



中学生助学读物优秀读本

优秀中学生 学习方法

要知道的

YOUXIU ZHONGXUESHENG
YAO ZHIDAO DE
XUEXI FANGFA

好方法决定好成绩

让孩子拥有
高效的学习方法

好方法是优秀中学生的成功密码，
好成绩成就美好未来！

针对各门课程的不同学习方法，
一看就明白，一用就有效！

每个人都能很好的学习，学习成绩的好坏的关键
就是你的学习方法，好方法可以使效果事半功倍。
——阿尔伯特·爱因斯坦

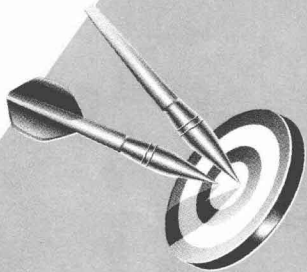
学生必读·家长必备

代滢 ◎ 编著



学习型中国·读书工程教研中心
香港东方教育研究院
联合推荐

蓝天出版社



优秀中学生 学习方法

要知道的

好方法决定好成绩

代滢◎编著

蓝天出版社

图书在版编目（CIP）数据

优秀中学生要知道的学习方法 / 代滢编著. — 北京：
蓝天出版社，2009.11

ISBN 978-7-5094-0281-8

I. ①优… II. ①代… III. ①中学生—学生方法
IV. ①G632.46

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第213537号

出版发行：蓝天出版社

社 址：北京市复兴路14号

邮政编码：100843

电 话：010-66983784 66983715

经 销：各地新华书店经销

印 刷：北京佳明伟业印务有限公司

开 本：787×1092毫米 1/16

字 数：300千字

印 张：13

印 数：6000册

版 次：2010年1月第1版

印 次：2010年1月北京第1次印刷

定 价：19.80元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社市场营销部调换

前言 PREFACE



学习是一个不断充实自己、不断攀登知识高峰的旅程，每一个中学生都面临升学压力。成为班级乃至全校的学习尖子，考入理想的大学，是每一位中学生的奋斗目标。

同时，学习也应成为一件快乐的事，只有乐在其中，发自内心，效果才会好。但是许多同学在学习上都存在各种各样的困惑，有些人甚至觉得自己不是读书的料。他们怎么也弄不明白，为什么自己很努力，成绩却总跟不上别人？而有些人并不整天待在教室里学习，可是成绩总是很不错。你是不是也存在类似的困惑呀？其实，之所以会有这样的差别，很大程度上在于自己没有掌握好的学习方法。

现代社会知识剧增，更新加速，向中学生们提出了越来越严格、越来越多样化的要求。“铁杵磨绣针，功到自然成”的学习方式，已经无法适应现代教育模式。在今后的学习中，学习的成效绝不仅仅取决于勤奋、刻苦、努力，也不单纯跟花费的时间、精力成正比，更主要的是要有更好的学习方法和更高的学习效率。

效率从何而来？爱因斯坦的公式“ $W = X + Y + Z$ ”给了我们有益的启示。这里，W代表成功，X代表勤奋，Z代表不浪费时间、少说废话，Y代表方法。方法对勤奋和惜时的效果起着增量或抵消的作用，只有掌握科学的学习方法才能保证学习的成功。

掌握科学的学习方法，是提高学习能力的重要环节。有人曾做过这样的比喻：一个猎人到森林里去打猎，要准备猎枪和干粮，二者缺一不可。如果一个学生只知道积蓄知识，而不懂得掌握获得知识的方法，那么，他走上工作岗位后就像只带干粮没带猎枪的猎人走进森林一样。没有猎枪，干粮带得再多，也会很快消耗殆尽。如果有一支猎枪，并能运用自如，还愁打不着猎物吗？这个比喻意味深长，它说明了掌握学习方法的重要性。

为了帮助同学们培养学习兴趣，轻松地提高学习效率，本书试着和学生们探讨各种学习方法以及介绍学习经验，并充分给予读者重新检视及面对自己的学习方法的机会。深刻理解和切实掌握这些方法，你的学习效率一定会大大提高，学习成绩也会有一个新的飞跃。



目录 Contents



第一章 享受学习过程

科学预习法·····	002
课堂听讲法·····	005
笔记学习法·····	007
高效复习法·····	009
作业练习法·····	011

第二章 语文学习19法

语文记诵法·····	014
抓住课文关键字·····	016
抄写学习法·····	018
语文词汇学习法·····	020
文学常识学习法·····	022
读书笔记新记法·····	025
语文鸟瞰预习法·····	027
语文复习七步法·····	028
说话能力培养法·····	031

目 录

CONTENTS

听力培养法.....	032
古文今译六字法.....	034
“三偷”范文阅读法.....	036
写作四种基本法.....	038
立意新技法.....	040
修改新技法.....	042
剪报练笔法.....	044
看图作文法.....	046
卡片作文法.....	048
破题新解作文法.....	050

第三章 数学学习20法

数学学习总法.....	054
巧学数学概念.....	056
数学定理学习法.....	058
利用课本目录.....	060
学做数学日记.....	062
做好数学笔记.....	064
联系实际学数学.....	066
多做多想做题法.....	067
推理能力学习法.....	069

目 录

CONTENTS

空间想象能力法·····	071
数学学习例题法·····	072
快准协调学习法·····	073
攻克数学难题法·····	074
先抄后算做题法·····	076
应用题解题表·····	077
写作思路解题法·····	078
逆向思维解题法·····	080
空间问题平面法·····	081
多法破解判断题·····	083
“四化”复习法·····	085

第四章 英语学习12法

另类记单词法·····	088
利用中文学英语·····	090
最清醒时记英语·····	092
抓住工具书不放·····	094
用口诀学语法·····	096
听录音带的讲究·····	098
解惑英语广播·····	100
读笑话学英语·····	102

目 录

CONTENTS

用“脱口秀”练口语·····	104
天天读天天记·····	105
听力题预测法·····	106
照题查阅法·····	108

第五章 物理学习10法

物理概念学习法·····	110
物理定律学习法·····	112
物理公式学习法·····	114
阅读物理课本要诀·····	116
不可忽略例题·····	118
受力分析的步骤·····	120
静摩擦力求解法·····	122
识别电路的方法·····	123
每天做三道难题·····	125
考试之前不离课本·····	127

第六章 化学学习8法

化学计算法·····	130
化学记忆法·····	132
化学观察法·····	134

目 录

CONTENTS

巧记化学元素·····	136
区分化学反应记忆法·····	138
细读化学课本·····	140
寻找线索联系法·····	142
化学学习“四步曲”·····	144

第七章 生物学习7法

分类记忆法·····	148
插图学习法·····	149
生物观察法·····	151
标本学习法·····	153
系统复习法·····	155
生物课本“三读法”·····	156
上课多记下课多问·····	158

第八章 历史学习8法

历史特征记忆法·····	160
切入性思维法·····	163
求异性思维法·····	164
提炼性思维法·····	166
善于分解法·····	167

目 录

CONTENTS

历史线索法·····	169
历史评价法·····	171
“三限”考试训练法·····	173

第九章 地理学习5法

地图学习法·····	176
记忆地名学习法·····	178
融通知识与原理学习法·····	180
地图运用能力法·····	181
感性知识学习法·····	183

第十章 政治学习5法

寻觅规律法·····	186
分析综合法·····	187
理解概念法·····	189
政治表述能力法·····	190
对比异同法·····	191

第一章 享受学习过程

科学预习法

课堂听讲法

笔记学习法

高效复习法

作业练习法

优秀

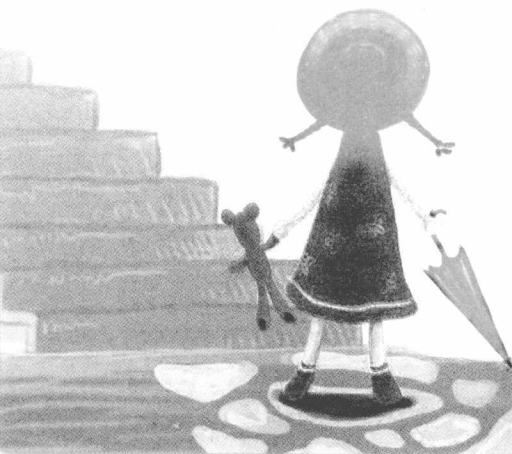
中

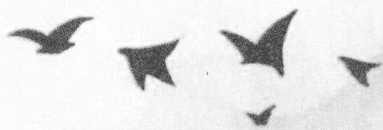
学

生



要知道的学习方法





科学预习法



很多老师都赞扬一班的学生学习态度积极，每次上课，学生们都争先恐后地提出问题，课堂气氛非常活跃。

但是有一个学生是例外的，他叫林夏天。他也是一个勤奋好学的同学，但是上课的时候，总是默默无闻，很少主动提出问题。

林夏天自己也非常纳闷，他想：“我和同学们一样都非常认真的预习，可是同学们上课时总能提出很多问题，我怎么就提不出来呢？”

于是，他找到了老师咨询，老师笑着说：“预习确实很重要，但预习也要有方法，下面老师就具体给你说一说怎样合理地进行预习吧。”

老师接着说：“兵书上讲‘知己知彼，百战不殆’，上课也应该像打仗一样，要对课上所学的东西做到心中有数，才能取得学习上的主动权。做到这一点最好的办法就是课前进行科学的预习。所谓科学预习就是要在巩固旧有知识的基础上，积极探索新知识，发现疑问，以做到心中有数，为进行新一轮的学习而准备。预习的最大好处是有助于





形成学习的良性循环。预习使你变得积极主动，而只有站在主动进攻位置上的人才容易打胜仗。可见，只要抓住了预习，就抓住了提高的关键。”

“我也知道预习很重要，而我每天晚上都会对将要上的新课进行预习，但是，到了上课的时候，又觉得没有什么问题可以问，这到底是什么原因呢？”

“这只能说明你的预习方法有点偏差，别着急，听我慢慢说来。”老师接着说出了一番道理，林夏天听着，不时地点头。

好的预习等于成功的一半。预习就掌握了课堂学习的主动权，提高了课堂学习的效率，加深了对所学知识的理解，培养了自学能力。

每一种学习方法都是可以总结出一定的经验来的，预习也不例外。

成功预习的秘诀可以用四个字概括：读、画、写、记。

读，即课前预读，也就是阅读新课教材及参考资料，必要时还需要阅读与新课有关的学过的课文，有针对性地复习新课学习可能涉及的旧课知识。

画，即阅读时对课文中有关规定、定理和重点圈点画线，或者是在眉批、分段落，必要时还需要在一个专用的练习本上写写画画。特别是预习理科教材，阅读时准备好一支笔和一个练习本是很有必要的。

每次阅读时可用颜色不同的笔加以勾画，这样有利于区别阅读的层次，一次次地阅读，由于颜色不同，会代表不同的见解和意义，使理解步步深入。

写，即写预习笔记。根据不同的学习内容，不同的学习要求，以及个人可自由支配的时间多少，预习笔记的书写有不同的要求。

最简单的预习笔记可以只写出本节课文的重点和难点，个人的初步





见解，以及阅读中提出的疑难问题。所以对一些比较简单的课文预习，或是在学习时间比较紧张时的课文预习，可以只完成“读”和“画”两步程序，而不用写预习笔记。因为通常在“画”的过程中，已经勾画出课文的重点、难点、个人的见解及对问题的质疑。

记，即预习的最后阶段对新课重点知识进行记忆。如重要的词、句和段落，重要的概念、定理和结论，要求能基本记住。

在阅读记忆中，尽量把新课知识与已学过的旧知识建立联系，也就是前面说的预习时应先复习有关的旧知识。这样不仅为新课学习做好了知识准备，有利于对新知识的理解，而且记忆起来也容易多了。对于一些相似的新旧知识，譬如相似的概念、相似的词句、相似的公式、相似的名称、相似的实验和物质相似的性质等等，可采用对比的方法理解和记忆。这种让新知识植根于旧知识的生长点上的预习，会使头脑中形成的“初步印象”更深刻。



课堂听讲法

在学习中，常常有不少的内外因素干扰，使我们难以集中精力学习。良好的环境固然重要，但这不是解决问题的根本办法，有些客观条件是我们所不能改变的。因此，掌握“闹中取静”的本领更加重要。

小天 and 英子是同班同学，又是隔壁邻居，但是他们两个的成绩却有天壤之别。英子喜欢玩，只要你看到她，一准她在那玩。小天心里纳闷：为什么我学习这么刻苦，却没英子学习好呢？

到底有什么秘诀呢？小天终于沉不住气了。这天，他主动跟英子一块回家。快到家的时候，他说：“我可以问你一个问题吗？”

“怎么啦？”英子对着小天微笑着。

“你的成绩一直很好，难道没有什么秘诀吗？”

“我学习努力啊！”英子笑着说。

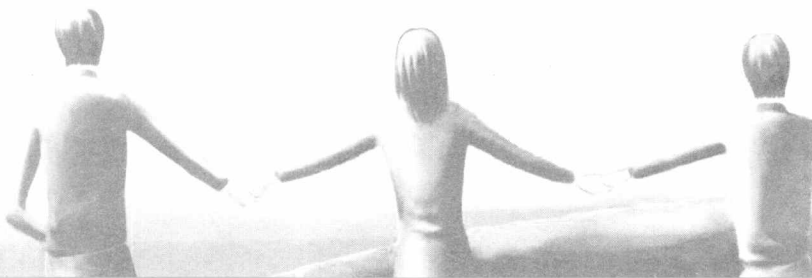
“有些人比你更努力用功，但是成绩还是不如你好。”

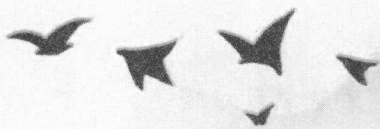
英子想了一会儿，说：“你真的想知道我的秘诀？那好吧，明天上课时，不要分神，好好的注意看我，知道了吗？”

小天觉得莫名其妙，但还是点点头。

英子在上课时，一直没有看过小天一眼，只是专心地听老师上课。

在上语文、数学、物理、英语课时，英子的态度和表情依然没有太大的变化，好像整个教室只有她自己和老师，周围的一切都不存在了。





只有在老师讲笑话时，她才露出浅浅的微笑。

刹那间小天想通了：“没错！就是集中注意力！英子在念书时，从来不为别人的事情打动，她总是全神贯注，绝不会胡思乱想。这就是她要告诉我的秘诀吧，其实我应该早点知道的啊！”

小天想着，很开心地笑了。

认真听讲是取得好成绩的法宝，克服上课分心是认真的关键所在。不仅如此，上课还要带着问题听课。

1981年，清华大学举行出国研究生考试，夺魁者六门科目总分突破500分。外语成绩超过了清华大学本校的外语尖子，获得留美研究生资格。

他叫范明顺，武汉电子学院的学生，当时21岁。他不是专家、教授的后代，只是一个土生土长的农村娃。在入大学的摸底考试中，他的外语成绩为0分，其余科目成绩也不太理想，他是怎样取得惊人进步的呢？主要经验之一，就是他总是主动也带着问题听课。

这种方法适用于授新课、综合课。上课前要认真预习，阅读教材，把不懂的问题记下来。这样，上课老师讲些什么，哪些自己已知了，哪些需要弄个明白，做到了心中有数。上课时，听讲就有了针对性，已经明白的问题，等于复习一次。到自己不明白的问题，就听得格外仔细、认真。

这样做，听课没有负担，效率反而很高，何乐而不为呢？

