



世上无捷径 成功非偶然

——本报约请我市部分学校高考优胜者谈学习方法

学习一定要有计划

□大竹中学高2017届/邱旭东

天道酬勤。在今年的高考中,我以678分的成绩成为全市理科优胜者,算是交上了一份满意的答卷。下面,我与大家分享自己的学习经验。

首先,学习应制定详实的学习计划。学习计划有大小之分,大的学习计划可以针对一个月、两个月,甚至整个高三;小的学习计划可针对半天或者一天。例如,在高三一诊考试前,我们需要明确自

己的学习目标,清楚每一科应该达到的水平。一诊考试后,我们应该思考自己是否完成了既定目标,并根据考试暴露出来的问题制定下一阶段的学习计划。

在大方向明确以后,小的学习计划也不容忽视。例如,每周星期一,我们可以列出每一个科目的学习任务,并根据其重要性,对不同的学习任务排序。当然,我们随时可能遇到新的学习任务,

但只需稍作调整就好了。同时还应该强调的是,每一个学习任务的完成必须是定时的,要力求提高学习效率,这对我们思维的灵活性以及应试状态的提高都具有重要意义。

除此之外,善于总结,养成做笔记的好习惯也能让人受益匪浅。我们可以尝试从多角度来认识同一道题,然后选出最简便的方法,并反复熟悉。我们也可以将许多题汇总在一起,归纳它们的共同点,从而将这一类题型吃透。当然,这会花费一定的时间,但你也慢慢养成了善于思考的好习惯。



邱旭东

盲目学习不可取

□宣汉中学高2017届/石灵道

2017年高考,我以648分的成绩有幸成为达州市文科优胜者。回顾高中三年,我认为学习来不得半点虚假,要不断归纳总结,随时对知识温习回顾。

对语文,只要碰到不熟悉的成语、容易误用的成语、熟词生义的成语,不论是书上还是资料上的,我都会归纳在一个笔记本上。同时,成语辨析可作为对一个专门的版块进行总结。对待病句,不必刻意去总结什么规律,看看资料书

上的易错提醒,多做多练即可。学习古文,要多读多记,多翻字典,对于不会翻译的字词一定要搞清楚它们的每一层意思及其用法,用一个专门的笔记本归纳。阅读和作文,主要是多看书,看多了,自然就会归纳总结,自然就会下笔成文。

对数学,要做笔记。所记的每个题一定要根据自己能理解的思路写上完整详细的解析,题后面尽量对答题思路

进行归纳。同时,相似的、同一类型的题一定要归纳在一起,总结此类题的方法。同时,尽量多做题,见识各种题型。

对英语,多看、多阅读、多记是最重要的。单词和短语十分重要,尤其是单词,不管是其多重含义、相关短语及用法、派生词、近义词等,尽量多掌握。

文综的历史,要多看书、背书,熟练掌握各种史实,同时注意对课本上的知识举一反三,运用到题中去。注意延伸课外知识,多上网查阅,自己进行归纳总结;政治要把书吃透,反复地背。地理注重多做题,总结各种题型及答题思路,不放过其中隐藏的很多答题点。



石灵道

培养对学科的兴趣

□达州中学高2017届/钟琳

今年高考,我取得了不错的成绩。尤其是政治学科,更是获得了85.5分的高分。这里,我结合自己的经历,谈谈学好政治的几点经验。

第一,培养对政治的兴趣。政治与生活密切相连,如果学进去了,其实是很有趣的事情。比如前段时间韩国的“萨德”事件,就可以用《政治生活》去解

释。学习政治,要跟着老师的思维走,踊跃回答老师的问题,与老师交流学习感受,这样会得到更多学好政治的动力。

第二,养成良好的习惯。每学习一单元后,要形成自己的知识框架,增加对知识的熟练度。同时养成天天背书的习惯,可以给自己订一个目标,带着目的去背,背的时候还要注意内在逻辑联

系,头脑中再现自己理出的知识框架体系。

第三,做题要注意方法。做选择题我一般常用排除法和排异法,这会加大选择题的正确率。在做大题的时候,应当先看设问再看材料,结合材料初步筛选所学知识,从而找到正确答案。

最后,关于日常刷题方面,我认为可以多做一些简单题和中档题,以此增强自信心。题型可以多参考近几年的高考题和部分经典模拟题,不必要过分纠结在难题上,应该多夯实基础。



钟琳

坚持有效率的学习

□达州市高级中学高2017届/陈建华

今年高考,和同学们相比,我取得了较好成绩。如果说有什么学习方法,我认为我在学习时坚持了预习、听课、作业、复习这四个步骤。这四个步骤并不新鲜,关键是很多人没有坚持。就我而言,高中三年,从未间断。

首先是预习。对于基础一般或者较差的同学,提前浏览一下老师将要讲的内容,真的很重要。既然是预习,也难免会出现许多不懂的地方,这时我们可以

拿笔做好标注,以便后面作为重点听讲。其次是专心听课。课堂是老师给学生传授知识的主战场,无疑十分重要。为了在课堂上最高效率地汲取知识,首先要在头天保持充足的睡眠,中午小睡一会儿,这对我来说在整个下午会起到提神的作用。不支持刷题直到凌晨一二点还不睡觉,一些人往往会有种错觉,那就是自以为刷题越多,获得的知识越多,能力越强。实际上并不是,久

而久之我们白天的课堂效率会下降,会得不偿失。

作业和复习,这两个环节是密切结合的。对于作业,我常做的做法是先复习,再做作业,这样可以防止自己的信心受到挫败。做题时总会碰到一些不会的问题,一定要尽快找人请教,不一定是老师,只要不把问题放在那儿就行。作业完成后,我会再复习一遍,这已经是我的第三次复习了,在完成作业后,我会自己找一些课外的题来做,起到强化拓展的目的(前提是一定要先把课内的作业弄透)。至于时间,只能靠我们自己去一点一点挤,身为读书人,我们本就不该有太多想要的念头。



陈建华

学习贵在持之以恒

□宣汉县南坝中学2017届/于源

今年高考,我考了636分。作为一名农村中学学生,能拿到这个分数还算满意。下面,我跟大家说一说我的学习心得。

劳逸结合,合理安排作息时间。夜已经很深了,很多同学还在学习,我个人不大赞同这种做法,因为晚上休息不好,第二天就容易走神。课堂是最重要的,应牢牢抓住。为此,我制定了一个时间表,详细罗列了一天中各个时间段

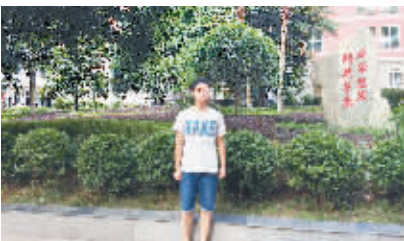
的安排,严格按照时间表执行:该睡觉睡觉,该学习学习,从不轻易更改。渐渐地,我养成了自己的生物钟,对学习也就少了很多懈怠,并持之以恒。

注重预习,紧抓课堂学习。预习是在老师授课前自己先行学习,对老师即将讲授的知识心中有数,这样在听课的过程中才更容易理解老师所讲的知识。我觉得听课不能开小差,也不提倡

将笔记记得满书都是,听课最重要的是跟着老师的思路走,这样才便于掌握自己在预习时不懂的问题。

着力构建知识体系,理清知识脉络。不论是我比较喜欢的物理、数学,还是成绩差强人意的语文,我总是着力去构建知识体系。有了体系,知识才不会零乱,有章法可循。

还有就是,要知道自己的短板在哪里,哪些知识已经掌握,哪些没掌握。这样一来,学习时就可以有的放矢,而不至于手忙脚乱。同时,要多向他人请教,最好不要让疑难问题成为遗留问题。



于源

对学习要充满信心

□达川中学高2017届/周玉祥

今年高考,我取得了639分位居达川区前列的较为理想的成绩。这里,我跟大家分享一些学习方法。

首要的一点,是我们努力培养对学习的学习兴趣。没有兴趣,味同嚼蜡;有了兴趣,如饮甘霖。比如数学吧,我最开始也很讨厌,但我没有放弃,从简单的题入手,成功解出这道题后会有一种成就感,渐渐地就会对数学产生兴趣。

如果确实没有兴趣又想提高数学成绩,最简单的方法就是刷题,做大量题后就会明显提高速度,在常规题上节省出更多时间用于检查或攻克没做出难题。

其次,要有一颗挑战的心,不畏惧难题,到了最后,看到难题就想把它做出来。不管什么学科,都要勇敢面对,如果遇到一点困难就放弃,肯定学不好。

再次,学习心态很重要,提倡该学时要认真学,该玩时可以放松一下,劳逸结合,让紧张的大脑放松一下以迎接接下来的学习。上课时尽量跟着老师的思路走,要理解思路而不是结果,可以在关键之处记下笔记,不必事事记笔记。考试做题时要冷静,千万不能慌,一旦慌乱了,很多会做的题也不会了。

最后我要说的是,信心很重要,要相信自己。相信付出终有收获,相信自己只要踏踏实实学习了,自然就会有收获。



周玉祥

苦过累过才有收获

□大竹县高坝中学高2017届/李慧

今年高考成绩揭晓,得知自己考了599分,作为一名农村中学的学生,我认为我尽力了。初中和高中六年时光,我一直在庙坝中学求学,我热爱这所学校,热爱这里的老师和同学,她让我从一名丑小鸭变成白天鹅,让我完成了自己人生的一次巨大涅槃。

高中三年,我的耳边始终有一个声音在提醒我,如果不好好把握读书的机会,可能会与自己心爱的大学失之交

臂。与其让自己懊悔,不如用奋斗去替代它。为此,除了背水一战,我别无选择。我老老实实,安安静静地过着中学生活,心如止水。旅游,网购,八卦,恋爱……这些同龄人热衷的问题,都被我忍痛抛弃了。我真的是一个能一边娱乐一边学习的人,上大学才是我的梦想,梦想的动力强大得让我踌躇满志跃跃欲试。

高考后,我整理了高三用过的各种复习资料:语文83套,英语52套,数学

65套,文科综合95套,除了文科综合的简答题没有全部做完,其他试卷和套题都用红蓝黑三种颜色的笔记录了很多的笔记及注意事项。4本数学资料书,我从头到尾看了5遍,每一本都写着日期和我的心情;英语的专项练习,阅读做了两大本,完型填空3本,语法及其他单项训练3本;5本历史课本,背了8次;地理的地图剪了满满一本,被我剪成可以装在口袋里的大小……那些日子,我真的想哭,想放弃,但我坚持了下来。

我想说的,除了拼命努力,我不知道还有什么好办法。我不知道,这不算一种方法。



李慧

如何过暑假 请听我们说

——我市部分校长为如何过好暑假支招(一)

一年一度暑假生活开始了,对于学生而言,离开了老师的监督,仿佛进入了自由世界。要么成天睡觉,要么看电视玩手机,真正能管好自己的学生少之又少。难怪不少家长对孩子放假感到头痛:管松了,孩子过分自由散漫,在学校形成的好习惯抛诸脑后,对学习更是避之不及;管紧了,孩子又会形成逆反心理,和家长对着干,甚至产生尖锐矛盾。

作为学生,到底如何才能过一个健康快乐的暑假呢?作为家长,到底该如何正确引导孩子过暑假呢?

自本期开始,本报陆续约请我市部分有经验的校长谈谈他们的看法,希望对读者朋友有所帮助。

总结成败得失 找到前行方向

□通川区一小校长/王仕斌

菱叶紫波新荷芽,春来春去已盛夏。在阵阵蝉鸣中,五彩斑斓的暑假生活开启了,我们该如何度过过一个快乐、健康、丰富多彩而有意义的暑假呢?

总结反思。学贵有疑,小疑则小进,大疑则大进,不疑则不进。经过一个学期的学习,大家有所得也有所失,暑假期间,正好可以静下心来,全面梳理自己的学习过程,总结成败得失。通过反思与总结,认识自己学习过程中的不足与失误,锤炼自己的思维,提高自己的学习水平;通过反思,找到问题所在,查漏补缺,找准自己将来努力的方向,为下学期的学习打下坚实的基础。

合理安排。当我们尽情享受假期之乐时,一定要注意合理安排好假期生活,做到劳逸结合、有张有弛、放松有度。最好拟定一份假期生活计划表,对每日的作息、时间、每周的学习生活目标、休闲娱乐以及参加体育锻炼的项目、时间等,做出明确而又合理的安排,这既便于管理自己,又能够使暑假生活过得有规律有条理。

健康度假。炎炎夏日正午,灼灼火俱燃。暑假生活应该是休闲的、积极的,有益于身心健康的。阅读、练字、锻炼、旅游;参加兴趣小组、参与生活实践等会让我们的暑假生活变得多姿多彩,充实愉快。

暑假正是成长好时机

□通川区二小校长/石强

暑假,作为学生来讲,是一个可以自由发展的时期,要抓住和珍惜时间,针对自己的爱好,一边积极学习,一边参与社会实践。

作为学生,一要学会计划安排,每天什么时间做什么,越详细越好,征求家长同意后,认真执行,培养自己的策划能力和自律意识。

二要多读书,各方面的书籍都要涉猎,弥补课本知识的不足。

三要和家长一起外出看看,行万里路,一边走一边思考一边做记录,增长见识。

四是多和他人做朋友,多和他人交流,在交流中思考,在交流中成长。

五是多做力所能及的家务,提高自己的动手能力和劳动能力,体会劳动的辛苦,回报父母的养育之恩。

六是参加一些公益劳动,比如卖报纸、帮助孤寡老人、到农村劳动等等。

七是认真做好暑假作业,补充一些需要弥补的知识,为下期学习做好准备。

八是学习和生活都要安全第一,一定不能去网吧和游戏厅,出行或者一个人在家,要知晓有哪些安全隐患,遇到怎样防范。

未名湖畔立大志 清华园里筑梦想

——本报小记者暑假北京采风活动答家长问

今年暑假,达州日报社报业旅行社与达州世纪旅行社强强联手,连同达州日报教育周刊,继续组织我市小记者前往北京和北戴河开展采风活动。下面,本报记者就家长关心的相关问题给予答复。

问:参加活动的学生有没有年龄限制?

答:全市各地8岁——18岁的中小学生,均可根据自己的时间报名参加本次活动。

问:家长可以和孩子一同参与吗?

答:本次采风活动纯粹为小记者设计,目的是为了给孩子营造一个独立成长的环境,不允许家长跟随孩子参加活动。

问:小记者出行需要带哪些物品?

答:小记者出行需要带好身份证或户口簿原件(交带队老师统一管理),雨伞、风油精、换洗衣服、洗漱用品及适当零花钱。

问:此次活动费用是多少?

答:本次活动历时8天,共收包括往返卧铺车费、北京旅行车费、门票费、生活费、住宿费、服装费、活动费、保险费在内的各种费用3398元。

问:活动中乘什么交通工具?

答:达州—北京—达州往返为空调硬卧火车,旅游当地及景区区间使用当地空调旅游车(不含各区县至达州的往返交通)

问:活动报名什么时候截止?

答:本次活动将于7月9日、7月19日、8月13日分三批出发,目前第一批即将出发,第二、三批正在接受报名。报名咨询电话:13096198140、13795671968、18048068817、13079051000、13882865817。

问:小记者采风活安全吗?

答:本报开展的小记者活动长达20余年,带队编辑、记者不但

(本报记者 冯尧 王万礼)