

书山有路思为径 学海无涯巧作舟

中学生学习

ZHONGXUESHENG XUEXI ZHIDAO

之道



刘泉 著

浙江教育出版社

书山有路思为径 学海无涯巧作舟

中学生学习

ZHONGXUESHENG XUEXI ZHIDAO



刘泉 著

浙江教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

中学生学习之道 / 刘泉著. —杭州: 浙江教育出版社,
2008.6

ISBN 978-7-5338-7455-1

I. 中... II. 刘... III. 中学生-学习方法 IV. G632.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 063550 号

责任编辑 周俊 责任校对 程昕

封面设计 曾国兴 责任印务 温劲风

中学生学习之道

刘泉 著

出版发行	浙江教育出版社 (杭州市天目山路 40 号 邮编:310013)
图文制作	杭州兴邦电子印务有限公司
印 刷	杭州杭新印务有限公司
开 本	850×1168 1/32
印 张	7.5
插 页	1
字 数	127 000
印 数	0 001-6 000
版 次	2008 年 6 月第 1 版
印 次	2008 年 6 月第 1 次
标准书号	ISBN 978-7-5338-7455-1
定 价	18.00 元
联系电话	0571-85170300 转 80928
e-mail	zjjy@zjcb.com 网址:www.zjeph.com

前 言

我要将《中学生学习之道》这本书献给现在的中学生,将来的中学生,以及他们的家长和老师,希望他们留意,希望他们喜欢。

这本书集录了我有关中学生学习问题的近两百则对话:我在读中学时与同学交流学习经验的一些对话,当老师和督察中学时与中学生的一些对话,作为父亲指导孩子学习时与孩子的一些对话,以及作为朋友与中学生家长交流教子经验的一些对话。

对话按内容分为二十七篇。其中,前二十六篇主要针对中学生介绍学习规律、学习理念和学习方法;第二十七篇主要针对中学生家长介绍家庭导学的理念和办法。这里所说的家庭导学,是指家长为引导孩子学习知识和技能,促进孩子成长和发展所开展的各种活动。

全书以促进学生全面发展为主线,以线穿卡片式的方式展开,一则对话好比是一张卡片。每一则对话都很简短,便于读者利用闲暇时间有选择地阅读。读者每读一则,或许得到一点启迪,或许得到一个可供尝试的方法,对学习起到一定的促进作用。



翻阅了这本书之后,读者也许会感觉到:与“智育第一”的教育模式不同,本书更强调“全面发展”的教育模式;与时下比较流行的“苦学+苦练”的学习模式不同,本书更强调“巧学+巧练”的学习模式。当然,这个“巧”不是投机取巧的“巧”,也不是考试前猜题、考试中作弊的“巧”,而是认识、驾驭教育规律和学习规律的“巧”,是从实际出发,发挥创造性的“巧”。其实,正是这些不同,才是本书出版的价值所在!也正是这些不同,在“书山”和“学海”中苦熬岁月的中学生以及他们的家长才有阅读这本书的必要!听听另一种声音吧!试试另一种方法吧!看看另一种结果吧!

读者在尝试运用本书中介绍的学习方法和家庭导学方法时,不宜机械地全盘照搬,而应选择适合自己的方法,并结合自己的实际情况加以参考或运用。也不要将本书中介绍的一些方法绝对化,再好的方法运用不得当也会失效。更不要拘泥于本书所述方法,只要潜心钻研,读者自己也有能力在实践中创造出更好的学习方法或家庭导学方法。

祝愿同学们在确保身心健康的前提下取得优异的学习成绩,成为家长和老师期望的,能对祖国的发展、民族的兴旺和人类文明的进步作出贡献的优秀人才!

刘 泉

2008年3月1日

目录

Contents

第一篇 学习

1. 学习原本是快乐的 / 1
2. 学习知识,由少变多,再由多变精 / 3
3. 不要输在发展后劲上 / 5
4. 工夫在学外 / 7

第二篇 老师

1. 勿苛求于师 / 9
2. 勿因师废学 / 10
3. 对老师不必太计较 / 11
4. 师生之谊,成功的催化剂 / 12
5. 勿误会老师 / 13
6. 慎请家教 / 14
7. 老师做安排,学生可调整 / 16

第三篇 父母

1. 父母是最重要的老师 / 17
2. 站到父母的肩膀上去 / 18
3. 要敢于向父母表达 / 19
4. 要善于向父母说理 / 20

书山有路,思一为径
学海无涯,巧一作舟



第四篇 方法

1. 书山有路“思”为径,学海无涯“巧”作舟 / 22
2. 采用好方法,宜早不宜迟 / 23
3. 学习得法,一通百通 / 24
4. 好的学习方法的标准 / 25
5. 熟利生巧,悟能生巧 / 26
6. 一心一用,“时”半功倍 / 27
7. 换科用脑 / 28
8. 攻弱科,见效快 / 29
9. 见底法 / 30
10. 筛法 / 31
11. 音乐伴学,勿喧宾夺主 / 32
12. 学习方法哪里来? / 33

第五篇 全面发展

1. 全面发展,有利于智育的发展 / 34
2. 不偏科 / 36
3. 学科竞赛,重在参与 / 37
4. 体育运动,积极参加 / 38

第六篇 立志

1. 高尚的理想,强大的动力 / 39
2. 以当学问家自励 / 41
3. 当第一的第一个诀窍 / 42
4. 考试成败乃学家常事 / 43



5. 有发表欲,可贵 / 44

6. 自信可以后来居上 / 45

第七篇 自主学习

1. 自主学习状态 / 46

2. 自主把握教学要求 / 48

3. 自主确立学习目标 / 50

4. 自主安排学习计划 / 52

5. 自主评价学习结果 / 53

6. 自主安排作息时间 / 54

7. 自主创造学习条件 / 55

第八篇 自学

1. 自学能力 / 57

2. 自学四步法 / 59

3. 自学两求助 / 60

第九篇 听课

1. 对照教材听讲 / 61

2. 书上有的,可不记课堂笔记 / 62

3. 听和记,何为先? / 63

4. 知则必举手 / 64

5. 高效四十五分钟 / 65

6. 预习是否必须? / 66

7. 辅导课是否要上? / 68



第十篇 作业

1. 自选习题,有必要 / 69
2. 自选习题,广看择做 / 70
3. 适量攻难题 / 72
4. 培养和训练快速答题能力 / 73
5. 看题解,广思路 / 75
6. 做作业慢,未必是坏事 / 76
7. 不“对”作业 / 78
8. 题后反思 / 79
9. 解题经验——宝贵的金钥匙 / 80
10. 一题多解,多备无患 / 81

第十一篇 复习

1. 知识点提纲 / 83
2. 好的知识点提纲的标准 / 84
3. 自备一套标记符号 / 85
4. 知识点提纲,要反复雕琢 / 86
5. 难点必克 / 87
6. 写专题小结 / 88

第十二篇 记忆

1. 记忆,第一位的学习活动 / 90
2. 记忆量能,各人不同 / 91
3. 个人记忆特点,一要自察,二要适应 / 92
4. 关键词记忆法 / 94



5. 口诀记忆法 / 95
6. 图形记忆法 / 96
7. 比较记忆法 / 98
8. 表面特征记忆法 / 99
9. 理解记忆法 / 100
10. 列表记忆法 / 102
11. 例外记忆法 / 104
12. 做题代替不了系统的记忆 / 105

第十三篇 研究

1. 学习活动的层次 / 107
2. 研究性学习,值得尝试 / 108

第十四篇 迎考

1. 迎考三“能” / 109
2. 把握备考时间 / 110
3. 自主迎考复习 / 111
4. 不猜考试重点 / 112
5. 迎考复习,遍及全部知识点 / 113
6. 不猜题 / 114
7. 考前做题为热身 / 115
8. 考前做题要适量 / 116
9. 考场未进,考具先备 / 117
10. 知识返鲜和知识保鲜 / 118
11. 考前重温作业本 / 119



12. “防错提醒”,考前警钟 / 120

13. 迎考贵在平常态 / 121

第十五篇 考试

1. 勿以考试为发展导向 / 122

2. 永不作弊 / 123

3. 不要虚得之分 / 124

4. 会做的,要都做对! / 125

5. 逐步返查法 / 126

6. 逐题返查法 / 127

7. 放弃难题又何妨! / 128

第十六篇 治错

1. 有错不再重犯,就是智者了 / 130

2. 治错三步法 / 131

第十七篇 积累

1. 保存重要的试卷 / 133

2. 保存典型的作业 / 134

3. 保存所有的课本 / 135

4. 珍藏所有的作文 / 136

5. 积累佳句 / 137

6. 建立学业档案 / 138



第十八篇 实践

1. 当好家庭图书管理员 / 139
2. 当好家庭修理匠 / 140
3. 烧水做饭,理化实验 / 141
4. 搞些小制作 / 143
5. 当学生干部,是成长机会 / 144

第十九篇 作息

1. 疲能生拙 / 145
2. 勿以疲抗疲 / 147
3. 困了就睡,勿强熬 / 148
4. 学一点儿,是一点儿?不见得! / 149
5. 早自习是否要上? / 150
6. 走读生不必在校晚自习 / 151
7. 睡眠时段有讲究 / 152
8. 三不看书,三不学习 / 154
9. 控制活动总量 / 155

第二十篇 保健

1. 谨防学习职业病 / 156
2. 坚守视距 / 157
3. 戴上眼镜后的第一件事 / 158
4. 勿贴桌沿写字 / 159
5. 开窗醒脑 / 160
6. 开空调,窗留缝 / 161



7. 睡好三要素 / 162
8. 睡下不思 / 163
9. 床头常备纸和笔 / 164
10. 勿用提神剂驱困 / 165
11. 头悬梁,锥刺骨,伤身心,勿效仿 / 166
12. 早饭要吃好 / 168

第二十一篇 问

1. 乐于下问 / 170
2. 不怯上问 / 171
3. 乐于上问 / 172
4. 勿讳疑忌师 / 173
5. 学习评价,重在是否学成 / 174
6. 问到底,问到边 / 175
7. 问习题,也问课文 / 176

第二十二篇 协作

1. 诲人不倦 / 177
2. 能把别人教会吗? / 178
3. 帮助是互相的 / 179
4. 向身边的榜样学习 / 180
5. 不妨当小老师 / 181

第二十三篇 自然科学的学习

1. 应用题,一句话或许是一个方程 / 182

2. 数理化生,也要背 / 183
3. 解理化计算题,用数学方程组 / 184
4. 求解连环题 / 185
5. 识些天文 / 186

第二十四篇 人文社科的学习

1. 模仿名著,起点高 / 187
2. 读名著,眼光高 / 188
3. 改出好文章 / 189
4. 朗读,有助于修改文章 / 190
5. 避免“哑巴外语” / 191
6. 学外语,要天天接触 / 192
7. 自创外语环境 / 193
8. 逐文精译三步法 / 194
9. 写好作文,一在内容,二在表达 / 196
10. 先求实而长,再求精而短 / 197
11. 要写得一手好字 / 198
12. 练好行书很实惠 / 199
13. 用身感觉,用心感觉 / 200
14. 学好用好逻辑学 / 202
15. 学好哲学,助你成功 / 204

第二十五篇 体育

1. 体育运动耽误学习吗? / 205
2. 去大自然中放松 / 206



第二十六篇 课外学习

1. 电视中有学习的机会 / 207
2. 看展览,广见识 / 208
3. 看课外书,兼顾广度和深度 / 209
4. 看学习辅导书,要少而精 / 210
5. 新闻联播天天看 / 211

第二十七篇 家庭导学

1. 家庭导学三注意 / 212
2. 要做到三个全面 / 213
3. 与老师双向沟通 / 214
4. “惜”铁不成钢 / 215
5. 父子不相欺 / 217
6. 学习状态的跃升 / 219
7. 伴随孩子成长,调整导学方式 / 220
8. 父母双导 / 222
9. 做好家庭导学,父母先学习 / 224

后 记 / 226



1. 学习原本是快乐的

一位中学生说：“我小时候一个劲儿想上学，以为上学很快乐。上了学才知道，学习这么苦，一点乐趣都没有。”

刘老师说：“品尝美食，为什么津津有味？身着华服，为什么意气飞扬？走进雨后花园，为什么心旷神怡？因为人本能的需求得到了满足，人感受到了快乐。”

“学习也是人的一种本能的需求，就像吃饭、穿衣、呼吸一样。将一个纸团扔给小花猫，小花猫会在纸团周围转着圈子，挪腾跳跃，忽然一个跃扑，抓住纸团。原来它是在练习捉老鼠啊！它捉住这个假想敌后又放开，放开后又捉住，饶有兴致地一遍又一遍地练习着。猫尚且能如此快乐地学习，何况人呢？”

“学习的快乐源于其结果。当你了解了自然万物的千变万化，当你了解了社会的演变更迭，当你解出了一道作业题，当你完成了一个实验，你不觉得快乐吗？学习的快乐也源于其过程。当你朗诵古文时，可以感受到文句之优美、感情之丰富、意境之深远。当你为求证几何题而苦苦思索时，可以感受到几何图形之美妙、逻辑推理之严密。在学习过程中体验到了美，你不觉得快乐吗？”



“当然,学习并不轻松。要想学有所成,总要用心领会,用心记忆,用心思考,用心创造,总要放弃一些休息时间,放弃一些娱乐活动,于是就会感到辛苦。但我们要苦中知乐、苦中求乐、苦中享乐的乐观主义精神。

“现在有些学生失去了学习的乐趣,根本的原因在于他们或主动或被动地进行着‘疲劳战’、‘题海战’,由此产生了强烈的厌学心理。就像吃鸡鸭鱼肉,吃几块,香;多了,可能腻;更多,可能就恶心了。我们自己要有意识地拒绝‘苦行僧’式的学习方式,以免冲淡甚至完全丧失学习的乐趣。”

勤学箴言

- ★ 学习原本是快乐的。
- ★ 学习的快乐,源于其结果,即学到知识或技能;也源于其过程,即体验到美。
- ★ 学习并不轻松,但要有苦中知乐、苦中求乐、苦中享乐的乐观主义精神。