

100个经典学习方法，更短的时间取得更好的成绩

只有不会学的学生
没有学不会的学生



WO DE
100 GE JINGDIAN
XUEXI FANGFA SHU

我的

100个经典
学习方法书

简单 有效 快乐 主动 轻松

初中版

10个增强学习兴趣的好办法
10个提高预习复习效率的小窍门
10个让课堂出成绩的“金钥匙”
10个好习惯让你快乐做作业
10个学习技巧轻松用

10个应对考试的有效策略
10个学好语文的有趣学习法
10个提高作文成绩的“秘密武器”
10个学好数学的小技巧
10个妙招让英语不再难学

小窍门、
小练习和
小游戏

王志艳 编

小窍门

小练习

小游戏

帮助同学们在短时间内掌握大量的学习方法



中国纺织出版社

100个经典学习方法，更短的时间取得更好的成绩

只有不会学的学生
没有学不会的学生

WO DE
100 GE JINGDIAN
XUEXI FANGFA SHU

我的

100个经典 学习方法书

简单 有效 快乐 主动 轻松

初中版

10个增强学习兴趣的好办法
10个提高预习复习效率的小窍门
10个让课堂出成绩的“金钥匙”
10个好习惯让你快乐做作业
10个学习技巧轻松用

10个应对考试的有效策略
10个学好语文的有趣学习法
10个提高作文成绩的“秘密武器”
10个学好数学的“小技巧”
10个妙招让英语

小窍门、
小练习和
小游戏

王志艳 编

小窍门

小练习

小游戏

帮助同学们在短时间内掌握大量的学习方法

中国纺织出版社



内 容 提 要

本书分别从学习兴趣、预习复习、课堂听课、日常作业、学习技巧、应对考试等几个角度入手,并根据语、数、外不同学科的不同学习特点,为中学生们提供了全面、详细、实用有效的经典学习方法。这些方法既有优秀教师的经验之谈,也有很多家长提供的助学之法,更有许多优秀中学生的学习心得。最重要的是,这些学习方法看似十分简单,实则十分有效。

图书在版编目(CIP)数据

我的100个经典学习方法书:初中版/王志艳编. —
北京:中国纺织出版社,2013.6
ISBN 978-7-5064-9751-0

I.①我… II.①王… III.①初中生—学习方法
IV.①G632.46

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第097459号

策划编辑:欧 锋 特约编辑:徐屹然 责任印制:储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址:北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码:100124

邮购电话:010—67004461 传真:010—87155801

http://www.c-textilep.com

E-mail:faxing@c-textilep.com

尚艺印装有限公司印刷 各地新华书店经销

2013年6月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:14

字数:198千字 定价:26.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换



前

言

每个学期刚刚开始时，同学们都会对新的学期充满了向往与希望，期待自己在新的学期能够学习进步，取得出色的成绩。然而，同学们却常常在学习中遇到困难和困惑，有时甚至让学习成绩一落千丈，这个时候，同学们是不是都觉得很沮丧？

其实，只有不会学的学生，没有学不会的学生。对初中生来说，在学习当中最重要的不是一时的学习成绩，而是能否学会学习，是否掌握了适合自己的有效学习方法。

在初中阶段的学习中，不仅要掌握学习的基础知识，更重要的是学会学习与思考，掌握适合自己的学习方法。学习方法决定学习成绩，学习方法也是我们征服学习成绩的工具。如果你没有好的方法，即使你每天点灯熬油、刻苦学习，也难以取得好成绩。因此，同学们会经常看到那些整天抱着书本、戴着厚厚眼镜的人，一上考场却常常被打得一败涂地。为什么？就是因为他们的学习方法不对。

相信同学们的身边也有这样的同学吧：对学习没有信心，不感兴趣，甚至厌烦学习。表面看来这是他们没有学懂，没有学会，成绩差，其实是他们不会学习，不会运用正确的学习方法。没有好的学习方法，越到高年级，所学的知识越多，学习起来也会越难，最后也只会对学习完全丧失信心。

那么，在我们的初中阶段，是否有好的学习方法可以使用呢？

当然有。《我的100个经典学习方法书（初中版）》这本书，就分别



从学习习惯、学习资源，课堂听课、日常作业、学习技巧、应对考试等几个角度入手，并根据语、数、外不同学科的不同学习特点，为初中生们提供了全面、详细、实用有效的经典学习方法。这些方法既有优秀教师的经验之谈，也有很多家长提供的助学方法，更有许多优秀初中生自己的学习心得。最重要的是，这些学习方法读起来十分简单，用起来却十分有效。与此同时，在每个学习方法的后面，我们还为同学们提供了一个“学习小技巧”，这里面都是一些学习的小窍门、小练习和小游戏等等，可以帮助小朋友们在短时间内就能掌握大量的学习方法。

总之，在初中阶段，我们最重要的任务就是学会学习，掌握适合自己的学习方法。只有学会学习的人，才能感受到学习的乐趣和动力；只有在快乐中学习，我们才能学得更聪明、更进步。我们相信，只要按照《我的100个经典学习方法书（初中版）》中教你的方法去学习，同学们就一定可以变成名副其实的学习高手！那就赶快行动吧！



目

录

第一章 优秀的成绩来自良好的学习习惯·····	001
方法1 养成主动学习的好习惯·····	001
方法2 取得好成绩的秘诀在于高效地利用时间·····	003
方法3 好的计划能让你的学习变得井井有条·····	005
方法4 早晚自习要充分利用·····	007
方法5 按时预习和复习·····	009
方法6 听课时要学会做笔记·····	011
方法7 不偏科，做到统筹兼顾·····	013
方法8 学习要有所侧重，切忌眉毛胡子一把抓·····	015
方法9 有问题就及时问，不让疑问陪你过夜·····	017
方法10 善于切磋交流，取长补短提升自己·····	019
第二章 高效利用你的学习资源·····	021
方法1 巧用课本目录将书读“薄”·····	021
方法2 有选择地选用参考书和辅导资料·····	023
方法3 用好参考书的窍门——先删后做，先做后想·····	025
方法4 工具书也可作为复习提纲·····	027
方法5 笔记是你的最佳自编“工具书”·····	029
方法6 坚持做难题笔记和错题笔记·····	031
方法7 对每次的考卷进行认真整理和总结·····	033
方法8 将试卷与课本、笔记联系起来·····	035
方法9 善于利用字、词典进行学习·····	037
方法10 善读课外书才能开阔视野·····	039



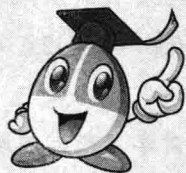
第三章 掌握学习窍门，学习就能快步走	041
方法1 “吃透”基础知识，万变不离其宗	041
方法2 高效预习，大脑中的知识脉络更清晰	043
方法3 “因科制宜”地对课本内容进行预习	046
方法4 把知识串联起来集中复习	049
方法5 复习要“三看二做一录入”	051
方法6 善于归纳总结，才能更上一层楼	053
方法7 提高记忆力，学习才能更高效	055
方法8 掌握遗忘规律，让记忆更深刻	057
方法9 善于联想，巧妙记忆	059
方法10 分类记忆，将知识点各个击破	061
第四章 会听课是获得好成绩的最佳途径	063
方法1 听课究竟要听什么、怎样听	063
方法2 盯住老师，紧跟老师的讲课思路	066
方法3 听课要学会“张弛有度”	068
方法4 善于带着问题去听课	070
方法5 尽量将每节课的内容当堂掌握	072
方法6 学新课时也要会联系旧课内容	074
方法7 不同的课也要采取不同的听法	076
方法8 听课不仅要“听”，还要“说”	078
方法9 课堂笔记不但要会记，还要巧记	080
方法10 利用好课后的“黄金两分钟”	082
第五章 提高做题能力，就能提高考试成绩	084
方法1 熟练掌握课本中的例题和习题	084
方法2 高质量地完成每一次作业	086
方法3 善于归纳同类题型的规律性	088
方法4 解题不能靠死记硬背	090
方法5 “一题多解”和“多题一解”	092
方法6 提高综合题的解答能力	094
方法7 如何提高运算的准确率	096



方法8	对难题要学会“剥茧抽丝”	098
方法9	从容应对考卷中的“压轴题”	100
方法10	提高做题速度，就是提高考试分数	102
第六章	学好语文的十种有效方法	104
方法1	“吃透”课本，语文学习并不难	104
方法2	掌握语文生字生词的诀窍	106
方法3	语言积累是学好语文的基础	109
方法4	学语文需要多读、多写、多背	111
方法5	怎样进行有效的速读	113
方法6	掌握现代文阅读的有效方法	115
方法7	攻克文言文的“四步走”	117
方法8	如何应对阅读理解类考题	120
方法9	怎样写出有思想深度的作文	122
方法10	考场上也能写出好文章	124
第七章	掌握技巧，数学学习便能事半功倍	126
方法1	数学学习要从理解概念开始	126
方法2	学数学要善用“逆向思维”	128
方法3	重视解题时的思路与方法	131
方法4	怎样解好数学选择题	133
方法5	列方程解应用题的几个小技巧	136
方法6	善于运用推导法来解数学题	138
方法7	转换思想是解数学题的金钥匙	140
方法8	学几何要过好“三关”	143
方法9	用几何图示法解代数问题	145
方法10	善用辅助线巧解几何题	148
第八章	提高英语水平的“金点子”	152
方法1	掌握足够的英语词汇量	152
方法2	记单词时要掌握英语的造词规律	154
方法3	在语境中学习词汇，攻克一词多义现象	156



方法4	用“听”和“说”两种方式提升听力·····	158
方法5	提高英语口语的技巧·····	160
方法6	利用句型来学习语法·····	162
方法7	身边常备一本英语语法书·····	164
方法8	如何提高英语阅读理解能力·····	166
方法9	写作时只用有把握的句子和单词·····	169
方法10	避免写作中出现“中国式英语”·····	171
第九章	分析理解，学好“史地政”·····	174
方法1	记忆历史知识的几种方法·····	174
方法2	用“分段浓缩”法学习历史·····	177
方法3	用图表提纲法分析历史事件·····	179
方法4	学历史也能套用“公式”·····	181
方法5	学地理要抓“概念、原理”，重“消化、理解”···	183
方法6	神奇的地理知识记忆法·····	185
方法7	主攻地图，巧学地理·····	187
方法8	学政治行之有效的好方法·····	189
方法9	政治学习要“与时俱进”·····	191
方法10	怎样解答政治主观题·····	193
第十章	好方法让“理化生”成绩更出色·····	195
方法1	“五会”法，轻松掌握物理概念·····	195
方法2	学物理要注重观察与实验·····	197
方法3	“三多学习法”让物理更精通·····	199
方法4	“看图识义”、“按题画图”巧解物理题·····	201
方法5	“一般+特殊”法，掌握化学基础知识·····	203
方法6	巧妙记忆化学元素符号·····	205
方法7	怎样快速准确地写出化学反应方程式·····	207
方法8	用化学知识来解化学计算题·····	210
方法9	学习生物要先记忆后理解·····	212
方法10	系统归纳提高生物学习效率·····	214
	参考文献·····	216



第一章



优秀的成绩 来自良好的学习习惯



方法1

养成主动学习的好习惯

进入初中后，很多同学普遍感受到：学习科目增多了，学习难度增大了。这也要求同学们在平时的学习过程中，应该更加积极主动，而不应该没有老师的督促就不知道自觉学习。

不少初中老师反映，在听课时，有的同学对老师这节课要讲的内容一无所知，就是坐等老师上课讲解，老师讲什么就听什么，老师叫干什么就干什么，显得呆板被动，缺少学习的积极性和主动性；而有的学生课前则会主动认真预习，听课时也能做到有的放矢，对预习过程中发现的难点、重点和关键的地方细听详记、思考理解，并当堂掌握，在学习中较好地发挥了主动作用。

① 找到学习的兴趣所在

河北省高考状元孙元铮同学在到自己的学习体会时说：“兴趣使我在高考中取得了优秀成绩。初中阶段，我学习英语的条件很艰苦，但我从没感到枯燥和累。我利用了当时可以利用的一切资源：书籍、电视、广播。我用的是爸爸大学时的英语课本，因为爸爸是学工科的，所以他的课本中有许多‘科普’文



章，我很喜欢；我也爱看电视教学，因为节目内容有连续性，我就当做看电视剧了。毫不夸地说，我从早晨6点到夜里12点一直坐在收音机旁听不同的英语广播，一点都不觉得乏味。”

的确如此。只有当我们对学习产生浓厚的兴趣时，才有强大的学习动力。也只有积极主动地学习，才能感受到其中的乐趣，才能对学习产生极大的兴趣。有了兴趣，学习效率就会在不知不觉中得到提高。

● 用自己喜欢的方式学习

同学们都有体会，长时间做自己不喜欢的事，就会感到压抑和不快，甚至越来越讨厌所做的事；相反，如果做自己喜欢的事，不仅感到愉快，而且会越来越喜欢做这样件事。

学习也是如此。有的同学说，自己平时也想主动学习，可怎么也学不进去。其实，这就是因为你没有用自己喜欢的方式学习。我们每个同学都有自己独特的学习方式，这种方式也能让我们学得更快更好。比如，有的同学喜欢在比较自由的环境里学习，不喜欢墨守成规，需要多一些自由选择的机会，如自己决定学什么、从哪开始学等；而有的同学却喜欢按部就班地学习，需要老师或家长告诉他每一步该怎么做。

哪种学习方式或学习习惯最好呢？答案并不绝对，只要是你喜欢的、适应的，就是最好的。

学习小技巧



如果条件允许的话，同学们在学习时最好能找一个安静、舒适的环境，尤其是自学时。可以是你的单间书房，也可以是教室或图书馆，但它必须舒适、安静而没有干扰。当你开始学习时，你应该全神贯注于你的功课，切忌“身在曹营心在汉”。



方法?

取得好成绩的秘诀在于高效地利用时间

大家的身边一定有一些这样的同学：平时学习看上去很用功，“开夜车”，放弃一切活动和娱乐，似乎把所有的时间都用在上了，可成绩总是不理想，这是什么原因呢？

原因很简单，就是学习效率太低了，在同样的时间内，只能掌握别人所学知识的一半，这样怎么能学好呢？

其实，学习时间用得再多并不一定能取得好成绩，关键还在于：你在单位时间内的学习效率有多高。很多有经验的老师和成绩优秀的同学在学习方面都达成了一个共识：那就是不看学习时间长短，而是学会如何高效地利用时间。

那么，怎样才算是高效地利用学习时间呢？

① 列一张时间“账单”

在学习时，许多同学都经历过这样的情况：一上午坐在课桌前，看起来好像很忙，摆弄一下文具，收拾收拾书本，而真正用在学习上的时间却很有限。要知道，这是在极大地浪费时间。

优秀中学生蒋然说，自己有一套高效利用时间的方法，就是给时间列“账单”。准备一个小本子，把一天中从早到晚每个时间段所做的事记录在上面。可以把本子分成左右两栏，左栏记录时间，右栏记录每个时间段的学习和活动情况，然后分析一下自己每天在各项活动中所花费的时间，就会发现真正用在学习上的时间并不多。

蒋然同学说，通过这样记录时间，她就能很好地把学习时间利用起来，学习效率也不断提高。而且，有空时再翻看以前的时间“账单”，每天用在复习、写作、看书、休息的时间也都一目了然。



② 有效利用一天中的最佳学习时间

要想充分利用时间，提高学习效率，同学们还应弄清一天当中哪些时间是我们最佳的学习时间。如果我们能把最重要的学习任务安排在一天中最佳的学习时间去完成，那就能花费很少的时间，获得最大的收益。

通过研究，人们在一天中通常有四个学习的高效期。

第一个学习高效期：清晨起床后。清晨，大脑经过一夜的休息，消除了前一天的疲劳，脑神经处于活动状态，没有新的记忆干扰。选在这时候记一些难记但必须记忆的知识比较适宜，如英语单词、数理化定律、历史事件等。有时实在记不住，大声念上几遍，也有利于记忆。

第二个学习高效期：上午8点至10点。这个时间段，大脑的精力充沛，严谨而周密的思考能力、认知能力和处理能力比较强，此刻也是攻克难题的大好时机，同学们应该充分利用。

第三个学习高效期：下午6点至8点。这个时间段也是用脑的最佳时刻，同学们可以利用这段时间复习一下全天所学过的知识，或者整理一下笔记。

第四个学习高效期：入睡前一小时。这段时间可以用来回顾一天所学的内容，尤其对一些难于记忆的东西适当加以复习，通常不容易遗忘。

总之，在学习过程中，同学们不仅要懂得珍惜时间，更要学会有效地利用时间，让自己在最短的时间内，掌握最多的知识。

学习小技巧



优秀中学教师吕文秀告诉大家，中学的学习内容很繁杂，但只要我们确保自己一直都在做最重要的事，也就能确保自己的时间一直被有效地利用。比如，今天你打算做三张试卷，语文、数学和英语各一张，那就先做自己认为最需要提高的那一科。也就是说，我们每次应优先学习对我们来说最重要的那门科目的内容，然后涉及其他科，这样就能保证高效利用时间了。



方法3

好的计划能让你的学习变得 井井有条

就像建造楼房要先有图纸一样，要想取得好的学习成绩也必须有一套切实可行的计划，需要我们把学习的任务具体分配到每一月、每一周、每一天当中去。

有些同学或许会说，我也在制订学习计划呀，比如这学期我的计划就是：“在新的学期里，我决心：一、上课认真听讲；二、课后坚持复习；……”

这样的计划就太空洞了，缺乏可行性。一份好的学习计划，不仅要切实可行，还要善于结合自身的学习水平，为自己制定出经过一定的努力能够达到的目标。

那么，具体怎样来制订一份好的学习计划呢？下面给同学们几点建议。

① 学习计划应该长短结合

长期计划应该以一学期为限，可以以大纲的方式制订，不一定太详细，否则就可能出现计划赶不上变化的情况，打乱了原来的计划。

中期计划可以以月或星期为限，内容应该详细可行。

短期计划就是以一日或数日为期了，但不一定详细地写出来，只要心里知道即可。比如吃午饭时，就可以考虑一下下午的作业安排；放学回家的路上，可以想想晚上的复习安排等。

这样一来，就能做到大计划与小计划相得益彰，计划也不会太死板。

② 根据学科制订计划

中考状元梁敏同学说，自己在初中学习期间，就很善于制订计划。尤其是在制订学习计划时，能够根据不同学科的特点单独规划。因为每天要



学的科目很多，不仅要学好语、数、外三门主科，还要努力学好其他副科，因此，梁敏同学就采用了重点学主科，同时带动地理、历史等其他副科的计划方案。

比如，梁敏同学每天会用一定的时间（两小时左右）固定学习英语，记单词、练习听力或做习题等，扎实地打好英语基础。语文与英语一样，也需要平时的积累，因此每天的零碎时间也要学习一下语文。至于地理、历史等，则根据自身的情况和不同内容来灵活地安排学习。

按照这种计划来学习，梁敏每天的大块时间都用在主科的学习上，而零散时间则用来学习副科，学习很有规律，效果也相当好。

③ 计划也应随时调整

在学习中，大家不仅要善于为自己制订学习计划，还要及时调整计划。生活和学习应该形成规律，但也不能像机器运动那样一成不变。因此当我们的计划执行了一段时间后，就应该检查一下学习效果，并对原计划中不适宜的地方进行调整。只有这样，才能及时发现问题，明确哪些地方需要修改和完善，从而制订出更适合自己的计划。

当然，不论大家怎样制订自己的学习计划，都必须坚决落实才行，不要轻易地大修大改，更不能随意放弃，毕竟只有坚持下来，才能知道效果如何，大家说是不是？

学习小技巧



初二年级学生唐笑文说，为了每天能按照计划有效地学习，她就为自己准备了一个备忘录：

第一步：前一天晚上（或每天早晨）将次日（今天）的学习任务写成备忘录。

第二步：用“☆☆☆”（表示最重要）、“☆☆”（表示重要）等符号，在每项备忘录前做好记号。

第三步：每天晚上对照检查当天学习任务的完成情况，完成的就划去，未完成的顺延到第二天的备忘录当中。



方法4

早晚自习要充分利用

有些同学不太重视早晚自习，认为自己在白天所学的知识已经够多了。其实对于初中生来说，早晚自习的时间是十分宝贵的，它不仅给予同学们更多的学习时间，而且也是课堂学习时间的延伸，可以帮助我们预习和巩固白天所学的课程。所以，不论是住校的同学集中上早晚自习，还是在家里的同学自主安排早晚自习，大家都应该养成充分地利用早晚自习时间的学习习惯，从而提高自己的学习效率。

① 科学安排早自习

同学们可能不知道，在早晨起床前，我们的大脑处于休息阶段，没有之前所学知识的干扰，早晨起床后背记的效果也最好。所以，同学们在早自习应该抓紧时间朗读背诵，尤其英语、语文、历史、政治、地理等学科知识，都可以利用早晨时间去背记。

当然，这里也要有主次之分，通常我们可以以特别需要朗读的语文、英语学科为主，历史、政治等科目为辅，但早自习的时间尽量不安排做作业或进行数理化等学科的学习。

② 合理利用晚自习

晚自习与早自习同样重要，然而有些同学的晚自习效率不高，甚至不能很好地利用晚自习，也有的同学干脆不上晚自习。为什么要上晚自习，如何才能利用好晚自习呢？

同学们都知道，我们在白天上课时，要么由老师讲解新课，要么由老师带领大家巩固复习有关知识，课堂教学容量大，所学的新知识也比较多。那么，一天学下来的知识什么时候巩固呢？



只有两个时间，即早晚自习。但早自习大家通常都用来巩固英语、语文等学科，因此其他学科的巩固就只能放在宝贵的晚自习进行了。

上晚自习时，首先要认真地复习一下当天所学的知识，整理自己的笔记或批注，并回顾当天新学习的内容是否已经弄懂了。如有不懂的地方，或认真思考，或向同学、老师请教，做到当天的问题当天解决。尤其是自己觉得很难的科目，有问题更要当天解决，比如英语、数学和物理等。

另外，在复习的基础上，还要完成当天老师布置的作业，而且要认真、独立、按时地完成。当天的作业通常是当天的知识或以前学过知识的运用，只要认真看书思考，绝大多数题目是可以完成的。实在解答不出来，再请教老师或同学。

做完作业，还要预习一下第二天上午要学的科目。尤其是老师布置的预习科目，必须要预习；老师没有布置预习科目，如果平时学习感到困难，也一定要在晚自习提前安排预习，如英语、数学、物理等。这样，第二天在学习新课时，才不会感到吃力，也更容易快速地掌握新知识。

需要注意的是，晚自习时间以巩固所学知识、预习新课为主，只有课本知识完全消化了，才能做一些挑战性的习题，所以同学们不要把晚自习的时间全用在做习题上。

学习小技巧



初二年级的班主任徐老师说，早晚自习主要是同学们自己学习的时间，此时老师的作用是对学生个别辅导或集体辅导，也是同学们排除疑难问题的绝好机会，所以同学们有什么问题在早晚自习一定要问，而且要不耻下问。如果遇到老师进行集体辅导，还要认真听讲，以取得最大的收获。