

## 提高成绩没有捷径，但有诀窍

在学习的过程中，总会有这样的现象：很多学生看上去很用功，可成绩总是不理想。分析原因之一是，学习习惯不好，学习效率低。同样的时间内，只能掌握别人学到知识的一半，这样怎么能学好呢？

学习虽没有捷径，但有诀窍，不妨一试！

### 一、保证八小时睡眠，学习时全身贯注

每天保证八小时睡眠，晚上不要熬夜，定时就寝。中午坚持午睡。充足的睡眠、饱满的精神，让自己保持最佳学习状态。

玩的时候痛快玩，学的时候认真学。一天到晚伏案苦读，非好习惯。学习到一定程度就得休息、补充能量。学习之余，一定要注意休息。但学习时，一定要全身心地投入，手脑并用，达陶渊明的'虽处闹市，而无车马喧嚣'的境界！

### 二、学习要主动，想方设法使自己对学习产生兴趣

只有积极主动地学习，才能感受到其中的乐趣，才能对学习越发有兴趣。在兴趣的陪伴下，学习不仅变得轻松愉快，而且还能取得很好的学习效果；基础不好的同学，在学习过程中如有不懂的问题，这时，唯一的方法是，向人请教，不懂的地方一定要弄懂，一点一滴地积累，才能进步。

一个聪明的学生一定要千方百计去培养对学习的兴趣，使自己对所学的学科产生迷恋。

### 三、通过检测和重复，找漏洞补漏洞

学生如何自己找学科上的漏洞呢？

上课前预习是很重要的！除了预习，看自己补漏洞的效果如何最好的方式就是检测，多次检测没有问题了，那么这个漏洞就补上了。补漏洞也不是一次、两次就能解决，需要一定的重复。

而且不要轻易放过检测时的每一道错题，考试后，教师逐题分析错题、失分原因——找漏洞；制定切实有效的改进措施——想办法；有针对性地加强专项训练——补漏。从哪里倒下就在哪里爬起来，“错题是个宝，天天少不了，每天都在找，积累为大考。

#### **四、有一种“探求型”的学习态度**

“探求型”的学习态度，就是怀着对新事物的强烈的好奇心，抱着对一切都要试一试（在老师对一个问题作出答案之前，总想自己去解答解答，并把自己的答案和老师的答案加以比较）的态度。自己去尝试-----看自己能不能独立把教材看懂，能不能运用书上的定理把例题解出来，这是一件愉快的事。

在新学期开始时，许多同学往往带着浓厚的兴趣，把新发到手的课本浏览通读一遍，这是一个很好的开始。问题是不要限于“浏览”，而要试着通过自己的钻研，把知识逐项弄通。要树立这样的信念：离开老师的讲述，自己也能把知识弄明白。

要是在经过一番自己的钻研之后，再去听老师的课，你会感到别有一种趣味。

#### **五、注意整理，重视知识的“结构化”**

学习过程中，把各科课本、作业和资料有规律地放在一起。待用时，一看便知在哪。而有的学生查阅某本书时，东找西翻，不见踪影。时间就在忙碌而焦急的寻找中逝去。没有条理的学生不会学得很好。

学会知识的梳理和整合！在每一阶段学习以后，要对知识加以总结、整理，列出结构提纲，把新知识互相衔接起来，使各章节的知识从点到线，从线到面，结成一张“网络”，使自己的大脑对知识有一个清晰的总印象。

## 六、既要“熟能生巧”，又需“温故而知新”

在学习过程中有的学生不愿在已经掌握的知识技能上下功夫，往往以阅读参考书的数量多、做题的数量多为满足。这部分学生不懂得在已经学会的知识和技能上将其纯化、精化、深化，就能融合贯通，就能生长出新的知识和技能来。

重复阅读以前学过的教材，往往会挖掘出更多的“珍宝”。做题也是一样，马虎草率地做三道题，不如认真地做透一道题，不如在一道题中做出三种解法来。

提高学习成绩的诀窍有很多种，平时的习惯和积累很重要，关键还在于坚持，持之以恒才能创造奇迹！

