

高中理综学习漫谈

亲爱的学弟学妹们，你们好！我是 16 届毕业生。在这次高考中，我取得了 689 分的好成绩，其中理综 290 分。理综一直都是高考的拉分科目，也是我倾注大量精力的科目。下面我来说说我学习理综的方法。

学科概况：生物 90 分，较好把握。生物是理综里偏文的学科，我的方法是“在记忆中形成思想，在练习中摸索套路”。生物中确实有许多需要记忆的知识点，但绝不是死记硬背。首先要明确你背的是什么知识，背的准不准，全面不全面。其次，把知识串起来，这需要你有一份详尽清晰的笔记。平时做题时把没见过但需掌握，见过但没掌握的知识补充进去。最后，不仅要掌握知识，更要会答题，从高一就要纠正“扭曲”的思维，走阳关大道。避免在高三出现会却答不对的情况。

化学 100 分，也较好把握。我的方法是“把握书本细节，确保基础牢固”。化学中简单的题无非是单纯考察知识点，比如化学方程式的书写。难题则是对小知识点的考察和大知识点的灵活应用。细小知识点要从书本中获得，学习每节新课后一定要把书本仔细看一遍。做比较难的大题时要敢于用已知解决未知，敢于猜测答案，合理推测。

物理 110 分，是理综中难度较大的一科。我的方法是“把握思想精髓，熟练应用模型”。物理思维是一种很重要的思想，物理题千变万化，我们不可能把每

道题都背下来，必须找出其背后的知识点。可以说物理是理综里知识点最少的科目，因此其对知识的灵活应用要求很高，这时物理模型就是最好的帮手。一定熟练运用模型来解决问题，平时做题不求多，但求每道题你都能抓住核心并能思考出不同的变形，一定记住二级结论，不要认为物理的学习可以脱离笔记，笔记上的知识点都要背下来。

学习规划：大家会在学习过程中不断摸索出学习规划，在这里，我只说说高一的学习计划。高一是一个打基础的阶段，也是接受新鲜思维的最佳时期。首先，我建议每一个高一学生都有自己的错题本，这会是你高三复习的绝佳资料。更重要的是课堂笔记，一定确保你记录的是准确的，否则错误会一直伴你到高考，同时注重笔记的全面性，你可以在以后的学习中不断补充。要经常看书，让基础扎实。其次，可以选择恰当的参考资料，我学习物理时选择了王后雄，其中有很多拓展的知识和方法，对物理思维的培养很有帮助，可以针对个人情况量力学习。在高一，我们是有时间接触一些拔高的东西，但若是高三才接触，就有些不合时宜。最重要的是，一定多问，只要心存疑惑，就去询问老师，千万不要让错误的想法遗留到高三。

最后，希望大家对理综学习充满信心，不论你在任一科上有没有天赋，你都可以学好！加油！

