

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

初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 7-212-02137-7



9 787212 021375 >

ISBN 7-212-02137-7 / G · 449

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

初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

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

(初中精华学习法)

ISBN 7-212-02137-7

I. 初… 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 085094 号

精 华 学 习 法

——初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 7-212-02137-7/G·449

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

特 别 鸣 谢

《精华学习法》丛书在编写过程中，吸收和参考了北京、上海、广州、成都、武汉、长沙、沈阳、兰州等全国 196 所著名重点中学的教学研究成果，包括全国最著名的教育发达区如北京海淀区有关著名中学的教学经验。特别是得到了以下 21 位特级教师的细心指导，在此谨向他（她）们致以特别的感谢。

（21 位特级教师排名不分先后）

洪承敏：北京市语文特级教师
杨福群：北京市政治特级教师
于学东：上海市语文特级教师
马 原：上海市外语特级教师
李城谓：江西省物理特级教师
李汝成：广东省语文特级教师
任立年：广东省历史特级教师
司徒志：广东省政治特级教师
舒曼芳：陕西省数学特级教师
刘雪梅：河北省语文特级教师
崔桐利：江苏省政治特级教师

葛春林：河南省化学特级教师
季正华：山东省政治特级教师
周文华：浙江省外语特级教师
焦芝芳：云南省物理特级教师
李延弼：湖北省历史特级教师
王丽华：湖北省物理特级教师
过旭东：湖南省化学特级教师
周遑浦：辽宁省化学特级教师
王秉慧：福建省历史特级教师
吴国忠：山西省数学特级教师

著名特级教师论学习方法

对于中学生来说，会学，才能学会。凡学有所成的学生，都有一些或一套自己的学习方法，用来自主地完成学习任务。学不会或学不好的学生，除少数厌学者外，多数不是因为不勤奋，更不是因为脑子笨，而是因为不会学，即学不得法。

——北京市 101 中学高级教师 宁云平

做任何事情必须了解这一事情的特点，明确做这一事情的要求。要学好初中语文，必须了解语文学科不同于数学、外语等学科的特点，明确语文学习的基本要求，这样，才有助于把语文学得更好。

——上海市松江区语文高级教师 诸灵康

通过列表把相关的材料进行对比和对照，使之醒目异常，这样便于记忆材料的特点和它们之间的联系。初中代数很多公式易于混淆，为了记清这些内容，可以用列表记忆法，在查找、分类和编制表格的过程中，大脑已经进行过积极的思维和加工，知识已经条理化了。

——辽宁盘锦市特级教师、教育家 魏书生

数学，是学生投入最多的一门课程，但许多同学却为并没取得理想效果所苦恼，部分同学甚至陷入题海，昏天黑地，以至望而却步。究其原因，在于方法不得要领，或根本不当。

汽车飞驰，离不开动力的心脏——发动机，但必须通过变速箱、大轴，最后作用到轮子上，解数学题亦此，概念、基础知识（发动机），要发挥作用，也必须靠一连串连接装置，即对概念的理解、引伸，概念外围的规律、方法，以及解题思考规律，这些在课本上是没有的。

学好数学，还要学会聪明地做题，既要在做题的实践中加深理解、增长才干，又不为其所累，怎样才是和才能“聪明地做题”？最根本的出路，就是在学习过程中，提高能力，完善自己的素质。

——北京市二十二中数学特级教师 孙维刚

学好化学，并不是一件难事，你一定能做到的。跟学好其他科目一样，做好课前预习、认真听课、积极思维、课后及时复习、经常进行阶段复习和总结等等，都是必要的。特别要提出的是，注意观察周围的物质和它们的变化，在化学实验室里积极做好实验，能使我们津津有味地轻松地学习化学。可不要把化学变为死记硬背的知识去枯燥地学习呀！当你把学习化学变成一种乐趣的时候，就是你在化学学习上取得好成绩的时候，如果不相信，你就亲自试试吧！

——北京清华大学附中高级教师 李觉聪

初中阶段，是同学们从少年期向青年期的转型

期，是扩展视野、积累知识、观察社会、学习做人的转变期。我们学习的不应仅仅是人类积累的知识，还要学习前人获得知识的思想、方法和手段。在初中阶段学会“怎样学”对今后一生学会学习，学会应用，学会创新，具有重要意义。

——上海外国语大学附中英语特级教师 荣新民

在初中语文学习中也会出现两种学习，一种是向老师要现实的“金子”的人，一种是学了“点金术”然后自己去点“石”成“金”的人，你们愿意当哪一种人呢？同学们听了，都能把“点金之手”和“让自己具有自觉能力”挂起钩来，都愿意当后一种人。但是，普遍存在着一种顾虑，就是自己刚刚升入初中，能培养自学能力吗？我告诉他们：你们已具有了培养语言自学能力的实力，完全可能培养语文自觉能力。

——北京市十二中语文特级教师 吴桐楨

中学历史内容丰富，头绪繁纷。要想在有限时间内有效掌握，必须对现有教材内容，深入领会，透彻理解，并在理解基础上，大胆对教材压缩才行。对历史概念的理解、对历史规律的阐述、对历史现象的剖析、对历史人物活动的评价以及对历史过程表述和历史结果的总结等，应归纳分解成若干知识要点，使每个知识要点凝缩成简炼的词语，甚至提炼出几个对自己有重要提示作用的字，作为记忆的路标。

——武汉市江岸区中学历史高级教师 万立奎

高考状元谈学习方法

我常在语文课上把课文中作者的思路和自己的写作思路进行比较，特别注意学习作者新颖独特的构思方法。老师在讲课时，有的内容我已经掌握了，我就背课文的精彩段落、句子和词语，这就是我的作文水平得以提高的经验所在。

——1986年江苏省高考理科状元 范茹

常有人问我：学英语有什么诀窍？说老实话，要想掌握一种语言，在缺乏必要的语言环境的条件下，除下苦功夫外，实在没有什么捷径可走。概括起来，只有四个字：“下苦功夫”。我这绝对不是随便说说漂亮话而已。凭我这几年学习英语的体会，只有日积月累，通过量变，才有可能实现质的飞跃。“拳不离手，曲不离口”，持之以恒，才是学习英语成功之道。

——1997年北京市文科状元 啜玉林

成绩的得来全在一点一滴的长期积累，投机取巧的“成果”不可能长久。学习语文尤其如此。

我的最大的经验是要多背一点东西。当然不是说读死书，读书要把书读活，要能读出书边和书背后的道理。但光是浮在表面上不行，必须要沉下气来背。

背什么东西呢？一是历来已有定评的文学名篇诗词歌赋；二是重要的文学、文化常识。这些东西你不背脑袋里边就肯定没有，必须老老实实下苦功夫。

——1998年四川省高考文科状元 任羽中

政治是抽象较高的文科学科，有些同学认为学习政治就是单纯记忆，这是非常错误的，政治是学习用理性认识社会本质及其内在规律的学科。

政治主要侧重于横向思维，形成整体印象。“大框架”的学习方法或许比较有效。我们可以把哲学、经济、政治按不同的特征分成子目录，再设一些小目录，形成一个框架，并烂记于心。做题时，涉及哪个知识点，就从框架中抽出一条或几条，这样才能使思路清晰，减少答非所问的失误。还要把所记理论灵活地同大事件结合起来，培养自己的分析能力。

——2000年湖南省高考状元 李雯翠

学好历史并不等于在高考中取得历史学科的高分。要想学好历史，还需要掌握一些解题思路、解题技巧等，在学好历史的基础上做到了这些，历史考试就如探囊取物一般容易了。对于历史选择题，我经常把自己置身于一定的历史环境中，借助于知识点而形成的历史感觉去设身处地为前人思考，而不是以一个高考学生的眼光去看待过去，即不能想当然。

——2000年西藏自治区文科状元 陈珍

我始终认为，语文是各科学学习的基础。语文既是一种交际工具，又是一种文化载体，把语文学好，或

者是学得比较好，这对英语也是一种无形的帮助，因为两者都有阅读理解题型。好的语文理解能力对英语阅读理解题的解答有十分显著的促进作用。

语文还是理解数理化题意的基础，语文也是表达数理化解题过程的工具。

——2001年湖北省高考状元 赵艾丽

英语是一门系统性极强又很零碎的科目。作为一种语言，它自有一套严密的系统，时态、构成等都有很强的逻辑性，正确地把握其中的规律，你就可以从整体上把握所学知识；但英语也是一种交际工具，有很多口语化的或者约定俗成的特殊用法，这就必须注意平时积累。我个人还有自己的一点“偏好”，就是大声朗读。大声朗读不仅有利于提高你的口语，而且在无形中增强你的语感，让你无论碰到什么，都容易朗朗上口，而且使你的判断更为准确。

——1998年陕西省高考状元 陈学峰

学化学就是背书，只有把书本上的诸多知识点背熟，才有能力进行分门别类的归纳、综合。化学实验题中提供了一些颜色、气味的信息以此作为推断前提，如果你不曾花时间记忆各种物质的特性，那么你就没有可能做好推理，因为化学中的原理并不像数学、物理那样严谨；相反，推理过程跳跃性很大，需要根据不充分的信息去“猜”去“碰”。

——2000年江西省理工科高考状元 孙海波

数学和物理是两门逻辑性和规律性最强的科目，

因此学好两者的重点便于深刻地理解，只有用深邃的眼光透过纷乱的现象看清它们的骨髓，才算真正理解了它们。万变不离其宗，理解的功用在于使你不仅不被“万变”迷惑，而且能掌握“其宗”。我主张在平时的习题训练中，须接触一定量的难题。因为难题之所以难，是在于其迷惑性和深刻性，一旦我们吃透了一道难题，我们的辨伪存真的能力一定会得到很好的锻炼，而我们的理解也必定是更为深刻的。肤浅的理解只能就题论题，只有深刻的理解才能举一反三，触类旁通。

——2001年吉林省理工科高考状元 许沿河

学好数学在激烈的高考竞争中是占有极大优势的。我觉得，学数学首先要掌握基本的公式、原理，其次要懂得灵活运用。第一步背公式，稍花点功夫，大家都能做到，而要学会灵活运用公式、原理解题则需要一定的训练。我的意思不是搞“题海”战术，题是永远都做不完的。我认为，除了老师布置的作业和学校发的卷子，只要适当精选一两本课外参考书就够了。有些人买一大堆参考书，结果手忙脚乱做不过来，到处象征性地“蜻蜓点水”一下，最终还是一无所获。与其这样，还不如集中精力吃透一本参考书的效果好。

——2001年山西省理工科高考状元 张丽

前言 学习一定有方法 高分一定有诀窍

中国有两个成语，叫做“事半功倍”和“事倍功半”，前者形容某人做事或学习的高效率，而后者则形容某人做事或学习的低效率。为什么同是做事或学习，效率却截然不同呢？原因就在于两人的方法的根本不同。

在中国古代，有一个家喻户晓的故事，叫做“南辕北辙”：说的是战国时代的一个“驾车人”，他在一条南来北往的大道上，驾着两匹骏马，拉着豪华的木轮车，向北奔驰，朋友问他，“你到哪里去”？驾车人回答：“我要到楚国去”，朋友大吃一惊，“哎呀，楚国在南方，你怎么能驾车向北奔去呢？”驾车人说，“那怕什么，我的马是最善跑的马，我可以日夜不停地赶路呀”，“可是你的路走错了，方向反了”，朋友明确地向他指出了错误。“没关系，我的盘缠很充足”，驾车人仍然执迷不悟。

结果可想而知，这样的“南辕北辙”的驾车人，无论怎样努力也是无法到达目的地的。

为什么驾车人会产生这样的错误呢？是他的思维方

法出现了问题。他总是认为，只要主观上勤奋，客观上有好的工具（好马和足够的盘缠），就一定能实现自己的目标。这样错误的思维方法，所导致的必然是失败。

在现实的学习生活中，也常常会出现这样的情况：某些学生，学习勤奋，常常挑灯夜战，做大量的习题，可是却成绩平平；另一些学生，学习勤奋的程度远不及前者，甚至该“玩”的时候总是玩，而每次考试却成绩优异，这是为什么呢？

是他们的学习方法的不同，前者没有掌握正确的学习方法，而后者则善于学习。科学的学习方法成为后者提高学习成绩的利器。

由此，我们不能不感慨学习方法的重要性。

“工欲善其事，必先利其器”。学习好，首先要求方法好。

现代教育科学认为，学生没有优劣之分，智力正常的学生，其学习成绩的差异，往往是由于掌握学习方法的不同而造成的。山东考生明明，曾连续两年在高考中名落孙山，2002年却以优异成绩考入清华大学。他总结自己成功的原因只有一条，这就是自己后来掌握了科学的学习方法。可见学习一定要有好的方法。

老师教学生掌握科学的学习方法，使他们学会学习，这是那些优秀教师的致胜法宝。全国很多著名的特级教师，在总结培育英才的经验时，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，胜过知识的传授。

很多学习成绩优异，并在中考高考中成为佼佼者的学生，他们在回顾自己中学时代的学习生活时，也特别指出，考试获得高分的诀窍，在于在考前学习中掌握科学的学习方法和科学的复习方法。他们中间甚至有人会这样认为：我并不比谁更勤奋，也不比谁更聪明，只不过我掌握了知道怎样学习的好方法。可见，好学生一定会有好的学习方法。

既然学习方法如此重要，那么，到哪里才能找到适合自己的学习好方法呢？

《精华学习法》丛书正是为了使广大同学掌握科学的学习方法而编写的。该丛书由一批热衷于学习方法研究的学者与专家，在总结了全国 196 所著名的重点中学教学的成功经验、综合了大量科研成果的基础上编写而成的，是一套面向广大学生、探讨科学的学习方法的最新专著。

这套丛书观点新颖，体例活泼，例题指向性明确，方法简练易学，是集科学性、启发性、实用性、权威性于一体、易学、易懂的真正受广大学生欢迎的好书。事实上，本书在正式出版之前，就已经受到了广大同学的欢迎，很多学校已经将本书的初稿印发给学生，使大家在学习中收益匪浅。这套丛书贴近学生的学习生活，特别是贴近新型的中考和高考，能够有效地指导学生拓宽思路，将所学知识融会贯通，从而高效率地学习，收到

事半功倍之奇效。

春华秋实，桃李芬芳。今日莘莘学子，必是明日国家之栋梁。不过，千里之行当从足下始。掌握好方法，学会新本领，才能为你未来的人生筑下坚实的基础。请记住：学习一定有方法，高分一定有诀窍。

晨曦博士

“学生高效学习法”课题组

2002年8月28日于北京