



孩子常丢“粗心分”，家长不能干着急，需耐心溯源和引导—— 做好错题复盘 提高学习能力

●孩子明明平时回答问题
和完成作业都没有什么困难，
可一到考试就会在各种不起眼的
地方出错，家长普遍把它归
结为扣了“粗心分”。往往就是
这些粗心的地方，挫败了孩子
的学习积极性，家长除了不停
地唠叨叮嘱，却不知道用什么
办法来引导。

讲述：孩子被笑话是“粗
心大王”，内心很受挫

袁女士的孩子小蔚上小学高年级
了，虽然课程难度比前几年提高了不
少，但小蔚的成绩始终保持在班里的前
几名。可让袁女士感到郁闷的是，语数

英三科老师都跟她反映小蔚在学习上的
一个大难题——粗心，而且在相同的
地方会反复错上好多次的那种“粗心”，
老师反复提醒，却没什么效果。

袁女士说，孩子在低年级时，因为
功课简单，粗心的问题没有很明显的表
现，而上了五年级以后，小蔚每次都犯
一些让人哭笑不得的错误，被同学笑话
是班里的“粗心大王”。比如，语文的生
字词，抄错字的笔画，组词有错别字，甚
至阅读题里有的字，在下面回答问题时
也写错了；数学写完应用题，忘记写答
话、忘记写单位、忘记约分等错了不知
多少次；英语总是把标点写错、忘记大
写、写得太急没有空格等错误，把老师
气得无语。面对批评，孩子表面上一副
无所谓的样子，但我们看得出她内心挺
受挫的，不知道从哪些地方能帮到她。

建议：帮助孩子稳住学习
心态，从细节入手提高能力

和平区岳阳道小学教务处主任回
丽梅老师说，孩子在学习上的粗心问题
让很多家长感到头疼，很多粗心错误，
孩子一看就会改，但是还反复出现。尤
其到了小学高年级和中学以后，孩子仍
然出现这个问题，就需要家长和孩子一
起从知识漏洞、学习能力、学习习惯、学
习心理等方面来分析原因。

回丽梅老师建议：首先，孩子在身
心发展过程中，专注力、学习力以及自
理能力要随着年龄增长而逐渐提高，家
长需有意识地帮助孩子提高多种学习
能力。对此家长要在平时留意观察，比
如孩子是否一写题就着急、紧张，是否
在同一个地方反复出错等，仔细分析原

因后，帮助孩子标注好知识的重难点，
对知识点没有夯实的地方，不能光说不
练，很多时候，孩子的学习能力需要在
多写、勤思中得到提升。家长还要注重
对孩子进行错误分析和方法的引导，这
比反复叮嘱更有效。另外，家长可以引
导孩子进行有效复盘，如在错题积累本
上注明错题日期和原因，定时回顾，之
后再帮助孩子找一些同类型的题目进
行练习。其次，反复粗心会让孩子心理
受挫，家长要从习惯培养和心态调整上
给予孩子帮助。建议家长可以引导孩子
从认真书写、圈画重点入手，再稳住
心态，培养仔细审题、分析重难点、逐
题作答的习惯。习惯的纠正和养成不
是一蹴而就的，家长沉住气、静下心，
就是给孩子最好的榜样和支持！

文 贾林娜

稳心态 抓核心 赢两考 给新高三学生的英语学习建议



天津南开学校鹏飞学校
马力

高三是一场与时间赛跑
的旅程，也是一次自我成长的
历练。英语不是靠运气拿分
的学科，而是靠坚持和方法的
积累。同学们记住以下五个
事项，并把它们落实到每天的
学习中，一定能交出一份让自
己满意的答卷。

一、从容迎战，稳住心态

高三英语学习，最怕的
不是基础差，而是心浮气躁、半
途而废，因此稳住心态很关键。
你可能会在某次模考中
阅读错了一半，也可能在一段
时间里完形填空怎么也做不
对，这都很正常。请记住：每
一次失误都是在为高考避坑，
每一次低谷都是在为下一次
上升积蓄力量。

二、精准对标，明确实力

1. 清楚自己现在的位置。
很多同学复习时盲目刷题，这
是低效复习。建议拿出一套
做过的完整真题，逐题分析失
分原因，只有知道自己错在哪
儿，才能知道该往哪儿走。

2. 设定合理的阶段目标。
目标既不能好高骛远，也不能
过于保守。比如你目前稳定
在110分左右，可以设定下一
个目标为120分。这10分从
哪里来？可能是单选少错2个
(+2分)，完形少错2个(+3
分)，阅读少错2个(+5分)。
把大目标拆解成小目标，每一

步都看得见、够得着。同时，
要明确每种题型的“底线得
分”。有了这些具体数字，答
题时就会更加从容。

三、主攻核心，突破阅读

天津高考英语150分中，
完形填空30分，阅读理解50
分。如果完形和阅读能拿到
一个不错的分数，总分就有了
坚实的基础。

1. 完形填空：逻辑与情感
是灵魂。完形填空不是单纯
的词汇辨析题，它是一篇“有
灵魂的短文”。天津卷的完形
选材具有很强的文化性和叙
事性，考查学生在语境中理
解、推断和判断的能力。

阅读时，要学会抓线索
词，例如：but, however, never-
theless 表示转折；that, it, those
表示指代；also, besides 表示并
列或递进，这些词是作者思路
的情感基调。情感决定了很多
形容词和副词的选择。答题
时，本着先易后难的原则，遇
到拿不准的，先圈出来跳过，
读完全篇再回头复盘。后文
往往会给出前文的暗示。

2. 阅读理解：细节与主旨
定乾坤。阅读理解的四篇文章
体裁包括应用文、记叙文、说
明文、议论文。常见题型有细
节题、主旨题、推断题、猜词
题。

细节题注意选项中的“同
义转述”，尤其是那些与原文
长得像但意思不同的选项，往
往在偷换概念。主旨题的正
确选项通常具备三个特征：关
键词在文中反复出现；能涵盖
全文而非只覆盖某一段；与首
段和尾段的落脚点一致。推
断题的答案往往在原文中没

有直接说出，需要根据上下文
逻辑、作者态度或段落主旨进
行合理推理。猜词题需要返
回生词所在位置，结合上下文
线索(如并列、转折、定义、举
例等)推测词义，代入原文验
证是否通顺。

四、限时把控，合理分配

考试不是练习，时间就是
分数。一般来说，单项选择不
超过8分钟，完形填空12至15
分钟，阅读理解35至40分钟
(平均每篇8至10分钟)，阅读
表达8至10分钟，书面表达20
至25分钟。因此，大家平时训
练就要限时。很多同学平时
做题不限时，正确率很高，一
到考试就做不完。这是因为
没有适应考试的节奏。比如
一篇阅读，给自己设定8分钟，
闹钟一响就停笔。做完后统
计正确率，慢慢你会发现自己
既能在规定时间内完成，正确
率也不断提高。

五、果断舍弃，保全大局

遇到拿不准的题，先凭
第一感觉选一个答案，然后果
断进入下一题。等所有题目
做完后，再回头检查那些标记
的题。还有很多同学写作文
时，第一段反复修改，结果时
间不够，结尾草草收场。这是
典型的“因小失大”。高考作
文的评分标准中，内容要点是
否齐全、结构是否完整，远比
某一句的华丽程度重要。建
议先花3至5分钟审题列提
纲，然后一气呵成写完，最后
留3至5分钟检查拼写和语法
错误。不要在某一个句式上
纠结太久，完整呈现比局部精
彩更重要。

(马力，天津南开学校鹏
飞学校英语教师，曾获全国高
中英语教师课例展评一等奖，
全国高中英语课堂教学优秀
课展评二等奖等奖项。)

亲子研学 赋能孩子全面成长

刘娜

在钢筋水泥的都市里，
孩子常被困于教室与试卷之间，
目光局限在方寸书本中，很少
感受天地的辽阔与万物的鲜
活。家长不妨利用即将到来的
暑假，带孩子来一场亲子研
学之旅。亲子研学并非简单
的出游，而是以天地为教室、
以万物为教材的深度修行。
家长牵手孩子同行，在自然风
物与人文古迹中浸润心灵，让
知识走出课本、融入实景，让
成长落地生根，在潜移默化中
滋养品格、拓宽眼界，为孩子
的生命铺就更丰盈的底色。

一、研学启智，唤醒知识 重构认知

课本上的文字一旦化作眼
前实景，枯燥符号便成了鲜活
的生命体验。驻足于西安兵
俑前，凝望气势恢宏的千人
千面阵列，指尖轻触历史尘埃，
秦朝统一度量衡、军阵布局等
抽象知识瞬间有了具象依托；
穿行黄山奇松怪石间，曾反复
背诵的《黄山奇石》，化作触手
可及的“金鸡叫天都”“猴子观
海”。“跟着课本游”打破学科藩
篱，让地理、历史、文学在实景
中自然交汇融合。孩子在行
走中亲身验证知识、拓宽认知
视野，以跨学科视角构建对世
界的整体认知，完成从感性体
验到理性认知的升华。

二、研学砺行，锤炼品格 涵养心性

如果说知识的获取是研
学的“骨架”，那么品格的磨砺
便是研学的“血肉”。真实的
研学旅途充满未知挑战，恰是
锤炼孩子独立人格、提升解决
问题能力的绝佳契机。脱离
过度呵护，孩子需直面陌生环

境：徒步贵州梯田时，他们鼓
起勇气辨别方向、克服恐惧，
探寻前行道路；集体露营时，
他们与同伴沟通协作，在搭建
帐篷的磨合中理解规则、学会
担当。从依赖走向自主，从自
我走向社群，孩子在一次次实
践与成长中沉淀自信，涵养坚
韧、协作的品质，这份根植内
心的成长力量，远非课堂说教
所能比拟。

三、研学暖心，共振情感 滋养心灵

在快节奏的生活里，亲子
间常缺乏深度的精神交流。
而研学旅行创造了一个脱离日
常琐碎的“情感真空”，让亲
子关系在并肩挑战中悄然升
华。

当全家人为同一目标携
手，共同完成一幅非遗扎染，
协作解决野外生存难题，家
长便不再是高高在上的指挥
者，而是孩子最亲密的战友。
途中的相互扶持、惊喜共享、
分忧解难，都会化作孩子内心
最坚实的安全感。研究表明，
定期参与亲子旅行的家庭，成
员间情感亲密度显著更高。这
份深厚的情感连接，将成为孩
子未来面对风雨时最温暖的
避风港，也是他们人格健全发
展的重要支撑。

亲子研学打破游与学的
浅层界限，将求真探索、向善
践行、审美熏陶融入深度体
验之中。父母陪伴孩子踏遍山
河、直面挑战，收获的远不止
照片与纪念品，更是刻入身体
的认知、内化于心的责任担当
与丰盈沉静的灵魂。这正是
研学赋予孩子的珍贵礼物。

(作者系西河区台湾路小
学教师)