口碑品牌

# 51钜惠

百万回馈

4月30日-5月2日  
8:30-17:30 仅限三天

## 靠谱家装节

最高减免工程款  
23500元

签约直接减免工程款  
最高23500元

先施工  
再付款

先施工,再付款,  
杜绝“低开高走”

建筑  
面积  
92m<sup>2</sup>  
10.88万

不贵才是硬道理

免 上门测量  
效果图设计  
做详细预算

电话/网络预约享  
三大免费特权

来就送

来装修咨询就送精美  
礼品一份

详见现场海报



### 总部旗舰店

静安区共和新路4646号  
(地铁一号线共康路站)

### 杨浦工场店

杨浦区黄兴路1737号三楼  
(近国顺东路路口)

### 嘉定旗舰店

嘉定区沪宜公路3879号二楼  
(近塔城路路口)

家装节活动热线:

4000-87-3339

详情请登录活动官网:

www.yunlan168.com



- |   |  |                              |                                    |  |                                |  |
|---|--|------------------------------|------------------------------------|--|--------------------------------|--|
| 长宁店<br>天山路145号<br>(地铁2号线威宁路站<br>靠近双流路口) | 张杨店<br>张杨北路579号<br>(近地铁五莲路站<br>文峰超市南侧) | 浦建店<br>浦建路1502号<br>(近樱花路东建路) | 普陀店<br>桃浦路329号<br>(近真北路,家<br>乐福对面) | 闵行店<br>水清路260号<br>(1号线莘庄站 闵行房<br>地产交易中心对面) | 徐汇店<br>田林东路572号<br>(柳州路/钦州路之间) | 松江店<br>嘉松南路绿城路<br>口166号(地铁<br>松江新城站北50米) |
|---|--|------------------------------|------------------------------------|--|--------------------------------|--|