

学习一定有方法 高分一定有诀窍

全国 196 所著名重点中学

精华学习法

高中生如何有效地提高学习成绩

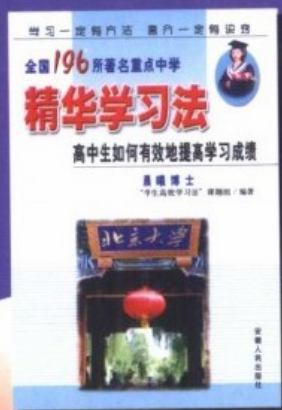
晨曦博士

“学生高效学习法”课题组 / 编著



安徽人民出版社

学习一定有方法 高分一定有诀窍



“工欲善其事，必先利其器”。学习好，首先要求方法好。

全国很多著名的特级教师，在总结其培育英才的经验时，总是强调：与其要求学生学习勤奋，不如教给学生科学的学习方法。全国很多著名的重点中学，如北京四中、湖北黄冈中学等，在谈到办学成功的经验时，也特别指出，让学生掌握科学的学习方法，胜过对学生知识的传授。

■ 责任编辑：贾兴权
■ 封面设计：杨群

ISBN 7-212-02138-5



9 787212 021382 >

ISBN 7-212-02138-5/G·450

定价：22.00元

学习一定有方法 高分一定有诀窍

全国 196 所著名重点中学

精华学习法

高中生如何有效地提高学习成绩



安徽人民出版社

责任编辑:贾兴权

装帧设计:杨 群

图书在版编目(CIP)数据

高中生如何有效地提高学习成绩/晨曦主编. —合肥:安徽人民出版社,2002.11

(高中精华学习法)

ISBN 7-212-02138-5

I. 高… II. 晨… III. 中学生-学习方法 IV. G632.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 079251 号

精华学习法 ——高中生如何有效地提高学习成绩 晨 曦 主 编

出版发行:安徽人民出版社

地 址:合肥市金寨路 381 号九州大厦 邮编:230063

发 行 部:0551-2833066 0551-2833099(传真)

经 销:新华书店

制 版:合肥市中旭制版有限责任公司

印 刷:合肥学苑印刷厂

开 本:850×1168 1/32 印张:13 字数:320 千

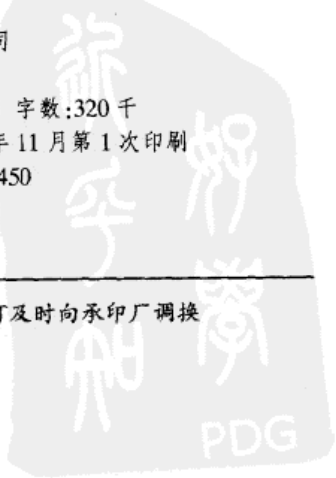
版 次:2002 年 11 月第 1 版 2002 年 11 月第 1 次印刷

标准书号:ISBN 7-212-02138-5/G·450

定 价:22.00 元

印 数:00001-08000

本版图书凡印刷、装订错误可及时向承印厂调换



晨曦博士

“学生高效学习法”课题组 / 编著

主笔：舒天戈 李甜凤

目 录

第一章 学好高中语文的有效方法和技巧

- 一、语文学习行之有效的学习方法 (1)
 - 1. “六字”学习法 (2)
 - 2. 框架学习法 (4)
 - 3. 反馈学习法 (5)
 - 4. 逆向学习法 (6)
 - 5. 织网学习法 (8)
 - 6. 锥型学习法 (9)
- 二、提高阅读能力的学习方法 (11)
 - 1. 四步阅读法 (11)
 - 2. 如何突破阅读理解关 (14)
 - 3. 现代文阅读的“三项九点”法 (15)
- 三、提高文学鉴赏能力的途径 (17)
 - 1. 掌握对文章进行鉴赏和评价的标准 (18)
 - 2. 对文章思想内容的鉴赏和评价 (18)
 - 3. 对文章表现方法和艺术风格的欣赏 (19)

四、听知能力和口语表达能力的训练方法 (19)

1. 听辨、听述、听记力的自我训练 (20)
2. 口语表达能力的自我训练 (21)

五、学好文言文的科学方法 (26)

1. 掌握文言文词句的特征和规律..... (26)
2. 如何掌握文言文的断句 (27)
3. 掌握正确的翻译方法 (28)
4. 文言文阅读的基本要领 (28)
5. 文言文阅读的“四三二法” (32)

六、语文课后复习的有效方法 (33)

1. 语文复习七步法 (33)
2. 四课型复习法..... (35)
3. 网格状复习法..... (37)
4. “三限”冲刺复习法 (39)

七、语文高考的能力要求与试题特点 (40)

1. 语文高考的具体能力要求 (41)
2. 语文高考试题的主要题型 (42)
3. 2002 年高考语文试题的特点 (43)

第二章 提高作文写作水平的有效方法和技巧

- 一、观察和积累是写好作文的基础 (46)
 - 1. 学会观察 (47)
 - 2. 善于积累材料和选择材料 (51)
- 二、提高写作能力的“四四法” (53)
 - 1. 写作能力发展的四个阶段 (54)
 - 2. 培养写作水平的四种综合能力 (55)
 - 3. 注重写作的四步过程 (56)
 - 4. 把握写作的四步选材方法 (58)
- 三、如何突破写作表达关 (60)
 - 1. 如何培养文字书写能力 (60)
 - 2. 如何培养写作的联想能力 (62)
 - 3. 如何培养写作的悟性 (63)
- 四、写好高考作文的简捷有效的方法 (65)
 - 1. 高考作文的一点说透法 (65)
 - 2. 如何用推陈出新的方法写出有新意的
 议论文 (70)
 - 3. 如何写好托物言志的作文 (72)
 - 4. 如何写好以情感人的作文 (74)

5. 高考作文如何推敲语言 (77)

第三章 学好高中数学的有效方法与技巧

一、牢固掌握好数学基础知识 (81)

1. 准确理解数学概念 (82)
2. 学好与熟记数学定理 (83)
3. 正确使用数学公式 (87)

二、培养良好的数学学习习惯 (89)

1. 从阅读教材开始 (90)
2. 写一点数学读书笔记 (91)
3. 综合培养自己的数学学习习惯 (92)
4. 认识数学学习的心理障碍 (93)
5. 学会消除数学学习的心理障碍 (95)

三、提高数学运算能力的有效方法 (96)

1. 培养运算的灵活性 (96)
2. 通过化简培养运算的简捷性 (97)
3. 通过优化算法培养运算的合理性 (98)
4. 全面提高运算的准确性 (99)

四、提高数学观察能力的有效途径 (100)

1. 通过目的性来提高观察力 (100)

2. 通过条理性来提高观察力	(101)
3. 通过训练敏锐性来提高观察力	(102)
4. 通过精确性来提高观察力	(103)
五、如何优化数学学习过程	(103)
1. 善于联想	(104)
2. 敢于猜想	(104)
3. 精心证明	(105)
六、学好逻辑推理, 提高数学解题能力	(107)
1. 类比推理	(107)
2. 归纳推理	(108)
3. 演绎推理	(108)
七、几种行之有效的解题证题方法	(110)
1. 巧解几何题的基本量方法	(110)
2. 直观易行的交集法解题法	(113)
3. 有效证明猜想题的数学归纳法	(116)
4. 处理最大(小)值问题的等高线方法	(128)
5. 数学的局部调整法	(132)
八、数学高考的能力要求与试题特点	(138)
1. 对数学知识的考查要求	(138)
2. 数学科能力考查的要求	(139)
3. 近几年数学高考试题的特点	(143)
4. 数学高考复习的具体方法	(148)

第四章 学好高中英语的有效方法和技巧

- 一、英语词汇的学习方法 (151)
 - 1. 分解记忆法 (152)
 - 2. 词缀记忆法 (154)
 - 3. 词类转化记忆法 (155)
 - 4. 音、形、义对比记忆法 (156)
- 二、英语语法的学习方法 (156)
 - 1. 英汉语法对比学习法 (157)
 - 2. 归纳整理法 (159)
 - 3. 层次练习法 (160)
- 三、英语听说能力的培养方法 (161)
 - 1. 有效提高英语听力的方法 (161)
 - 2. 提高英语口语能力的方法 (164)
- 四、提高英语阅读理解能力的学习方法 (167)
 - 1. 精读与泛读结合法 (167)
 - 2. 阅读训练中应注意的事项和技巧 (168)
 - 3. 通过朗读训练来提高阅读水平 (169)
- 五、提高英语写作能力的方法和技巧 (170)
 - 1. 从阅读到写作 (171)

2. 造句训练	(171)
3. 改写训练	(172)
4. 看图写话训练	(172)
5. 写读书笔记	(172)
6. 作文训练	(173)
六、英语高考的能力要求与试题特点	(174)
1. 把握高考英语试题的发展趋势和特点	(174)
2. 高考英语试题对知识和能力的考查	(181)

第五章 学好高中物理的有效 方法与技巧

一、物理基础知识学习方法	(183)
1. 观察、认识 and 了解物理现象的方法	(183)
2. 学习和理解物理概念的几种方法	(184)
3. 如何学习和掌握物理规律	(189)
4. 把所学的物理知识组织成一个知识系统 ...	(192)
二、物理基本技能的学习方法	(194)
1. 物理思维技能的学习方法	(194)
2. 物理实验技能的学习方法	(200)
3. 运用数学知识解决物理问题的技能	(205)
三、物理主要知识点学法导航	(208)
1. 力学知识点与学法导航	(208)

2. 热学知识点与学法导航	(220)
3. 电磁学知识点与学法导航	(225)
4. 光学知识点与学法导航	(230)
5. 原子物理学知识点与学法导航	(233)
四、物理高考的能力要求与试题特点	(236)
1. 对理解能力的考核要求	(236)
2. 对推理能力的考核要求	(238)
3. 对分析综合能力的考核要求	(239)
4. 对应用数学处理物理问题的能力	(241)
5. 对实验能力的考核要求	(241)

第六章 学好高中化学的有效 方法和技巧

一、化学学习的综合方法	(244)
1. 机械记忆学习方法	(245)
2. 接受—内省—复现学习方法	(245)
3. 探索—发现学习方法	(245)
4. 问题解决学习方法	(246)
5. 归纳和演绎学习方法	(246)
6. 分步学习方法	(247)
7. 集体学习方法	(247)
二、化学主要知识点学法导航	(248)
1. 物质的组成、性质及变化学法导航	(248)

目 录

2. 化学常用计量学法导航	(249)
3. 氧化还原反应和离子反应学法导航	(249)
4. 原子结构和元素周期表学法导航	(250)
5. 化学键和分子结构学法导航	(251)
6. 化学反应速率和化学平衡学法导航	(252)
7. 电离平衡和溶液的 pH 学法导航	(253)
8. 盐类水解与微粒浓度比较学法导航	(254)
9. 电化学学法导航	(255)
10. 非金属元素概述学法导航	(257)
11. 金属元素概述学法导航	(257)
12. 无机框图(推断)题学法导航	(258)
13. 无机化工和环境保护知识学法导航	(259)
14. 有机物的组成、结构等学法导航	(260)
15. 有机物的官能团及化学性质学法导航	(261)
16. 有机物燃烧规律学法导航	(261)
17. 有机物的推断和合成学法导航	(262)
18. 化学实验基本仪器和基本操作 学法导航	(262)
19. 常见物质的制备学法导航	(263)
20. 常见物质的分离、提纯、检验 学法导航	(263)
21. 定量实验和实验设计学法导航	(264)
三、化学试题常见的解题思路与方法	(264)
1. 物理单位换算法	(265)
2. 差值法	(265)

3. 守恒法	(267)
4. 中间值法与十字交叉法	(268)
5. 极限思维法	(271)
6. 侧向思维和转化法	(275)
7. 归纳法、演绎法与迁移法	(277)
四、提高化学实验技能的方法	(278)
1. 提高实验操作技能的方法	(278)
2. 提高实验结果分析处理技能的方法	(279)
3. 提高化学计算技能的方法	(279)

第七章 学好高中生物的有效方法与技巧

一、生物基础知识学习方法	(281)
1. 掌握生物学科的特点	(281)
2. 用比较法掌握概念	(283)
3. 形成知识链和知识网	(284)
4. 知识整理分类	(287)
5. 如何优化生物学习过程	(290)
6. 野外实习与标本采集的方法和技巧	(293)
二、生物综合分析能力的学习和培养	(296)
1. 在生物学科的知识体系结构中, 培养综合能力	(296)

- 2. 掌握和运用发散思维的方法, 培养综合能力 (301)
- 3. 正确理解生物学基本概念、原理和规律 ... (305)
- 4. 注意学科间的联系, 培养跨学科的综合能力 (307)

第八章 学好高中政治的有效方法与技巧

一、高中生学好政治的总体要求 (308)

- 1. 知识和方法兼顾 (308)
- 2. 全面复习, 系统掌握, 夯实基础 (310)
- 3. 归类连线, 综合训练, 强化巩固 (311)
- 4. 重点复习, 联系实际, 灵活运用 (312)
- 5. 不求死背、灵活变通、重在分析、提高能力 (313)

二、学习政治课的基本方法 (314)

- 1. 政治概念学习法 (314)
- 2. 政治原理归纳法 (316)
- 3. 基本观点学习法 (317)
- 4. 时事政治学习法 (318)
- 5. 理论联系实际法 (319)

第九章 学好高中历史的有效方法与技巧

一、学习历史的常用方法 (322)

1. 史论统一法 (322)
2. 分析社会矛盾法 (323)
3. 内因外因结合法 (324)
4. 分析历史发展条件法 (324)
5. 整体知识结构法 (325)
6. 历史规律探求法 (326)
7. 搞清背景法 (327)
8. 线索清理法 (327)

二、历史知识的记忆方法 (328)

1. 化简记忆法 (329)
2. 分解记忆法 (329)
3. 比较记忆法 (330)
4. 联想记忆法 (331)
5. 串字记忆法 (332)
6. 特点分类记忆法 (332)
7. 列表图示法 (333)
8. 方位记忆法 (333)
9. 歌诀记忆法 (334)
10. 谜语记忆法 (334)