

我所知道的高中时期的学习与技巧

我学习的方法，其实没有什么特别。

1. 明确自己的方向。

定下一个容易达到但需要努力的目标，并为之不懈奋斗。这就不用赘述了。

2. 掌握良好的学习方法。

(1) 上课认真听讲

老师是我们学习中的指导者。均经验丰富，懂得如何引领我们取得好成绩。我觉得老师教导总比教辅，补课班好听，好用。教辅书的内容有时太难，不适用；而补课班只针对考试内容，会僵化我们的思维，从而导致我们再遇到不同形式时，掉进坑里不能举一反三。

(2) 认真完成作业

完成作业的过程中找出自己的弱点，缺点。

(3) 逐个击破

将这些弱点缺点视为敌人，通过回忆上课时过程，借助参考答案或向老师同学请教等方法，逐步提高自己。不要将疑惑积存 24 小时以上，以防忘记疑惑。

(4) 认真总结考试中的错题（重要）

“错题是个宝贝”——当然谁都不想要太多。

通过错题，我们能发现自己在考试中的发挥水平（并不仅仅是缺点）。有些错题如果在平时作业中出现，你是应该答对的。根据自己情况准备错题本（我没有），尽力弄懂错题中的知识。

下面再谈谈考试。

1. 心态最重要

“冷静，淡定，从容”。“像考试一样写作业，像写作业一样考试。”平和的心态会使体内激素酶等分泌保持较好状态。对待考试中的“软题”应尽力全对，“硬题”，不会做的题尽量拿到得分点。考试的目标是发挥自己的正常水平，不要求超常，但从容的心态是导致超常的催化剂。

答对每一道该答对的题，就是目标，你不会的题，别人一样不会，没必要死抠。

2. 做好考前准备

考的好与考不好没有什么区别，你伤心惋惜甚至愤怒都无济于事，都过去了。伤心愤怒又有什么用呢？（原谅我生性愚钝一直在强调你考不好）。无所谓的，考试决定不了什么，虽说盖茨先生是一个特例，但我们也应该注意到，考试的结果，升入的学校，均无法决定命运。能决定命运的只有自己的信念。

再谈谈生活。

1. 培养多方面兴趣

别一直在学习（尤其是对于学弟学妹你们这样的高才生来说），过多的负担会使我们错过美好的风景。“慢点跑吧，灵魂都跟不上了。”这是古印第安人的话。不要强求什么，让自己快乐最重要。无论是努力，奉献，放纵，享乐，目的都是让我们快乐。培养爱好，第一步微笑，第二步发现与感受。运动，音乐，读书，研究甚至睡觉都是爱好，快乐是不变的真理。（仅个人见解）

2. 培养健康的身体

好身体，好生活，才能快乐。均衡饮食，充足睡眠，及时锻炼，保证稳定的生活习惯，笑对阳光，笑对风雨。注意安全，保护自己。

总结：

“淡定，从容。”

“笑对生活，活在当下。”

感谢学弟学妹的阅读，祝各位身体健康，做真正的自己。