

初中生学习方法 与考试指导

李连保 郑青 郭玉英等编著

学苑出版社出版

初中生学习方法与考试指导

李连保 郑 青 郭玉英等编著

学 苑 出 版 社

初中生学习方法与考试指导 李连保 郑青 郭玉英等编著

学苑出版社出版

社址：西四颁赏胡同四号

天津大邱庄印刷厂印刷

新华书店首都发行所发行

开本787×1092 1/32 印张：10.6875 字数：240千字

印数 00001~7200册

1988年11月第1版 1988年11月第1次印刷

ISBN 7-80060-065-3/G·22

定价：3.25元

目 录

第一章 学会怎样学习	(1)
一、几句开头的话	(1)
二、“预算”自己的时间	(4)
(一) 力求合理可行	(4)
(二) 怎样制定计划	(5)
(三) 订了计划就要执行	(9)
(四) 学习情况自我检查表	(11)
三、提高预习的效果	(12)
(一) 补习性预习	(13)
(二) 理解性预习	(13)
(三) 自学性预习	(15)
(四) 在预习时容易出现的问题	(15)
(五) 学习情况自我检查表	(17)
四、从听课中获取最大的收益	(18)
(一) 听课是一种艺术	(19)
(二) 影响听课的因素	(20)
(三) 边听边记笔记	(22)
(四) 改进听课效果的建议	(23)
(五) 学习情况自我检查表	(24)
五、增强记忆力的诀窍	(25)
(一) 检查自己的记忆力	(26)

(二) 增强记忆力的十条法则·····	(30)
(三) 怎样记外语单词·····	(34)
(四) 怎样记地图·····	(36)
(五) 怎样记历史年代·····	(38)
(六) 学习情况自我检查表·····	40)
六、一种风靡全球的学习方法	
——SQ3R学习法·····	(41)
(一) 略读·····	(41)
(二) 提问题·····	(42)
(三) 精读·····	(43)
(四) 摘述·····	(43)
(五) 复习·····	(43)
(六) 学习情况自我检查表·····	(44)
第二章 应考的方法和技巧·····	(46)
一、考试前的准备·····	(47)
(一) 知识准备·····	(47)
综合复习·针对性复习·科学猜题·临场复习	
(二) 身心准备·····	(55)
临场不惧——考前的心理准备·养精蓄锐——保持身体	
的最佳状态	
(三) 环境和物质准备·····	(57)
二、考场内外·····	(57)
(一) 良好的竞技状态·····	(57)
保持自信·考前一夜要睡好·带着轻松愉快的心情进入考场	
(二) 拿到考卷之后·····	(59)
做题顺序·解题过程·全卷复查	
(三) 大规模考试应试技巧·····	(67)

第三章 各学科学习与考试指导	(69)
一、数学	(69)
(一) 初中数学基础知识和基本技能.....	(69)
(二) 初中数学试题的特点.....	(80)
(三) 初中数学试题的基本类型.....	(81)
二、语文	(114)
(一) 初中语文的基础知识.....	(114)
(二) 初中语文命题的特点.....	(120)
(三) 初中语文命题的基本类型.....	(123)
三、英语	(144)
(一) 初中英语的知识结构.....	(144)
(二) 初中英语的命题特点.....	(148)
(三) 初中英语试题的类型.....	(151)
(四) 初中英语的拼写错误.....	(186)
四、物理	(189)
(一) 初中物理基础知识.....	(189)
(二) 初中物理命题的特点.....	(194)
(三) 初中物理命题的类型.....	(197)
五、化学	(222)
(一) 初中化学基础知识和基本技能.....	(222)
(二) 初中化学考试命题的特点.....	(229)
(三) 初中化学试题的基本类型.....	(230)
六、生物	(251)
(一) 初中生物基础知识.....	(251)
(二) 初中生物命题的特点.....	(258)
(三) 初中生物命题的基本类型.....	(260)

七、政治	(272)
(一) 初中政治基础知识	(272)
(二) 初中政治命题的特点	(277)
(三) 初中政治命题的基本类型	(278)
八、历史	(297)
(一) 初中历史基础知识	(297)
(二) 初中历史命题的特点	(300)
(三) 初中历史命题的基本类型	(301)
九、地理	(313)
(一) 初中地理基础知识	(313)
(二) 初中地理命题的特点	(318)
(三) 初中地理命题的基本类型	(319)
后记	(335)

第一章 学会怎样学习

一、几句开头的话

人们的观念总是随着时代的变化而变化的。

在十年动乱以前，人们常挂在嘴边的一句话是：“学好数理化，走遍天下也不怕。”在十年动乱期间，是非颠倒了，黑白混淆了，知识贬值了，于是，人们挂在嘴边的话就成了：“学好数理化，不如有个好爸爸。”

十年动乱之后，人们的思想逐渐解放了，我们的国家在各方面都发生了巨大的变化。人们开始谈论“知识爆炸”、“科技革命”、“信息时代”、“第三次浪潮”等等新的概念，同时，也慢慢悟出了一个道理，要想学会生存，在竞争激烈的社会中立足，仅仅学好数理化是不够的，仅仅有个好爸爸也是无济于事的。那么，我们应该学会什么呢？全世界的许多教育工作者都认为：最有价值的学习是学会怎样学习；最重要的知识是自己掌握的知识。

会背几条定理、会背几首唐诗、会解几道应用题绝没有说明我们已经学会了怎样学习，学会了学习是指我们能主动地吸取知识，在面临新情境时，能够解决新问题。

也许我们有这样的体验，当班上的同学热烈讨论时，我们很难参加进去；当老师把作文本发回来时，老师给我们批了个“文不对题”；当考试结束时，我们感到心里特别慌

乱。如果情况真是这样的话，就说明我们还没有学会怎样学习。

针对同学们在学习中的困难，本书将给大家提供一些有益的参考，使我们能正确地了解自己的学习情况，并为同学们改进自己的学习方法，提供一些建议，使大家能够掌握一些有效学习的技巧。这是本书第一章的主要任务。

提起考试，不管是学习好的学生，还是学习差的学生都觉得十分头痛，分析其原因，除了心理上的压力之外，大多数同学是因为没有掌握考试的技巧，也没有人给予正确的指导。有些人错误地认为，只要多做些题，在考试时说不定就能碰上自己做过的题；还有些人不懂得题目的类型和解答方法，结果所答非所问，最后怀着沮丧的心情走出考场。本书将给大家介绍有关考试的知识，帮助大家从题海里解脱出来，充分发挥出自己的水平。这是本书第二章的主要任务。

在本书的第三章，将为大家介绍怎样学习初中所设的各门学科。

特别要指出的是，在本书第一章各节的后面，我们为大家安排了“学习情况自我检查表”，使大家能够思考、分析自己的学习情况。好了，在阅读全书以前，让我们先对自己的学习情况作一个大致的估计吧。

下面就是一份“学习情况自我检查表”。

请大家根据本表所列的项目，分析自己的学习情况，在适当的选择项目上打“√”号，其中A代表“经常是”、B代表“有时候是”、C代表“从来不是”。选择完以后再计分。如果在下面30个问题中，自己得了26个或26个以上的A，则表示学习情况很好，如果得了20~25个A，则表示学习情况比较好，如果得的A少于20个，则表示学习情况不好，

如果得的C少于3个，其它都是B，则表示学习情况一般
现在就开始吧！

ABC ①我是否愿意学习？

ABC ②当我学习时，能否把注意力集中在预定目标上？

ABC ③当我努力学习时，能否取得更好的成绩？

ABC ④我是否有一些最喜欢的学科？

ABC ⑤我是否能精通自己最喜欢的学科？

ABC ⑥我是否能选择安静的环境学习？

ABC ⑦我是否制定了作息时间表？

ABC ⑧我是否喜欢独立思考？

ABC ⑨在学习一段时间后，我是否会稍微休息一下？

ABC ⑩没人督促，我是否也会努力学习？

ABC ⑪我是否能认真完成教师指定的作业？

ABC ⑫我是否试着了解教师指定这些作业的目的？

ABC ⑬在学习不同学科时，我能否采用不同的学习方法？

ABC ⑭我能否从学习中获得满足？

ABC ⑮在阅读教材时，我能否同时研究课本中的插图？

ABC ⑯我是否做了完整的笔记？

ABC ⑰我是否能把学习内容以大纲的方式加以整理？

ABC ⑱我是否能复习所学过的内容？

ABC ⑲我是否愿意请教老师？

ABC ⑳学习时，我能否避免分心？

ABC ㉑我是否积极参加课堂讨论？

ABC ㉒不管对某一学科有无兴趣，我是否都能努力地学习？

ABC ㉓我是否能专心听讲？

- ABC ②我是否能预习要学的内容？
ABC ③我是否注意培养自己的操作技能？
ABC ④我是否试着将我的全部能力都发挥出来？
ABC ⑤我是否有良好的记忆力？
ABC ⑥我是否有准备地参加考试？
ABC ⑦我是否了解各种题目类型及解答办法？
ABC ⑧我是否愿意学习别人的好经验？

二、“预算”自己的时间

我们当学生的，谁都给自己制订过计划，为自己的时间制订过“预算方案”。比如说，“在做完数学作业后，我就出去打一会儿篮球”，“今天晚上有好电视节目，我得看看，下午就把作业做完”，“睡觉前，我把Lesson 13再听一遍”，“明天又有代数课，我得看看老师该讲什么了”等等。所有这些，都可以算是我们的计划。生活是丰富多彩的，因此，我们的计划也是五花八门的，那么，在“预算”自己的时间时，应考虑哪些因素呢？

（一）力求合理可行

制订自己的学习计划，从时间上分可以有长期计划和短期计划。所谓长期计划一般是指本学期力争达到的具体目标。所谓短期计划，一般是指每周、甚至每天的时间安排。

制定长期计划，就是把握住自己今后的奋斗方向，因此，要在充分了解自己的基础上进行。一般说来，就是要保持自己的优势，弥补自己的不足。在初中阶段，是我们成长的重要的时期，在打好基础的前提下，要注意发展自己的

个性，争取有一技之长。语文、数学和外语是三门基础工具课，许多研究结果表明，学习语言的黄金时间是15岁以前，因此，要特别注意语文和外语的学习。数学是进一步学习理科的工具，也是现代人应具有素质。因此，也要把数学放在重要的地位。

在制定计划时，不仅要考虑自己在智育方面的发展，还要综合考虑自己在其它各方面的成长。

制定短期计划，也是如此，要制订得细而具体，以便保证长期计划得以实现。

一天当中，除了读书、学习之外，还有许多事情要做，除了一些“正事”以外，还应把娱乐、休息、社交等等都列入我们每天、每周的计划之中。

一般说来，我们当学生的除了学习以外，还应该参与各种不同的课外活动，这些课外活动可以是校内的，也可以是校外的。比如：班会、团组织活动、体育活动、睡觉、吃饭、逛书店、看电视、乘车、听广播、做家务等等。所有这些活动在时间的安排上，都要给予适当的考虑。我们应使每天的生活富于变化，干什么事情一般应该有固定的时间和步骤，过一种健康、有规律的生活，这种井井有条的生活是高效率学习的基础。

(二) 怎样制定计划

一般说来，长期计划的制定比较容易，因为我们把握住今后主要的进取方向就行了，关键在于制定好每天的计划、安排好每天的时间，以保证达到预期的目标。

为了能把计划制定得合乎自己的实际情况，我们先要把自己平常生活、学习、工作所用的时间调查一下。可参考下

面的表格。

填写下面的表格时，可先把自己的活动分成十个大类，每个大类再分成几个小类，记下自己每项活动的起止时刻，算出持续时间，填入表内，最好用一些符号表示各项内容。

A. 吃饭（其中a表示正在吃饭、b表示饭后休息）

B. 睡觉（a睡觉）

C. 洗漱（a洗脸、b梳头、c穿衣、d上厕所、e洗澡）

D. 休息（a闲坐、b躺卧、c打盹儿）

E. 自由活动（a玩游戏、b聊天、c看报、d听广播、e看电视、f喝水、g散步、h读杂书、i看电影）

F. 学习（a上课、b自习、c参加课外小组活动、d阅读参考书）

G. 杂事（a家务、b买东西、c整理内务）

H. 运动（a跑步、b打篮球、c踢足球、d其它体育活动）

I. 社交（a来客、b串门）

J. 其它（a聚会、b乘车、c偶然出现的事情）

在填写该表时要注意：

- ①要时刻注意自己的活动，记下起止时间，填入表中；
- ②待一天的活动结束后，第二天抽时间计算出每项活动的持续时间，填入表中。

③把活动时间按活动种类分开，调查分析自己每项活动约用了多少时间，填入下面的“活动时间自我调查合计表”中。

在对自己的活动时间进行调查、分析以后，就可以着手制定每天、每周的学习计划了，一般说来，应遵守下列几项原则：

活动时间自我检查表

[illegible]

活动时间自我调查合计表

活 动		星期一		星期六	星期日	合计
睡 觉						
吃 饭						
上课	上午					
	下午					
课外活动						
娱 乐						
社 交						
聊 天						
休 息						
体育活动						
家 务						
洗 漱						
做 作 业						
读课外书						
自 学						
.....						
其 它						
合 计						

①每种学科每次的学习时间，应限制在45分钟到90分钟为宜；

②在两种学科学习的交替时，应有短时间（4~5分钟）的休息时间；

③在制定计划时，一定要安排娱乐、运动、社交、做家务的时间；

④合理安排预习、复习的时间，当天学习的内容尽量在当天加以复习；预习要安排在离学新内容尽可能近的时间内进行；

⑤避免同一时间内各种活动混合进行的现象；

⑥在安排学习时，最好让文、理科交替进行，避免它们之间的相互影响。

⑦尽量不要改变原来的计划，尽量不对学习计划做大的变动，以便养成良好的习惯。

（三）订了计划就要执行

计划定好了，决心也下了，但是，这决不说明我们能实现自己的目标，因为许多同学没几天就把自己订的计划忘得一千二净，对他们来说，订不订计划没有用。

订了计划不执行，还不如不订计划。当然，我们订的计划并不是不能修改的，由于平时常常出现偶然事情，或当执行一段计划后觉得它确有必要加以修改，因此，某种变更是允许的。不要把计划当成是一成不变的东西，如果我们“为计划而学习”，那就大错特错了。计划是自己订、自己执行的事情，我们是计划的主人，不是计划的奴隶。遇到一些偶然的情况，可以把计划稍加调整。比如说，自己原定上晚睡觉前要完成8道数学题，但下午为准备参加运动会活动量大了一

些，身体太疲劳了，头脑也昏沉沉的，要是现在还要求我们做不完8道题不能睡觉，就毫无意义了。

当然，虽然说计划具有灵活性，原则上仍必须采取不能变更的态度。为了养成良好的学习习惯，原则上不能做例外的事。今天有例外，明天有例外，总是有例外，肯定完不成预定的计划，养不成良好的学习习惯。因此，我们对待学习计划的态度是：不订过高的计划；一旦订了计划，就要坚决执行，如果今天没有完成计划，那么明天一定要把失去的时间追回来。

为了能顺利地执行自己的学习计划，很重要的一点就是要做好学习前的准备工作，如选择合适的学习地点，有良好的身体状况，所需物品一应俱全，使我们一坐下来学习时，就能马上进入角色。应该注意，声音对我们的学习有干扰作用。一般说来，学习时如果旁边响着电视机和收音机的声音，多少总会影响我们读书的效果，使我们不能获得最大的收益。所以，聪明的做法应该是把两种活动的时间错开，学习时就专心学习，听音乐时就尽情享受，这样，我们就可以分别从这两种活动中获取最大的收益了。

有的同学也许习惯于边听音乐边看书，有的同学甚至把收音机的音量放到很大，在这种情况下，我们必须分出一部分精力去应付音乐，代价未免高了些。因此，不论是读书还是思考，最好能避免这类音响的干扰。

把学习所需的物品准备好，是完成学习计划的必要保证。当我们准备学习时，一定要把手头用到的东西准备好，以免中途用到时没有，不得不停止学习到处去找。

下面我们列出一份清单，大家可根据自己的需要加以补充。