

起早贪黑累够呛成绩上不来

# 提高学习成绩有解决之道

## 问题一 知识体系零散,基础知识不扎实,阶段考试成绩不稳定:

**主要现象:**对某些知识点概念理解不清,习题处理有困难。在后续课程中涉及到此类知识点的相关知识会产生连锁反应,造成进一步的学习困难。如果这种现象持续下去,久而久之,就会象滚雪球一样形成恶性循环,使得学生对学习产生畏难情绪,导致学习成绩下降。

**策略:**自己应该先分析自己。自己对自己最了解,知道自己的学习中哪个环节最薄弱最需要帮助,只要把这个环节打通了剩下的工作就可事半功倍了。

制定学习计划。老师为学生制定好一个有针对性的学习计划,包括时间计划、学习内容和形式等等。因为中学生已经经过了多年的学习过程,有些问题累积的过多,需要系统的来解决,不能只是头疼医头脚疼医脚,只是解决了表面问题,真到综合训练和考试的时候,问题依然存在。

下定决心,努力实施。解决自己沉积的问题,不是一朝一夕的事情,需要有恒心、耐心,切忌耍小聪明,敷衍了事。无论采取什么方案,都要扎扎实实的去做。

## 问题二 平时的作业题都会做,但考试总是考不了高分

**主要现象:**老师在每节课后留的作业都能比较顺利的完成,正确率也比较高,可是一到期中、期末考试的时候,分数就不理想了,平时会做的题也做错了,稍微综合一点的题目也不能拿分。如果长期下去学生学习的自信心就会下降,他们就会怀疑自己的能力,考试时底气就不足,做题犹豫不决,耽误考试宝贵的时间,就会直接导致成绩下降。

**策略:**平常的课后作业、练习的目的是用来巩固、加强所学知识点记忆、理解和运用,并检测对所学知识的掌握情况,一般多为专用知识点练习题目,综合性不是很强。期中、期末考试是阶段检测性考试,是综合考察学生们对本阶段知识的掌握情况,题目中往往会把知识点进行综合,以考察学生对所学知识的运用能力。学生之所以出现这种问题,是因为他们只是对基本知识点达到了理解掌握的层次,还没有达到综合运用的层次,对多个知识点之间的关系没有能够形成知识系统。

另外,学生在平时完成作业的时候,一定要注意时间的控制。不要有拖拉的毛病。因为考试的时候是在有限的时间内独立完成,气氛、心态都和平时有所不同。大家在平时如果对待作业和练习以考试的状态处理,那么在考试的时候就会比较从容自如。

## 问题三 考试前不知道该怎么复习,复习什么

**主要现象:**每次到考试前复习的时候,看着自己的课本或笔记,感觉无从下手,不知道哪些该看、该记、该练,既浪费了时间,也影响了心情。因为没能进行充分的准备,盲目应考,总会给自己造成遗憾。

**策略:**应考也应该做到知己知彼,才能百战不殆。对待每一次的考试,都要认真分析考试目的和重点。期中期末考试属于阶段检测性考试,目的是用来检测学生对本阶段所学知识的掌握情况。所以对于期中期末考试一方面要梳理自己所学知识点掌握的情况、重难点在哪里、典型题目、以往试卷等等,期中期末考试中也不乏一些原题出现。书要学到只剩下目录,也就是对于自己所学内容烂熟于胸,就能把本阶段知识点、重点、难点、典型题目、自己的问题找出来,然后有的放矢,就容易把握复习要点了。

## 问题四 平时见了老师也没有什么问题问,可是老师问的问题总是不会

**主要现象:**每次老师问还有什么问题的时候,自己总感觉没有什么问题。可是看到其他同学问的问题,自己也不明白;而且老师提问的时候,自己也答不上来。长此以往,自己就对知识点理解出现了误区,掌握不好,给后续相关知识的学习造成隐患。

**策略:**造成这种现象的主要原因是知识点的学习不够认真。对于同在一个课堂上听课,因为自己的走神,可能会漏听很多信息,甚至是对这个知识点很关键的信息。这样,对这个知识点的学习就会产生一知半解的情况,好像知道,又不全知道。自己心中就会存在一个误会:这个知识点我掌握了。但是一到做作业、考试的时候,这种误会就会造成题目不会做、或者做错了还不会。所以要解决这个问题,首先要让学生在课堂上认真听讲,不仅捕捉老师讲解的知识点的关键信息,而且要积极开动脑筋,跟上老师的节奏。这样就能保证真正的学会本节课的内容。

有的学生是真的有问题要问,但是因为某些情况:比如面子啊、时间啊等等,不好意思问老师,或者没能来得及问老师,把问题给耽搁了,对于这种情况,我们老师要会发现学生的问题,多提问,用这种方式来解决他们的问题。

## 问题五 觉得老师留的作业太多,总是完不成作业

**主要现象:**每天做作业到很晚的时间,因为自己的效率低,花了好多时间还完不成,时间长了以后就对做作业产生了厌恶感,每次看到作业都烦,就会形成一种恶性循环,把自己弄得身心疲惫,经常受老师批评,成绩还上不去。

**策略:**课后作业内容和数量是根据教学内容的要求去设置的。老师大多数时候都是考虑到学生的学习情况安排作业的。有些学生对作业的习惯不好,总是认为作业一定要有大量的时间去做,比如自习课或者回家后再做作业。其实做作业是要有技巧的。

做个计划。分析自己今天的作业按学科分都有哪些,有多少类,按照自己的情况,每块内容大致用多长时间都要做到心中有数。

提高效率。对于不同类别的作业,利用不同的时间来处理,比如背诵、听写类的可以安排在课间和同学们一起进行;朗读可以在早晨进行等。

杜绝一些不好的习惯。比如看电视写作业、听音乐写作业等等,这样容易分散自己的注意力,降低学习效率。一定要让学生认识到做作业不是为了应付老师或者课代表的检查,而是来巩固所学知识点。不要因为可能这项作业老师不检查自己就偷偷不做了。如果因为某种情况实在不能完成当天的作业,一定要请家长给老师做出解释,不能为了赶作业而影响睡眠,这样得不偿失。

## 问题六 上课时不能够专心听讲,总是走神

**主要现象:**课堂开始还能跟着老师走,可是听着听着就不知道老师在说什么了,思路就跑到其它事情上去了,再回过神来时已经跟不上老师的节奏了。如果学生的自制力差的话,课上听不懂的东西课下就很难自己主动的去搞懂。

**策略:**上课走神主要有以下几种情况:

被一些突发事件所干扰。比如窗外忽然有什么事情发生了,有个什么突然的声音等等,自己的思路走了就回不来了。

因为课间和同学们讨论的事情一直放不下,自己的思路还一直处在课间问题的兴奋状态。

因为对课堂内容不感兴趣,主动走神。

因为视力问题,看不清黑板而降低对课堂注意力。

但是,无论任何情况,课堂上不能专心听讲,是造成学习成绩下降的一个主要原因。解决的办法也有几种,学校教室要保持安静。老师在课堂上要讲究授课效果和效率,声音洪亮,板书清晰、方式新颖,用来引导学生们把注意力集中在课堂教学中。学生自身也应注意避免课间的强烈运动和玩笑,避免过多的参与与自身无关的事情中去。上课的时候,也可以通过记笔记的方式来强迫自己跟随老师的节奏走。

