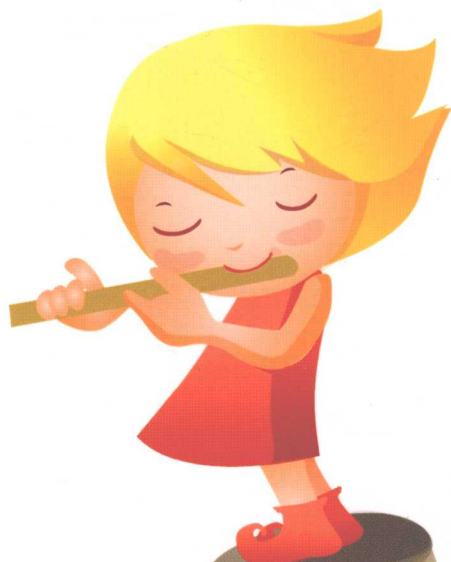




向课堂要成绩

上课听讲有方法

陈文龙/著



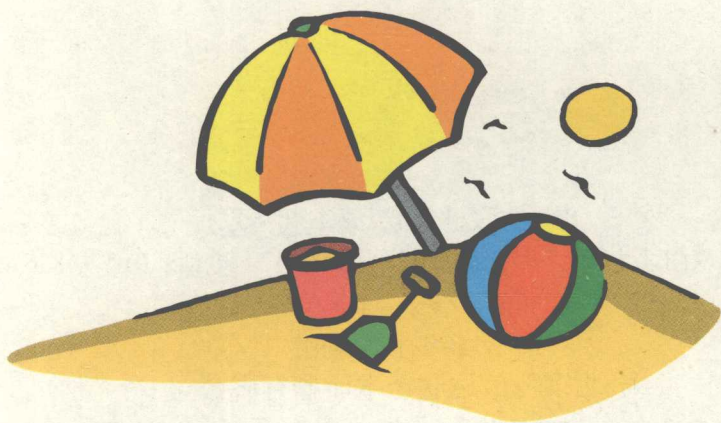
中国大百科全书出版社



向课堂要成绩

——上课听讲有方法

陈文龙/著



中国大百科全书出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

向课堂要成绩/陈文龙著. —北京: 中国大百科全书出版社, 2009. 9
(助你学习好)

ISBN 978 - 7 - 5000 - 8075 - 6

I. 向… II. 陈… III. 中小学—学习方法 IV. G632.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 029691 号

丛书主编: 石 恢 陈 琦

选题策划: 陈 琦

责任编辑: 刘 浪

责任印制: 魏 婷

封面设计: 润煜设计

中国大百科全书出版社出版发行

(北京阜成门北大街 17 号 邮政编码: 100037 电话: 010 - 68363660)

[http: //www. ecph. com. cn](http://www.ecph.com.cn)

新华书店经销

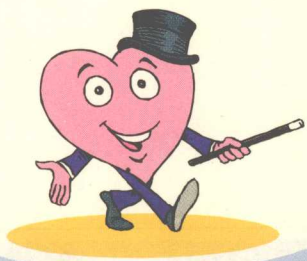
北京佳信达欣艺术印刷有限公司

开本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16 印张: 9.25 字数: 118 千字

2009 年 3 月第 1 版 2009 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5000 - 8075 - 6

定价: 19.80 元



做学习的主人

人会学习。

动物只能靠本能。小鸭子只能和鸭子妈妈一个样。

人靠学习，把前人掌握的知识学到手，再有所前进。
人就可以一代胜过一代。

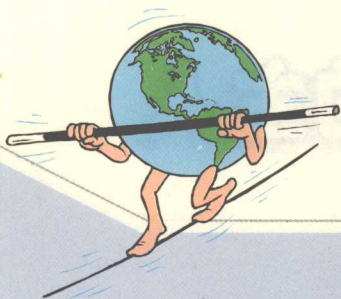
进入文明社会以来，人类积累的知识太多了。因此就要有学校，有教材，有老师，帮助青少年在短短十几年中掌握人类几千年积累的基本知识。打好了这个基础，或者可以进入高一级的学校继续深造，或者进入社会拼搏。

这个任务太艰巨了。所以许多同学学得很苦。许多人也在提倡刻苦学习。

但是，实际上我们的同龄人中也有人学得轻松一点，学得效率高一点，成绩好一点。

人们说，这样的同学聪明。

这种聪明也是可以学的。



有了正确的学习态度、正确的学习方法，我们也可以做到更容易抓住重点，更不容易忘记，更容易理解，更容易运用，更不容易因为粗心而丢分。

为了这个目的，我们编了这一套小书。希望读过这套书的年轻朋友可以成为学习的主人，更加自如地学习，更加快乐地学习，取得更好的学习成绩。

有了这一套学习的本领，养成习惯，即使在离开学校之后，也可以不断发现自己需要学习的内容，更多地掌握自己需要的知识，永远进步更快，终身受用。

祝你学习好。

余心言

2009.3.5

目录

CONTENTS

引言 抓住课堂环节，提高学习质量

课堂是同学们获取知识的主要途径，它对于同学们的学习有着非常重要的作用和意义。新课程改革提出了新的教学理念，过去那种传统的学习模式亟需改变。面对这种情形，同学们必须做出调整，在新的要求下以新的策略来迎接新的课堂。

1	课堂是学习知识的重要场所	2
2	新课程，新理念，新课堂	4
3	新课堂需要学生“面面俱到”	7

第一章 课前准备好，课堂才能效率高

俗话说：“不打无准备之仗。”充分的准备是成功的坚实保障，听课也是如此。做好充分的课前准备工作，对于提高听课效率有着非常重要的意义。

1	情绪准备是前提	12
	链接：调整情绪的几种方法	14
2	身体准备别忽视	16
	链接：如何合理安排课间休息	18
3	物质准备要齐全	20
4	知识准备是关键	22

第二章 好成绩是“听”出来的

听讲是课堂学习的关键和核心。那么，同学们在课堂应该怎样听讲呢？又该听些什么？如何在听讲过程中养成好的习惯呢？

1	听不好，学不好	26
2	听好讲课有诀窍	30
	链接：如何抓住课堂重点	34
3	听什么，大有讲究	36
	链接：如何跟上老师的思路	39
4	听课习惯决定听课质量	41
5	听出方法是目标	44
6	“个性”听课很重要	47
	附录：听讲十忌	49

第三章 跟着老师“走”

不同的老师有不同的讲课风格：有的讲课如天马行空，同学们听得酣畅淋漓但却不知所以；有的讲起课来滔滔不绝，根本不给同学们喘息的机会；有的上课只是引导启发，将方法和结果都留给同学们自己去思考；有的每节课都要点名提问，让许多同学战战兢兢，惶恐不安……面对众多风格迥异的老师，同学们应该如何去适应他们呢？

1	如何适应不同风格的老师	52
2	适应“天马行空”型老师	55
3	适应“滔滔不绝”型老师	57
4	适应“引而不发”型老师	59
5	适应“防不胜防”型老师	61

第四章 任它什么课，一堂不放过

按照课程的主要目标和实施形式，我们可以将其分为各种不同的类型。每种课型都有它们各自的特点，也都有非常明确的目标要求。面对不同类型的课程，同学们有必要选择

不同的听课方法，以便取得更好的听课效果。

1	课型不同，听法不同	64
2	怎样上好写作课	66
3	怎样上好古文课	69
4	怎样上好听力课	72
5	怎样上好实验课	76
6	怎样上好观察课	78
7	怎样上好习题课	81

第五章 动动手，轻松掌握知识

“好记性不如烂笔头。”课堂笔记不仅能加深同学们对课堂内容的理解和记忆，还可以帮助同学们更好地抓住知识脉络，形成知识体系。那么，课堂笔记都该记些什么呢？有哪些常用记法？如何处理课堂上听讲与记笔记的关系？

1	为什么要记课堂笔记	84
2	怎样记好课堂笔记	87
	链接：如何提高课堂笔记的记录速度	89
3	有所记，有所不记	91
	链接：课堂笔记常用记法	95
4	好习惯成全好笔记	99
	链接：如何整理课堂笔记	101

第六章 注重课堂学习品质的培养

课堂学习是一项综合性的工程，除了要认真听讲和记好笔记，还需要一些好的学习品质来支撑。那么，在课堂学习中，同学们需要重点培养哪些好的学习品质呢？又该怎么培养？这些课堂学习品质对于同学们的学习有着怎样的积极意义？弄清这些问题，将会使课堂效率得到大幅度提升。

1	课前要预习	104
2	课上勤思考	108
	链接：如何进行“超前思考，比较听课”	111
3	常开口，多发言	113

4	链接：如何提高口语表达能力	116
5	当堂知识，当堂理解	119
5	做好课堂练习	122

第七章 课堂学习不专心怎么办

在课堂学习中，听课是非常重要的一个环节。可是，由于这样或那样的原因，同学们在课堂上总是不可避免地会出现一些影响听课效率的问题，诸如无端走神、打瞌睡、焦虑等。那么，影响听课效率的因素究竟都有哪些呢？面对这样的状况，同学们又该采取什么样的方法来予以克服呢？

1	是什么影响了听课效率	126
2	上课走神怎么办	129
3	怎样防止上课打瞌睡	133
4	如何克服课堂焦虑	136

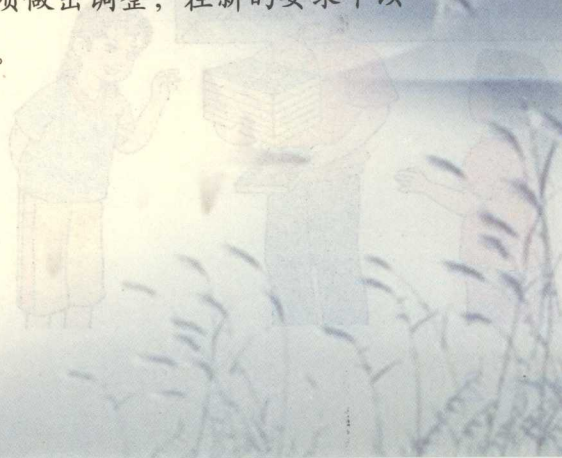
	结语	139
--	----	-----

引言

抓住课堂环节， 提高学习质量

向 课 堂 要 成 绩 —— 上 课 听 讲 有 方 法

课堂是同学们获取知识的主要途径，它对于同学们的学习有着非常重要的作用和意义。新课程改革提出了新的教学理念，过去那种传统的学习模式亟需改变。面对这种情形，同学们必须做出调整，在新的要求下以新的策略来迎接新的课堂。





课堂是学习知识的重要场所

对于同学们来说，课堂是大家接受老师指导、掌握知识的重要途径。能否有效抓住课堂，最大化吸收课堂上老师讲解的内容，将直接关系到大家的知识吸收和能力拓展。

（1）课堂是同学们获取知识的主要场所。

学生时代是人生的黄金时代。在这个阶段里，大家的大部分宝贵光阴都是在课堂上度过的。按每周5天，每天上6节课计算，一学期20周要上600节课，这样一年就要上1200节课。有些学校还有“培优课”、“辅导课”、“活动课”等，因此实际上课节数可能还要多。

短短的一堂课里，老师要讲的内容可能非常多，涵盖了各种知识，从天文地理、艺术人文到为人处事、性格情操。同学们获得的知识与课堂上老师的讲授和言传身教有着密切的关系。

（2）课堂是同学们探究知识的主要场所。

在课堂上，大家不仅要接受大量的现有知识，更要去探究获得知识的方法。比如在学习几何图形的周长、面积的计算时，大家除了要掌握求图形的周长、面积的公式，还要在老师的引导和帮助下探究这些公式是如何得出的，以及为什么要这样计算等。这是大家发展智力、提高自主学习能力的重要途径。



(3) 课堂是同学们全面发展的主要场所。

瑞士教育家裴斯泰洛齐说过：“为人在世，可贵者在于发展，在于发展个人天赋的内在的力量。”同学们在课堂上通过训练，在老师的引导下发展各方面的能力，使书本知识与实际生活联系起来，这是大家迈向人生辉煌的重要一步。

要想实现教学目标，课堂是关键。一般来说，老师都拥有丰富的经验和专业知识，而且常常讲些书本以外的知识，包括教给同学们怎样去学习知识和发展自己的能力。没有老师在课堂上的授课和指导，大家学习的困难就会大大增加，甚至学不下去。作为学生，大家一定要抓住课堂这个学习的主要场所，实现老师教学的最终目的。



学习感悟

课堂是我们获取知识、探究知识、全面发展的主要场所。



专家建议

课堂抓不好，学习就难搞好。同学们以后可要认真听老师讲课哦！



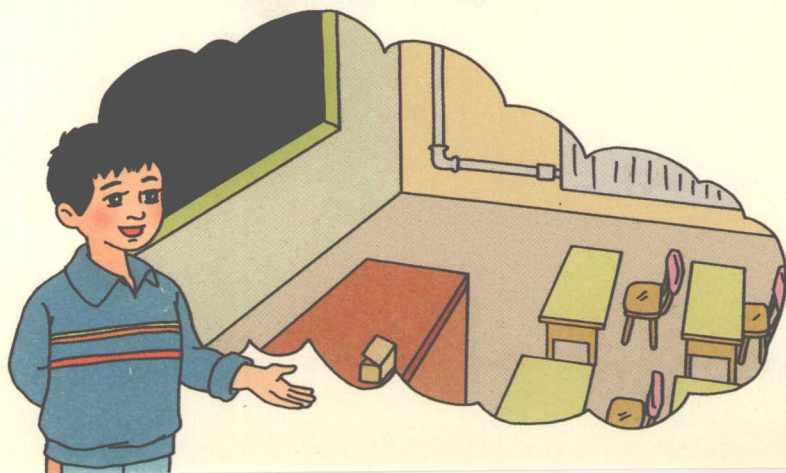
新课程，新理念，新课堂

创新能力已经成为一个民族是否具有竞争能力，是否能够立于不败之地的关键。为了适应社会发展，我国进行了新一轮的基础课程改革，并颁布了《国家基础教育课程改革指导纲要》。

《国家基础教育课程改革指导纲要》把“以学生发展为本”作为新课程的基本理念，提出“改变过于强调接受学习、死记硬背、机械训练的现状，倡导学生主动参与、乐于研究、勤于动手”，“大力推进信息技术在教学过程中普遍应用，逐步实现教学内容的呈现方式、学生的学习方式，以及教学过程中师生互动方式的变革”。新课程指导纲要突破了以往历次教学改革的模式，从变革老师教的方式转为变革学生学的方式。

改变学生学的方式，就是要转变目前同学们总是被动、单一的学习方式，让同学们成为学习的主人，培养大家的创新意识和实践能力。这就需要提倡自主、实践、探索、合作的学习方式。

新课改呼唤新课堂，实施新课程必须更新课堂教学。



新课程究竟需要什么样的新课堂呢？

（1）以同学们为主体的课堂。

新课堂首先是学生的，同学们要改变脑海中固有的课堂模式，明白新旧课程的区别，了解新课堂模式、新教学模式、新学习方式和新课程的作业模式，能理解老师在课堂上的教学情境和设计意图，从而进行有效的思维，积极参与到课堂教学中来。

在新课堂上，同学们应该自主学习，改变原来课堂中学生只需要把老师讲的每一句话都记住，然后经过反复做题、模仿，进而掌握知识的旧模式，使自己真正成为课堂的主体。

（2）充溢着活力的课堂。

在课堂上，同学们要充分调动起学习的情趣，积极营造和谐的学习氛围，想学、要学、乐学，充分激发学习的欲望，引发学习的兴趣，点燃思维的火花，尽可能积极主动地去提出问题，相互讨论、合作，并在实验中论证所得结论。

（3）促进同学们全面发展的课堂。

新课程改革的核心理念就是“一切为了每一位学生的发展”，它包括智力的发展、能力的发展、思维的发展、思想品德的发展等多方面。因此，同学们要着眼于自己的终身发展，在老师的引导下攀登知识的高峰、情感的高峰、思维的高峰、人格的高峰。

（4）开放性的课堂。

开放是新课程理念之一，也是新课改的一大特色。任何封闭、落后的教育观念都不利于学生健康成长。大家要积极与家庭、学校、社会沟通，善于融合中外文化之精髓，进行各学科知识的渗透、融通和整合性学习。

（5）探究性课堂。

课堂是同学们学习的主阵地，是大家获取知识的主要场所。因而，大家在课堂上要充分调动起学习的主动性，在老师的引导下进行自主、合作、探究性学习。

“思考即是想”，只有自己动脑筋去想才能真正理解所学知识，促进思维的发展。同学们应根据老师提出的问题和创设问题的情境去思考、动手，充分感知所学内容；要有问题意识，探求解决问题的方法，培养自己解决问题的独立和创新能力。另外，大家在上课时要敢于表达出自己的不同观点，并就此在课堂上演说，发表自己的看法、见解；或就某一方面的疑问展开讨论、争辩，使课堂充溢

着浓浓的探究气氛。

新课堂以同学们的发展为本，同学们的角色要从被动接受者转变成主动参与者、探究者，学习方式也要从被动接受转变成积极探究、相互合作，成为真正意义上的学习者。



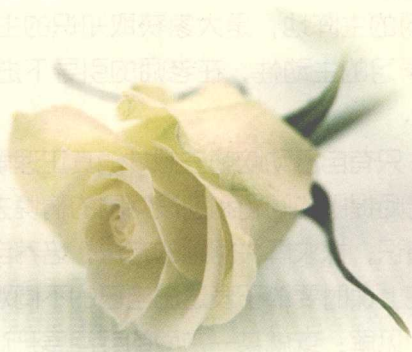
学习感悟

课堂在向着以学生为主体、充满活力、促进学生全面发展、具有开放性和探究性的方向发展，我们应当根据要求来做出调整，以适应新的课堂。



专家建议

同学们要在课堂上多发挥主体作用，记住课堂是你们的，而不是老师的哦！





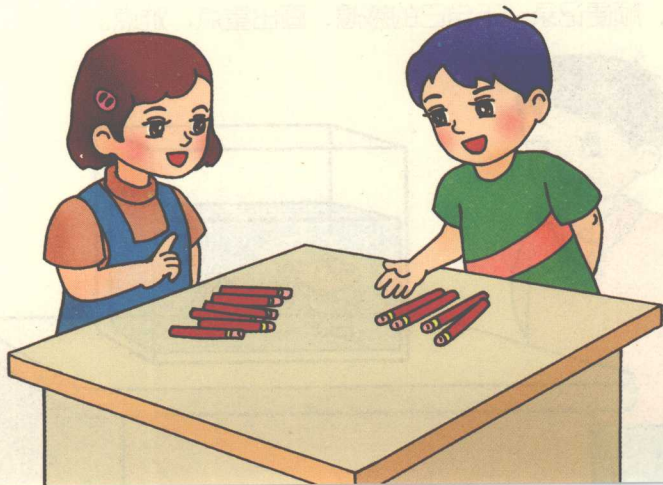
新课堂需要学生“面面俱到”

一位学习成绩非常优秀的同学在谈到自己的成功经验时说：“许多人相信题海战术，以为做遍天下题，就能从容应付考试。我认为这样反而违背了学习知识的本意。其实，学习的关键是理解，只要做到在每一堂课上真正掌握老师教授的内容，不欠账，就能学好功课。每堂课我都是集中全部注意力，做到五到。高效率地听和思考，往往当堂就能理解并掌握所学的内容。”

新课堂要求学生主动积极，全面发展，培养创新意识和实践能力。因此，同学们在课堂上需要改变以往那种“纯听”的做法，而应调动全身多种感官一起参与到听课中来，“面面俱到”。只有这样，听课的效果才会更好，大家的能力也才能发展得更充分。

许多学习优秀的同学在介绍自己的学习经验时，都曾谈到过用“五到”的方法听课。那么，这“五到”究竟是什么呢？

“五到”，即：耳到、眼到、口到、心到、手到。



(1) 耳到。

耳到即耳听。注意听老师的讲授，听同学的回答，听大家的讨论，听老师的答疑。认真听讲是听课中的重中之重，任何一种高效学习都是借助听来实现的，做到聚精会神地听是实现高效课堂学习的重要环节。

(2) 眼到。

眼到即眼看。认真看教材，看必要的参考资料，看老师的表情、手势以及板书、实验演示，还可以看优秀同学的反应等。老师的板书是一节课的主要内容，包括重点、难点知识的推导过程和最后结论，这些是注意点的浓缩。因此，大家要仔细看老师的板书，必要时还要记下来。内容较多时，对板书还要及时看，以免被老师擦掉。课堂上还要注意同学在黑板上的解题板演，看看同学的解题步骤、方法、结果是否和自己的相同以及有何优缺点。

(3) 口到。

口到即口说。复述老师讲述的重点，背诵重要的概念、定理，大声朗诵老师指定的段落，大胆提问，大胆回答老师的问题。

善于提问是听好课的又一个关键，陶行知先生曾说过：“发明千千万，起点是一问。禽兽不如人，过在不会问。智者问得巧，愚者问得笨。人力胜天工，只在每事问。”同学们在课堂上要敢于问，敢于发表自己的见解，在此过程中可以发现自己的问题，以求能够得到及时解决。

(4) 心到。

心到即动脑筋。对接触到的知识进行积极思考。在课堂上听老师讲解知识，“用心”听是十分重要的。听课过程中，思维活动一定要跟上老师的节奏。

(5) 手到。

手到即手写。写老师讲授的重点，抄写有价值的板书。听课时要边听边在教材上圈圈点点，顺便记录一下自己的感想，画出重点、难点。

