

高中学生学习策略与思维方法



[高中学生学习策略与思维方法 下载链接1](#)

著者:凌吟文

出版者:陕西师范大学出版总社

出版时间:2012-1

装帧:平装

isbn:9787561357880

内容简介：

《高中学生学习策略与思维方法》一书，是一本能改变你一生学习方法与思维方法的革命性读本，是作者一生教育教学研究的沉积。本书主要内容有：①、在学科学习策略中，如何制订好学习计划，如何调控“预、听、复、练、总”五个基本学习环节的操作过程。

②、在一般认识过程中，如何提升以思维能力为核心的观察、阅读、理解、推理、记忆、表达、高考应试等学习能力。

③、在学习情感方面，如何优化兴趣、情绪、意志、性格、态度、志向、信念等非智力因素，提高自己对学习过程的调控能力。

④、学点思维科学，学习科学的思维方法，培养创造发明的能力。

⑤、如何积极参与高中的研究性学习。

本书共12万多字，每本书配有一教学光盘。

本书不仅为高中学生提高学习能力所必读，适合普通高中作校本课程教材，也适合师范院校学生和青年教师学习教学法、学习学时作参考读物。

出版：陕西师范大学出版总社

作者：凌吟文（高中物理特级教师、高中数学高级教师，推行和倡导素质教育）

本书书号：ISBN 978-7-5613-5788-0

本书定价：32.00元

摘录：

写在前面

眼下一些学校的教学情况让人担忧，特别是在高中，不少学校，面对高考升学率和一本、二本上线率的压力，师生为学校生存而战，为学校荣誉而战，一年级就提前进入高考临战状态，一星期只休半天假，或一个月才放两天“月假”；教师占用学生自习课、早晚辅导时间以及节假日、寒暑假，无休止地上课，学生在“熟能生巧”的大旗下“被强化”进行题海式的练习，再加上极其频繁的考试（段考、联考、月考、周考，每日一测），并月月更新（有些学校是周周更新）公布的考试排名榜，把学生压得喘不过气来。一些学生精神失常，厌学、退学等现象没少发生，一些学生因不堪重负而跳楼的新闻也不时见诸于报端。

疲于奔命、急功近利的应试教育怎能是学生成才的出路！

德育为先，能力为重，全面发展应该是我们学校教育的宗旨，学习本应是使人快乐而奋进的事。

为促进素质教育，当前的高中课改教材，开辟了如“观察与猜想”、“阅读与思考”等拓展性栏目，增添了如“实习作业”、“课题研究”、“归纳与整理”、“课外读物”等新的内容，这对全面提高学生素质和学习能力都大有裨益。但在各地中学，这些内容常被认为与高考无关，总是跳过去不用的。一些学校所强调的仍然只是面向高考考点死记呆背多做题，培养学生成考试的机器。

学习活动是一个复杂的心理过程，但学习有它自身的规律。学习质量的提高，并不只取决于学习者的天赋和勤奋的程度，还跟学习者的学习动机、学习目标、情感意志、学习基础、思维品质、学习方法、学习的客观环境、身体条件、教师和家长德、才、学、识水平，教师的教学方法等各种主观和客观因素密切相关。学习效果是各种因素综合作用的结果。

学生的常规学习，通常应抓好五个环节：预（预习）、听（听课）、复（复习）、练（练习）、总（总结归纳知识）。光强调多听课、多练习、多考试不行，我向来不看好目前书市中泛滥成灾的各种《高考冲刺套题》、《高考模拟题集》等教辅书刊，中国的中、小学生已经是苦不堪言了。我反对目前这种急功近利的教育现况，我以为，教师应在自己的教学过程中，要多多指导学生学会有目的、有意识地调控自己的学习过程和选用高效的学习方法，并以积极促进思维能力的发展为核心，去全面提高学生的学习能力，使之“学会学习”，能成为“会学习”并富有创新精神的创造性人才。

本人是较早参与学习方法研究和实践的教师，1984年，我就参阅了大量资料，并结合自己在学习和教学过程中的切身体验、以及对《学习学》的研究，曾编写了《学习方法》课纲要，先后用于两届教改实验班的教学，1999年我应邀去北京大学附中湖南分校，又将《学习方法》课纲要修改，编写成《学习策略与思维方法》课讲义，印发给高中一年级学生作校本教程授课之用，取得了明显的成效而受到了学生和家长的欢迎。

实践证明，在学校里，学生不可能也不必要学会所有的知识，但学会一套科学而高效的学习方法，不断提高自己的学习能力，不仅能使学生提高学习效率（学得好且学得轻松），还是可以终身受用的真正财富。

本书主要内容有：①、在学科学习策略中，如何制订好学习计划，如何调控“预、听、复、练、总”五个基本学习环节的操作过程。②、在一般认识过程中，如何发展以思维能力为核心的观察、阅读、理解、推理、记忆、表达、高考应试等学习能力。③、在学习情感方面，如何优化兴趣、情绪、意志、性格、态度、志向、信念等非智力因素，提高自己对学习过程的调控能力。④学点思维科学，学习科学的思维方法，培养创造发明的能力。

应许多学生及其家长的要求，我此次重新修改和充实了该讲义的内容。还联系高中学生的学习实际，增编了一些附录和知识图表，供高中学生学习如何归纳总结知识时模仿和借鉴。为方便学校选择做为校本教程，本人还编制了配套的400多张幻灯片，制成光盘可做教学之用。本书也可做师范类学生和青年教师做参考读物选用。

二、高中时段，重点是要“学会学习，发展思维”。即在这个时段里，要着重学会一套科学而高效的学习方法，极力发展以思维能力为核心的各种学习能力，并打好自己均衡的知识基础，为个人的终身发展奠定基础。

1、达尔文说，“最有价值的知识是关于方法的知识”。《学习与革命》一书中也说，“学校最重要的任务是让学生学习怎样学习和怎样思考。并且认为怎样学习是比学生学习什么更为重要的问题”。

“学会学习”就是要解决怎样学习的问题，而“发展思维”就是要解决怎样思考的问题。大、中、小学生学习都需要掌握一定的学习策略和思维方法，但由于不同时段学生的认知能力和知识的贮存量 and 需求量不同，则他们所要掌握的学习策略和思维方法也有所不同。学习较系统的学习方法和思维科学，对小学和初中生还为时过早，对大学生却为时过晚。高中学生已有一定的知识和能力，并在学习比原来更多、更为复杂的知识与技能，为个人日后参加高考和进入大学的专业化学习以及走入社会的“再学习”做好准备，奠定基础，就不能总寄希望于“勤能补拙”，靠“疲劳战术”、靠苦读加拼命出成果。这就必须要讲究策略，改善方法，发展思维，以促进个人心智的全面发展。所以在高中时段强调“学会学习，发展思维”，最合时宜且最为迫切。

2、“学会学习”就是要学习者掌握和运用科学的学习方法，帮助自己快速提高学习能力，高效率进行学习，从而提高学习质量，并满足终身学习的需要。高中学生“学会学习”，是要掌握一套高中和今后“再学习”都实用的、科学而高效的学习方法，包括如何有目的、有意识地调控学习环节，包括如何预习、听课、复习、练习、记忆、总结归纳知识以及如何寻求帮助等高效的学习方法。

3、思维是指在表象、概念的基础上，进行分析、综合、判断、推理等认识活动的过程。通俗点说，思维就是思考，就是想问题。初中学生想问题做事情常较感性，而高中学生则应强调理性的思维。理性的思维能力是学生各种学习能力（如观察、阅读、理解、推理、表达、注意、记忆、想象、创造等等能力）的核心，是一切智力活动的组织者。为此，要全面提升个人的综合素质包括各项学习能力，就必须学会围绕“发展思维”这个中心，在预习中学会如何独立思考，在听课中学会如何理清思路，在练习中学会如何“重过程、学方法、寻规律”，在复习中学会如何总结归纳知识。同时也学点思维科学，学会分析和综合，归纳与演绎，比较与分类，抽象与概括，系统化和具体化等思维方法。还要努力发展自己的创造性思维。

4、分科与分专业那是大学的事。孩子在高中时段，学的还是为今后发展所必备的基础知识，不可以过早将自己定位为文科生或理科生。一般也不必上什么“理科实验班”，以免偏科，以免厚此薄彼造成个人基础知识结构的缺陷。同时，思维分有形象思维、逻辑思维、灵感思维。思维品质有广阔性、深刻性、独立性、批判性、灵活性、敏捷性、逻辑性、创造性的要求，学文科与学理科，思维方式有所不同，过早分科会造成思维品质的欠缺与消极的思维定势，不利思维能力的全面发展，更不利个人的终身发展。

5、高中学生大都处于15-18岁的年龄段，是多变的青春期。体质将如何变化，心理将如何定型。道德性格将如何发展，都是人生的关键时刻。同时，从初中到高中的学习，无论是所学知识的广度、深度与难度，还是学习方法或策略的转换，都有一个较大的阶梯，需要我们去努力跨越。而当前高考给学生的压力，学校应试教育与素质教育的走向，将深刻影响学生这一切，学生如何在夹缝中求发展，保证道德素质、学习质量的提升和心智的全面发展，事关重要，这都要求我们去认真面对。

作者介绍:

凌吟文

中学数学高级教师、物理特级教师。男，1940年3月出生，汉族，湖南省隆回县人。无党派。1960年毕业于湖南师范学院，先后任教于湖南省隆回县第一中学和北京大学附中湖南分校。自1960年来，教过初、高中数学、物理、计算机、音乐、美术、劳动技术、学习方法等多门课程。历任隆回一中和北京大学附中湖南分校教务主任、教育科学研究室主任。隆回县教育局督导，邵阳市政协委员，湖南省青少年科技辅导员协会理事。1981年、1986年分别被评为湖南省优秀青少年科技辅导员、湖南省优秀青少年科技工作者，1987年被评为全国优秀青少年科技辅导员，1991年被评为湖南省优秀教师。1996年被授予特级教师荣誉称号。1998年获邵阳市科技人员突出贡献奖。

本人曾在1984年就率先提出并推行“全面提高素质，突出发展个性”及“三个课堂（即课堂教学、课外活动、劳技教育）同步发展”的教育改革，在倡导和推行素质教育和教学改革上有诸多创造性成果，还参加湖南省普通中学《劳动技术》课高、初中各册教材的编写，撰稿达30万字；并且多次担任国家、省、市等重点课题实验，均取得重大成果。此外，先后还有“20A轻便可控硅充放电机”、“农田交直流两用黑光灯”、“横波演示仪”、“简便多用三角板”等多项发明与专利。

目录: 引言 为什么要讲究学习策略与思维方法
上篇 高中学生的学习策略

第一讲 要加强学习的计划性
第二讲 认真搞好预习
第三讲 努力提高课堂学习效率
第四讲 提高记课堂笔记的水平
第五讲 掌握课后复习的方法
第六讲 积极提高练习的质量
第六讲附录 练习示例
第七讲 向你推荐替换分析法
第七讲附录 替换分析法应用 (示例)
第八讲 学会利用“条件集中法”解题
第八讲附录 条件集中法解题 (示例)
第九讲 主动进行系统复习与总结
第九讲附录 如何归纳总结知识 (示例)
第十讲 正确对待学业考试
中篇 智力发展与学习能力的培养
第十一讲 努力提高观察能力
第十二讲 努力提高阅读能力
第十三讲 努力提高理解能力
第十三讲附录 如何理解概念和规律 (示例)
第十四讲 努力提高推理能力
第十四讲附录 推理的方法 (示例)
第十五讲 努力提高记忆能力
第十五讲附录 部分记忆方法 (示例)
第十六讲 如何提高表达能力
第十七讲 如何提高高考应考能力
第十八讲 关于非智力因素的培养
下篇 思维科学的学习及创造能力的培养
第十九讲 要重视思维的作用
第二十讲 加强思维能力的培养
第二十一讲 要学点思维科学
第二十二讲 关于创造与创造策略
第二十三讲 如何发展创造性思维
第二十四讲 创造发明方法举例
第二十五讲 积极参与研究性学习
第二十五讲附录 研究性学习课题示例
附录 高中各科的知识网络及解题方法归纳示例
• • • • • [\(收起\)](#)

[高中学生学习策略与思维方法_下载链接1](#)

标签

学习方法

高中学习

思维

策略

高考

个

学习

复古风他

评论

[高中学生学习策略与思维方法_下载链接1](#)

书评

[高中学生学习策略与思维方法_下载链接1](#)