

数学一复习攻略：时间线与资料

3月 - 9月 · 基础阶段与强化阶段

 **核心资料：**武忠祥复习全书、660题、张宇1000题

 **复习方法：**逐章学习梳理知识点，配合全书例题动手练习，切忌只看不练。

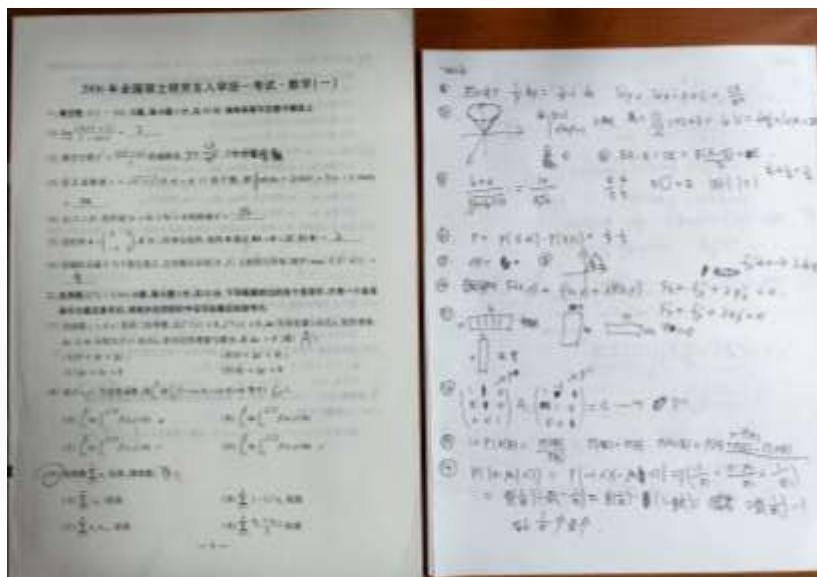


数学一 复习攻略：时间线与资料

9月 - 10月 · 真题阶段

 **核心资料：**近20年考研数学真题

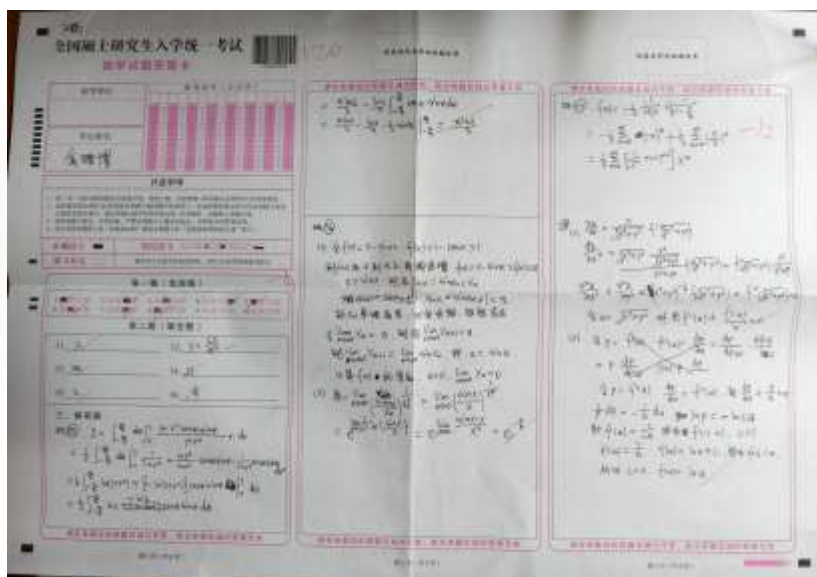
 **复习方法：**严格按照考试时间限时全真模拟，用标准答题卡书写，熟悉真题风格。



11月 - 12月 · 冲刺阶段

 **核心资料：**合工大超越卷、张宇四套卷、过往错题本

 **复习方法：**保持做题手感，回归基础公式，重点回顾错题本查漏补缺。



数学一 复习攻略：核心学习方法

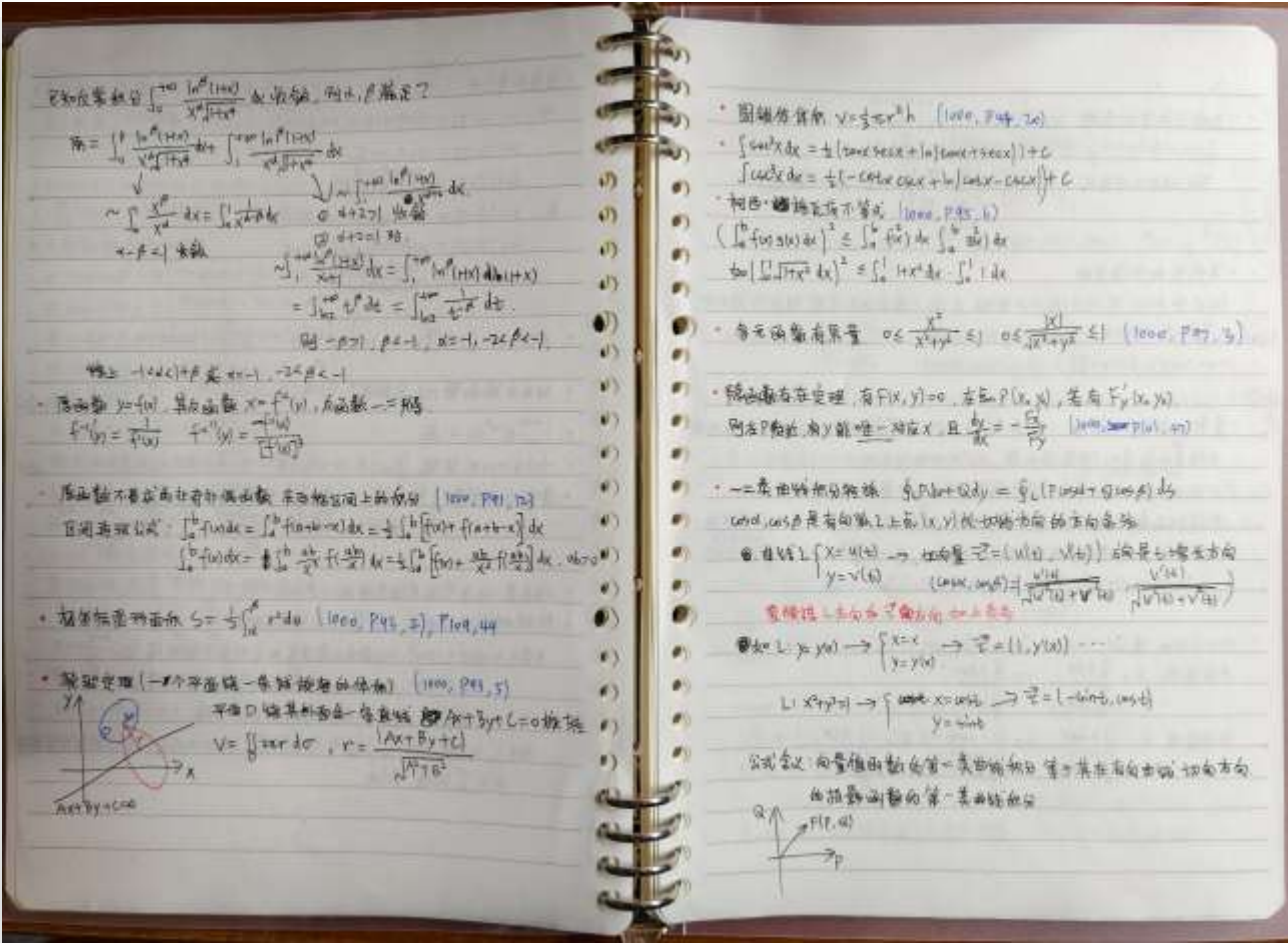
建立“二级结论本”

准备一个专门的笔记本，集中记录做题时遇到的重要二级结论，并标注其来源题目。

拒绝“抄题式”错题本

效率优先：不要花费大量时间在抄题上，直接在原题上做好重点标记即可。

定期复盘：重点关注真题和1000题中的错题，至少要完整地回顾或重做两遍，确保彻底掌握错因。



408专业课复习攻略：时间线与资料

3月 - 7月 · 基础第一轮

资料：王道四本、王道基础视频、B站里昂408讲解
方法：一科一科攻克，看视频深入理解知识点，完成课后题

7月 - 10月 · 强化第二轮

资料：王道强化课程、思维导图/知识图谱
方法：建立完整知识体系，针对薄弱章节二刷错题

10月 - 11月 · 真题实战阶段

资料：408历年真题 (2009年起)
方法：严格限时全真模拟，整理错题并回归关联知识点复习

11月 - 12月 · 考前冲刺阶段

资料：王道模拟卷、历年真题错题本
方法：保持做题手感与心态，查缺补漏，重点二刷真题错题



英语一 复习攻略：时间线与资料

01 基础阶段

3月 - 8月 | 夯实词汇基础



扇贝单词

 **核心资料：**扇贝单词APP

 **复习方法：**每天坚持打卡背单词，利用碎片时间反复记忆，保持基本的语感。

。

02 真题阶段

8月 - 12月 | 精做历年真题



 **核心资料：**近20年考研英语真题（黄皮书）

 **复习方法：**每周限时完成一套真题，重点精读阅读文章，扫清生词障碍并分析出题逻辑。

03 冲刺阶段

12月 | 突击写作模板



 **核心资料：**《石雷鹏作文冲刺背诵手册》

 **复习方法：**背诵并灵活运用万能句式和高分文章模板，形成自己的写作风格，提高写作得分效率。

英语（一）复习攻略：核心教训



个人教训：考前一定要进行限时模拟写作！

由于考前从未完整写过一篇作文，导致考场上分配给作文的时间过长，严重打乱做题节奏，直接影响了前面客观题的作答质量。



策略性备考：重客观

客观题分值高、提分快，是英语拿分的“基本盘”。建议在日常练习中优先保证客观题的正确率和速度，避免因小失大。



作文关键：拒绝“哑巴”备考

背模板是基础，但绝不能只背不写。一定要在考前进行完整的、限时的写作训练，形成肌肉记忆，才能从容应对考场压力。

政治复习攻略：时间线与资料

10月 - 11月 · 基础阶段



 **核心资料：**《腿姐冲刺背诵手册》

 **复习方法：**通读全书，快速建立各学科的宏观知识框架，厘清知识点逻辑关系。

11月 - 12月 · 选择题冲刺

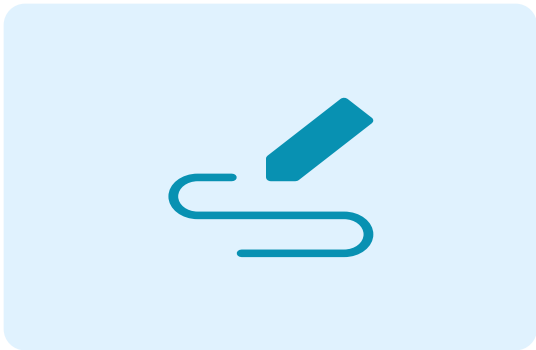
26版冲刺押题库（不断更新）

26张修齐3套卷（已更新）	26米鹏3套卷（已更新）
26腿姐4套卷（已更新）	26苏一6套卷（已更新）
26余峰6套卷（已更新）	26米鹏6套卷（已更新）
26腿姐8套卷（已更新）	26肖8（已更新）
26徐涛3套卷（已更新）	26徐涛核心模拟题（已更新）

 **核心资料：**苍盾小程序 / 各类政治刷题APP。

 **复习方法：**利用碎片时间大量刷押题卷卷选择题，总结错题规律，巩固易错知识点。

12月 · 大题冲刺



 **核心资料：**肖秀荣四套卷(肖四)、B站大牙考研“抄材料”技巧课。

 **复习方法：**全力背诵肖四大题核心要点，同时学习从材料中提炼、组织答案的逻辑技巧。

心态管理：考研路上的“精神食粮”

考研不仅是知识的较量，更是心理的博弈。



保持积极心态

按部就班完成计划就是最大的成功，不要因为偶尔的停滞而焦虑。



学会放松

每周给自己时间休息，去运动或听歌，一张一弛，缓解长期压力。



拒绝攀比

每个人的节奏不同，不要和别人比进度，专注于自己的进步曲线。



相信自己

你的每一分努力都不会白费，坚持到最后，你就赢了大部分人。

总结与寄语

考研是一场孤独的旅行，但当你坚持下来，你会发现自己收获的远不止一张录取通知书

这段经历会磨练你的意志，让你变得更加自律和坚韧。

只要你下定决心，并为之付出努力，一切都为时不晚。祝愿各位学弟学妹都能考上理想的院校，**成功上岸!**