# 中考冲刺备考方法[5篇范文]

来源：网络 作者：眉眼如画 更新时间：2024-08-09

*第一篇：中考冲刺备考方法复习是积蓄实力积蓄本钱，考试则要求发挥得淋漓尽至，赚得最大的效益。下面给大家分享一些关于中考冲刺备考方法，希望对大家有所帮助。中考冲刺备考方法(一)屈指一算，距离我的“中考岁月”已经过去快两年了，谈一谈我在中考期间...*

**第一篇：中考冲刺备考方法**

复习是积蓄实力积蓄本钱，考试则要求发挥得淋漓尽至，赚得最大的效益。下面给大家分享一些关于中考冲刺备考方法，希望对大家有所帮助。

中考冲刺备考方法(一)

屈指一算，距离我的“中考岁月”已经过去快两年了，谈一谈我在中考期间的一些小窍门，或许能为即将“奔赴战场”的学子们，提供一些帮助。

语文、英语：吃饭时即兴背诵

1、诗句、单词背诵方面。每年中考这些都是必考的，倘若这些失分的话，对于整体分数的影响是不可估量的。对于基础较好，平常花的功夫较多的同学，这个时候自己就应当着重对于常写错的字，稍加留心，多写几遍。而对于基础较为薄弱的同学们，可以请家长帮着挑默一些较为重点的;或者吃饭的时候，即兴吟上两句，放松心情的同时也可以检查检查自己的掌握情况。

2、作文素材的积累。说实话，这个时候不是我们参加作文竞赛，想怎么写就怎么写，有灵感就一鸣惊人，没有灵感就交空白卷。冲刺阶段也是作文素材集中积累的阶段，思考着：怎样吸纳别人写的精彩的片段中的精华语句?怎样创作出更好的片段?这些片段适合怎样的文章?片段的中心思想是什么?片段中哪些你认为特别出彩，需要强化?不妨理下思路，整理成表格形式，活学活用。

数理化：花一天看错题本

1、概念。物理化学中肯定会有考人名、考概念、考常识的题，应当把之前整理好的笔记本再横向、纵向过一遍，温故而知新。

2、解题方法归纳。这个时候就不能再进行题海战术了，找出“一模”、“二模”的卷子，因为这些题目往往是今年命题的重点和出题方向，看到题目之后，不要动笔去算，而是思考这道题它考什么?怎么解?

3、错题整理复习。因为往往错过的题对你而言是具有一定代表性的，说不定就算你做上8遍10遍之后，数字改一改，还是会错的。因为这些错误往往代表着你的思路、想法趋向。我当时看我的数学错题笔记就花去了一天的时间，不过着实非常重要，那一年我数学中考得了满分。

中考冲刺备考方法(二)

第一、提前学习初三内容，培养我们处理综合问题的能力

1.注意教材中的，有小框框，有小贴士，有小问题，而这些问题平时你可能都没注意过，试着回答这些问题，这些都是综合问题中的组成部分，作为综合题，只是把很多这样的基础的小问题综合在一起形成的。它能帮助你培养处理问题的综合能力。

2.很多的学校上课时习惯补充辅导资料，而不用教材的题，认为教材中的题目过于简单。其实教材里面很多题，中考中很多题都非常像，你要把那些题认真阅读，学习、分析，回过头来再到教材里面找，刚才我说的那些阅读分析、阅读学习这种能力在你复习过程当中自然而然地就得到了培养。

第二、适当安排学习时间，强化初一、初二的知识

初三除化学以外，其它科目都会流出半年左右的时间复习，所以绝大部分知识还是在初一和初二学的，想再最后的冲刺中胜出，一定要把初一、初二的基础打扎实。认识到这一点，初三从头开始，都是来得及的。

第三、反思自己的学习效率，学会归纳、整理。

中考试题中需要归纳、整理能力，大家都知道教材里面每章后面都有详细的这一章的归纳，同学们也需要学习这种归纳方法，锻炼相关的能力。自己做一个归纳总结，将自己学过的知识按章节、知识点、知识之间的逻辑关系总结起来，使初中的知识在自己的头脑中形成知识网络，牵出其中的任何一点，都能触动整张知识网络。

中考冲刺备考方法(三)

第一种：学习成绩名列前茅

他们已经形成了良好的学习习惯，有较好的学科知识基础，他们主动学习，善于思考，有问题先自己琢磨，琢磨出结果时会和老师印证一下自己的判断，琢磨不出理想的结果，再请教老师寻求帮助。这种学生能够发现问题和提出问题请教老师，在老师讲解时能够注意学习和体会教师的思维方式。

提升方法

目前这一阶段，对于成绩较优秀的学生做过多的习题不是很好的选择。现阶段第一要做的就是整理错题，体会下当时的思路和正确思路的差距在哪里。第二要做的就是关注题目的细节，尤其是一些易错点比如单位的问题看看能不能在读题的过程中发现。

第二种：学习成绩中等

这类学生过于关注学习成绩，患得患失，因而形成成绩不稳定的局面。他们愿意思考，但思维常常跑偏。善于质疑是好事儿，但有时容易钻牛角尖，囿于自我的思考方式不能自拔，对老师讲的思路半信半疑。这种学生一般眼高手低，掌握知识不够准确、扎实，有时会有模棱两可的解题感觉。

提升方法

目前这一阶段，对于这一档次的学生要做的就是刷题。通过刷题，将自己的思路回归到正轨。你能刷多少题目，你的水平就能在有限的时间内上升多少。当然题目的选择很重要，目前先不要做过难的题目，主要以历届中考题和今年的模拟题为主。

第三种：学习成绩中等偏下

好像还没有开蒙，没有奠定坚实的学科知识基础，总有知识的漏洞，到解题关键时刻出现卡壳儿现象。他们不会思考，被动地跟着老师学习，不知道自己的问题出现在哪里，更不会归因，即不知是什么原因造成的。基础知识不牢，反映在学习能力上就像思维短路，也在努力但成绩差。

提升方法

其实对于这类的学生而言，现在最重要的一件事就是调整心态，不抛弃不放弃，不到中考的那一刻决不放松努力。然后要做的就是关注概念，回归课本。因为中考的题目基本题占百分之七十，先做到稳七然后再保二争一。

无论你是哪种情况，其实都有提升的空间，关键是愿意并且能够调整思维，掌握适合自己的学习方法。

**第二篇：初三学生如何冲刺备考中考**

初三学生如何冲刺备考中考

中考也是人生当中必经历的一大考试，考试时间在每年高考之后，下面是小编分享的初三学生如何冲刺备考中考，希望能够帮助到大家。

一、合理安排时间，不盲目。

“凡事预则立，不预则废。”每周较好能够简单拟定一个学习计划，较好能细致些，具体到每周一到五的晚上，作业完成之后还需要做哪些事情，周末的早、午、晚每个时间段做什么、学什么、复习什么。

二、重视所有学科，不偏科。

我们大家都是普通的孩子，除非自己对某个学科非常偏好，否则还是千万不要放弃任何一科。当然，做到“科科全优”是一件非常困难的事情，做到这一点非常不容易，那么对于自己比较喜欢、学起来比较顺手的学科，一定要将基础知识吃透，保证不丢分；对于自己感觉头痛的学科，要做好计划，重点投入，争取能在自己可控的范围内有比较大的提升。

也就是，千万不要轻易的`放弃任何一门功课，因为放弃的这门功课就是自己的“短木板”。

三、听老师的话，做个“乖孩子”。

老师讲课的时候，一定要专心听讲，紧跟老师的思路，认真做好笔记。老师在课堂上讲解很多内容是他们多年教学实践的经验所得，在课本上根本找不到，但恰恰是这些内容，对培养我们的分析、判断和推理能力具有很大的帮助。

四、同样的错误不能再犯。

设一个错题本，小到作业，中到随堂考、大到月考、期中、期末，将自己所做错的所有题目全部及时的收集整理，对每道自己做错的题目进行详细分析，找出造成错误的症结所在，明白自己的薄弱环节，及时查漏补缺。

平常没有事情的时候，可以经常翻翻自己的错题本，回忆一下当时更改的过程，从而可以巩固薄弱的知识点。

尤其在考试之前，没有必要大量的做题，只要翻翻错题本，保证所有的错题涉及到的知识都已掌握，“成功”就在近在咫尺了。

五、放松不是不可以的。

千万不要从睁开眼睛，一直学到晚上闭上眼睛，大人还有个“审美疲劳”呢，不要说我们还是孩子，这样做的结果会适得其反，可能会造成厌恶学习，所以，我们一定要注意劳逸结合，保证睡眠时间，按时作息，充分休息好，以保持充沛的精力，旺盛的斗志。以这种状态去学习，收效会更大。

但是，“放松”也是一门学问，要按自己的兴趣放松。例如，在可以在家里到处放一些书，可以在学习之余随手拿起翻翻看，可以不用非常认真的只读一本书，浏览即可，起到放松的作用，同时又增加了很多课外知识。

六、良好的心态面对考试

考试是一件非常平常的事情，不过就是检测一下自己对知识到底掌握了多少，所以应当以平常心对待。

对于明年将要参加中考的弟弟妹妹们，信心非常重要，要相信一切皆有可能，做好较后的冲刺，不到较后关头绝不放弃。

中考注意事项

1、保持良好睡眠，放松心情

考前休息很重要。好好休息并不意味着很早就要上床睡觉，根据以往考生的经验，太早上床反而容易失眠。考前按照平时习惯的时间上床休息就可以了，但最迟不要超过十点半。睡觉的地方安静，睡眠质量才可能高，如果父母有看电视的习惯，请他们把电视音量调小。喜欢开空调睡觉的同学，空调温度别开得太低，温差过大容易感冒。有踢被子习惯的同学，一定要把肚子盖好。

2、拿到试卷不要急于答题

应先听从监考老师的交待，检查试卷是否有污染、破损、有无漏印或字迹不清等?然后在试卷规定的地方填写本人姓名、准考证号。缺考标记一定不要填写!

**第三篇：鼓足干劲讲究方法冲刺中考**

鼓足干劲讲究方法冲刺中考

复习是一项系统的大工程。既然是复杂的工程，就必须做好施工的谋划和构思，对复习中的问题有一个清醒的认识，探讨确定方案和策略，具体研究如何让复习真正落到实处，科学实施复习计划。要鼓舞大家的干劲，团结协作，发挥集体智慧，营造复习冲刺的氛围，有一股必胜的士气。这是提高复习效率，保证质量的关键。

复习工作总的要求是“细致、系统”，必须面对全体学生，侧重中下等生的提高，促进边沿生、偏科生的转化。各学科协调平衡发展，分层推进，实现整体提高。必须坚持进度服从质量的原则。

虽然各学科特点不尽相同，但一般来说，总体复习思路是接近的。一般要经过三个阶段：一是基础知识的系统复习，梳理、掌握基本知识点，形成较为系统的知识体系。为全面提高打好基础。最好采用习题带概念，以系列题组巩固概念，在强化训练中熟练掌握概念，达到系统记忆，运用自如。注意克服“满堂讲、满堂问、优生代答、教师代替”的现象。无疑，第一阶段的复习方式、复习专题设置要全面，符合考纲要求。习题要有层次，体现出“教”的思路，在习题的引导下循序提高。讲解要多用“类比”的方法，（类比是伟大的引路人），引导学生发现规律，总结经验，达到融会贯通，发展思维能力，题型归类能力，举一反三。注意培养规范解题能力，力求快捷准确，格式符合中考阅卷要求。才能保证复习的实效。三是综合复习，解决知识的综合应用和一些开放题型；进行较大训练量的综合检测。一般通过4~6次的模拟测试，发现问题及时补救，从而为学生进入考场做好最后准备。

下面谈复习中应该注意的几个问题。

一、在复习中，要善于将复习内容分解成若干个小板块。前两轮复习都应如此。每个小板块相对独立，形成讲解、练习、小测、反馈的小循环。然后逐步深入，而不能贪图进度，蜻蜓点水，不深不透，在复习阶段继续做“夹生饭”，应力求扎实有效。

二、对练习题的选择至关重要。那种“一本试卷做到头”的做法是不可取的。应该说，任何一本资 料都有不适合学生的内容。因此，从某种意义上讲，复习是在考察教师对教材、考纲的理解和掌握；考察教师掌握资料的丰厚程度，教师读书多不多、透不透，及教师的总结概括能力。这将很大程度上决定着学生复习的档次。简言之，复习过程就是教师替学生看书、组织素材、编制每阶段、每节课的学习方案。只有教师功底深厚，工作到位，学生才能轻负担、高质量，平衡发展，总体提高。

三、发扬团队精神，集体智慧，克服偏科，平衡发展，总体提升是工作重点。因此，复习的“难度与量”的分布，学科之间应站在有利于全局去考虑，合理安排。不同阶段各班要按总分的85%、75%确定边沿生，分别不少于5名，任课教师都应明确工作方向，特别偏科教师应多从自身找原因，努力提高成绩。

四、同学科教师通力合作。根据复习计划，将复习过程中的训练任务分解，由几个人共同承担，分头命题，资源共享，既提高工作效率，减少工作量，也有助于彼此之间经常交流和探讨。还应发挥每个人的力量，对外交流资料，广收信息，开拓视野。

五、教师的工作重点在课下搜集素材，编制学习方案，设计课上学习活动。课上应突出对学生的训练，教师只应及时引导、点拨、启发、补充调整内容。要特别注意学生卷面书写格式和书写习惯的训练，要经常以板演的方式要求学生一丝不苟的进行书写，将错误彻底暴露出来，千万要克服经常出现的“心中有，笔下无”的眼高手低的通病。实践证明，考试中有相当一部分学生是因为书写格式不符合要求或书写字迹不够清晰造成失分。

复习中经常犯的一个错误就是忽视对学生的严格要求，忽视对作业的强调，忽视学生的读、说、写等训练活动，课上教师“一言堂”。常常见到有的老师在学生完成练习后，不批阅、不修改，而是直接拿到课堂上“对答案”。如果在最后的三个月中，失去了对学生作业和练习的严格要求，学生或者不做，或者不认真做，而教师又不引起足够的重视，形同停课状态，何来复习效果。

六、试题分析不要就题论题，而要善于扩充题目，强化知识的前后联系。即根据一道试题，讲清命 题的目的，考查的知识点，解题时容易出现的失分点等。使简单试题变得丰富，最大限度的发挥试题作用。这样不仅有利于提高学生复习热情，而且能提高学生举一反三的应变能力，真正提高学生的应试水平。

中考是对每位教师三年教学工作的重要评价。中考总复习冲刺是十分重要的教学环节，关系到学生一生，关系到学校发展。希望每位教师发挥拼搏、奉献精神，发挥自身的聪明才智，彰显教学能力和水平，发挥团队精神，争取中考取得优异成绩，为学校发展做出应有的贡献。

**第四篇：中考备考考前冲刺方案**

中考备考考前冲刺方案

1.专题复习：

本轮复习着重强化基础，突破难点。此轮复习所选专题，应抓住中考命题重心，突出重点，突破学生易混淆、易丢分以及畏惧部分。在教学中，应注意对学生分层要求和教学，尽量让各个层次的学生都得到提升，重点应放在中差生的提升上。

根据中考命题特点，我们可把此轮复习分为以下几大专题 专题一：基础概念

专题二：物理模型与方法

专题三：社会生活热点（航空、能源、环境、交通等）专题四：物理图像与表格数据分析

专题五：开放与创新题

专题六：探究题

专题七：作图题：力的示意图及受力分析、力臂的作图、滑轮组的绕线、光学、电磁学作图等

专题八：实验题

专题九：综合应用与计算题

2.模拟冲刺：

本轮复习重在适应性模拟训练，目的在于让学生感受中考情景、难度，熟悉解题技巧，调节心理状态等。所选模拟试卷，要注重基础，回归教材，查缺补漏。不要一味求新求异，也无需回避陈题。

**第五篇：2024中考物理备考方法(指导)**

2024中考物理备考方法（指导）

中考是九年义务教育的终端显示与成果展示，中考是一次选拔性考试，其竞争较为激烈。为了更有效地帮助学生梳理学过的知识，提高复习质量和效率，在中考中取得理想的成绩，下文为大家准备了2024中考物理备考方法。

一、复习重点

1.抓住基础知识。中考试卷中易、中、难的试题比例为3：1：1，对基础知识、基本概念的考查应是中考的重点，但近年来对基础知识的考查形式发生了变化，最主要的变化是摒弃了考查死知识的做法，而要求能在具体事件中辨认出该知识或规律。为此学生要做到复习细致，在广度上力争不留漏洞。

2.联系实际，贴近生活。新课程的基本理念之一就是从生活走向物理，从物理走向社会这是中考命题的指导思想，那些最常见的生活现象最可能成为命题的素材。例如：去年涉及的指甲刀上的杠杆、自行车上的力学等。复习时同学们应在近两年的相关题目中了解此类题的出处、分类和答题技巧，更主要的是发现不懂的问题多亲自去做、去看、去想，快速提高自己的观察、分析能力。

3.重视开放型物理题的训练。《考试说明》中提到：考卷中要设置适量的开放性和综合性题目，考查学生的发散思维和创新意识。对于此类题目因初中知识程度有限，只能是浅层次地开放，首先要放下畏惧心理。从近两年物理命题中可看出，开放型物理题大致可分三类，即条件开放型、结论开放型、条件和结论都开放型。对于开放型物理题常常没有现成的解答模式，而是要利用发散思维进行全方位、多角度的观察、分析。这就要求学生在平时练习中重视一题多解，不能浅尝辄止。

4.加大科学探究方法的学习和实验技能的提高。近几年中考物理题中科学探究及实验题的数量及分值呈上升趋势，掌握科学探究及实验题的类型及要求是解答试题的关键。科学探究及实验题的类型主要有：(1)考查对问题实验过程的感悟;(2)考查各种仪器在科学探究及实验中的作用;(3)考查科学探究中对实验数据的处理;(4)学生用一定的物理方法来探究实验;(5)学生自主设计性实验。此部分的复习方法应在掌握一定的物理研究方法(尤其是控制变量法)的基础上，系统全面地复习每个实验及相关的基本内容，然后带着疑问走进实验室进行科学探究，反复操作练习，观察实验现象，分析实验结果，从而弥补知识上的不足。

5.提高收集、分析和处理的能力。生活中源随处可见，各种商品的说明、须知、用法及列车时刻表等都向人们提供着，善于迅速从资料中选择出自己需要的是人们在生活中应具有的能力，因此近两年围绕铭牌、说明书、数形结合物理图象等命出了一些类题，应引起重视。考试中的给予方式可以是图表或文字，同学们要掌握解答此类问题的大致步骤，平时培养较强的阅读能力，收集有益的能力，还需要有一个良好的心理素质。

6.在普遍复习的基础上，同学们应把所学知识再分成专题进行复习。复习时要把前后知识联系起来，使前后所学的知识相互迁移，连成线，织成网。注意不同学科间知识的联系，摆脱学科本位思想是现代社会发展的需要。

二、热点问题

通过观察总结近两年的各地中考试卷，发现热点主要还集中体现在以下几方面：

(1)关注最新科技发展，例如磁悬浮列车、火星探测器、神舟飞船等。

(2)关注时事新闻。

(3)关注估测能力，例如估计考场温度、估计自己上三楼的功率等。

(4)关注问题的提出，例如试卷上给幅图片，让你针对图片所画内容提出一个与物理知识相关的问题并解答。

三、题型结构

1.近几年物理题型的显著变化是多了定性的简答题，少了定量的计算及死套公式的试题。学生对于陌生的简答题普遍存在着不知如何着手，解答不得要领的毛病，再加上简答题的题目很多，出题方式灵活，给中考复习带来一定困难。这里将这种题目的分类及解答方法简叙如下：

(1)纵向分类。按照课本内容逐一理解概念，把题目归为：力的问题、运动问题、光的问题、蒸发问题、液化问题、浮沉、杠杆、安全用电问题等等。每类题目都有各自基本的答题模式。(2)横向分类。据解答方式不同，可把简答题分为：直接叙述题、用物理语言帮助解答题、需用图帮助解答的问题。对于此类题目学生要认真体会答题的顺序，理解每条答语与题目的联系，多做几道题目，多比较答案就能创造性地答好问题。

2.科学探究方法的考查创新能力是一个民族的希望。教育的最终目的就是要培养学生的创新能力。而获得创新能力的一种重要途径就是科学探究。

为大家推荐的2024中考物理备考方法的内容，还满意吗?相信大家都会仔细阅读，加油哦!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找