# 高中生物的学习技巧方法（5篇范例）

来源：网络 作者：星海浩瀚 更新时间：2024-08-04

*第一篇：高中生物的学习技巧方法生物就是要求学生保持好奇的天性，在学习的过程中尽可能多地提出问题，带着问题去学习，下面给大家分享一些关于高中生物的学习技巧方法，希望对大家有所帮助。高中生物的学习技巧1、做作业时一定要提高效率，因为你不能把时...*

**第一篇：高中生物的学习技巧方法**

生物就是要求学生保持好奇的天性，在学习的过程中尽可能多地提出问题，带着问题去学习，下面给大家分享一些关于高中生物的学习技巧方法，希望对大家有所帮助。

高中生物的学习技巧

1、做作业时一定要提高效率，因为你不能把时间都用在一科作业上，考前一定要有良好的心态并且要把基础掌握好。最重要的意义是帮助你读透高中生物课本。这种基本知识归纳只不过是把书上的要点和例子抄在一起，但这个过程你要翻书，几本书一起翻，就可以对同一个知识点不同的表述做比较，这可以帮助你更透彻的了解这个知识点;

2、想做一个比较完整、美观的高中生物知识归纳，就必须知道什么知识点放什么位置，这就要弄清楚各个知识点之间的关系，这个过程又帮助你更好的掌握这些知识点，理清思路。最后再抄写一次，印象就很深刻了。

3、与老师尽快建立良好的师生关系:如果一个学生了解喜欢这个老师，那么这个老师所教的这门功课成绩他肯定不会差。他可以成为你们学习上的引路人,生活上的知心人。能使你的高中生物学习事半功倍。

4、要避免上高中后弦松口气的做法：我们要从高一抓起。高一是起点，是基础。打好基础，循序渐进，学习就不困难，就象登一座山，看上去很高，有些怕，等到沿着阶梯一步步上来，其实并不困难。良好的开端是成功的一半。我认为学习的最重要的习惯就是坚持。

如何让生物成绩更快提高

1.简化记忆法

即通过分析教材，找出要点，将知识简化成有规律的几个字来帮助生物知识记忆。例如DNA的分子结构可简化为“五四三二一”，即五种基本元素、四种基本单位、每种基本单位有三种基本物质、很多基本单位形成两条脱氧核酸链、成为一种规则的双螺旋结构。

2.联想记忆法

即根据教材内容，巧妙地利用联想帮助记忆。在背诵知识点时，可以发散思维，利用自己熟悉的事物和想象来促进记忆。

3.对比记忆法

在生物学学习中，有很多相近的名词易混淆、难记忆，对于这样的内容，可运用对比法记忆。对比法即将有关的名词单列出来，然后从范围、内涵、外延、乃至文字等方面进行比较，存同求异，找出不同点。这样反差鲜明，容易记忆。例如：同化作用与异化作用、有氧呼吸与无氧呼吸、激素调节与神经调节、物质循环与能量流动等等。

提高生物成绩的秘诀

掌握生物学习的规律

规律是事物本身固有的本质的必然联系。生物有自身的规律，如结构与功能相适应，局部与整体相统一，生物与环境相协调，以及从简单到复杂、从低级到高级、从水生到陆生的进化过程。掌握这些规律将有助于生物知识的理解与运用。

明确学习目的，端正学习态度

端正学习态度，首先要让学生了解生物学习的重要意义和生物学科的特点。生物学在现代科学体系中占有重要地位，在解决当代人类面临的人口、资源、环境与发展等问题中具有重要的意义。而且，通过对生物的学习，还可以从中汲取多方面的营养，潜移默化之中树立起正确的人生观、世界观和环境观。因此，学好生物是现代青年应具备的基本素质。

**第二篇：高中生物学习实用方法**

高中生物学习实用方法

学习方法的优劣是学习成败的关键，要想取得理想的学习效果，必须掌握科学、高效的学习方法。与学习生物关系比较密切的学习方法有观察方法、做笔记的方法、思维方法和记忆方法等。

1．观察方法

学习过程从本质上说是一种认识过程。认识过程是从感性认识开始的，而感性认识主要靠观察来获得，所以观察方法就是首要的学习方法。观察方法主要包括顺序观察、对比观察、动态观察和边思考边观察。

（1）顺序观察顺序观察包括两层意思。从观察方式上来说，一般是先用肉眼、再用放大镜、最后用显微镜。用显微镜观察也是先低倍，后高倍。例如，对植物根尖的观察，就是先用肉眼观察幼根，根据颜色和透明程度区分根尖的四部分，然后再用放大镜观察报尖的根毛，最后用显微镜观察根尖的纵切片，认识根尖各区的细胞特点。从观察方位上来说，一般采取先整体后局部，从外到内，从左到右等顺序。例如对一朵花的观察，就要先从整体上观察花形、花色，然后从外到内依次观察花等、花冠、雄蕊、雌蕊。

（2）对比观察对比观察有利于迅速抓住事物的共性和个性，从而把握住事物的本质。如观察线粒体和叶绿体的结构时，就要先异中求同：它们都有双层膜，都含有基粒、基质、酶、少量的DNA和RNA。然后再同中求异：线粒体的内膜折叠成崎，叶绿体的内膜不向内折叠；线粒体有与呼吸作用有关的酶，且酶分布在内膜、基粒、基质中；而叶绿体内有与光合作用有关的酶，而酶分布在基粒层和基质中；叶绿体中有叶绿素，而线粒体中没有。

（3）动态观察 对生物生活习性、生长过程、生殖发育的观察都属于动态观察。动态观察的关键是把握观察对象的发展变化。例如观察根的生长，在幼根上等距画墨线后的继续培养过程中，重点就是观察各条墨线间距离的变化，从而得出根靠根尖生长的结论。

（4）边思考边观察 观察是思维的基础，思维可促进观察的深入，两者是密不可分的。所以要带着问题观察，边思考、边观察。2 ．做笔记的方法

鲁迅先生说：“无论什么事，如果继续收集资料，积累十年，总可以成为一个学者。”总结中外许多学者的经验，可以说，做笔记是一条成才的途径。做笔记的方式很多，在生物学学习中，主要有阅读笔记、听讲笔记和观察笔记三种。

（1）阅读笔记

要想使学到的东西长期储存、随时提取、应用自如，就要在读书时，随时作读书笔记。阅读笔记主要有以下几种。①抄写笔记，又分为全抄和摘抄，做这种笔记应注意抄后校对，避免漏误，然后标明出处，以备日后查考。②卡片笔记，卡片内容不限，因人而定，但一般应具有资料类别、编号、出处、著者姓名，正文等内容。需要注意的是，每张卡片写一个内容，并及时进行分类归档或装订成册。③批语笔记，即在书页空白处随手记下对原文的个人意见和心得体会等。④符号笔记，即在原文之间标注符号以对原文加深理解。常用符号有黑点、圆圈、直线、曲线、双线、虚线、箭头、方框、三角、惊叹号、问号等。作符号笔记应注意两点：一是符号意义必须明确，并且要贯彻始终；二是符号不能过多过密，否则重点难以突出。⑤概要笔记，即对某本书或某篇文章用自己的语言概括写出其重点内容。

（2）听讲笔记

即听报告、听讲座和课堂听课的笔记，做这种笔记的突出矛盾是记的速度赶不上讲的速度，为此要做到“三记三不记”即重点问题、疑难之处，书上没有的记；次要问题、易懂之点、书上有的不记。

（3）观察笔记

即在生物课内外对生物形态和生命现象进行观察时所作的记录。做这种笔记要注意细节，注意前后比较和过程变化，并要抓住特征。

3．思维方法

思维能力是各种能力的核心，思维方法是思维能力的关键，所以思维方法在学习方法中占有核心的位置。在生物学学习中常用的思维方法有

分析和综合的方法、比较和归类的方法、系统化和具体化的方法及抽象和概括的方法。

（1）分析和综合的方法

分析就是把知识的一个整体分解成各个部分来进行考察的一种思维方法，综合是把知识的各个部分联合成一个整体来进行考察的一种思维方法，分析和综合是生物学学习中经常使用的重要方法，两者密切联系，不可分割。只分析不综合，就会见木而不见林；只综合不分析，又会只见林而不见木。在实际运用时，既可先分析后综合，也可先综合后分析，还可以边分析边综合。

（2）比较和归类的方法

比较是把有关的知识加以对比，以确定它们之间的相同点和不同点的思维方法。比较一般遵循两条途径进行：一是寻找出知识之间的相同之处，即异中求同；二是在寻找出了事物之间相同之处的基础上找出不同之处，即同中求异。

归类是按照一定的标准，把知识进行分门别类的思维方法。生物学习中常采用两种归类法：一是科学归类法，即从科学性出发，按照生物的本质特性进行归类；二是实用归类法，即从实用性出发，按生物的非本质属性进行归类。

比较和归类互为前提，一方面只有通过比较，认识生物的异同点之后，才好进行归类；另一方面，只有把生物进行归类，才好进行比较。因此在生物学学习过程中要把两者有机地结合起来。

（3）系统化和具体化的方法

系统化就是把各种有关知识纳入一定顺序或体系的思维方法。系统化不单纯是知识的分门别类，而且是把知识加以系统整理，使其构成一个比较完整的体系。在生物学学习过程中，经常采用编写提纲、列出表解、绘制图表等方式，把学过的知识加以系统地整理。

具体化是把理论知识用于具体、个别场合的思维方法。在生物学学习中，适用具体化的方式有两种：一是用所学知识应用于生活和生产实践，分析和解释一些生命现象；二是用一些生活中的具体事例来说明生物学理论知识。

（4）抽象和概括的方法

抽象是抽取知识的非本质属性或本质属性的一种思维方法，抽象可以有两种水平层次的抽象：一是非本质属性的抽象；二是本质属性的抽象。概括是将有关知识的非本质属性或本质属性联系起来的一种思维方法，它也有两种水平层次：一是非本质属性的概括，叫做感性概括；另一种是本质属性的概括，叫做理性概括。

抽象和概括也是互为前提的，相辅相成的，在学习过程中应有意识地进行抽象中以概括，概括中以抽象，以达到对知识正确、深入的掌握。记忆是学习的基础，是知识的仓库，是思维的伴侣，是创造的前提，所以学习中依据不同知识的特点，配以适宜的记忆方法，可以有效地提高学习效率和质量。记忆方法很多，下面仅举生物学学习中最常用的几种。

（1）简化记忆法

即通过分析教材，找出要点，将知识简化成有规律的几个字来帮助记忆。例如 DNA的分子结构可简化为“五四三二一”，即五种基本元素，四种基本单位，每种单位有三种基本物质，很多单位形成两条脱氧核酸链，成为一种规则的双螺旋结构。

（2）联想记忆法

即根据教材内容，巧妙地利用联想帮助记忆。例如记血浆的成分，可以和厨房里的食品联系起来，记住水、蛋、糖、盐就可以了（水即水，蛋是蛋白质，糖指葡萄糖，盐代表无机盐）。

（3）对比记忆法

在生物学学习中，有很多相近的名词易混淆、难记忆。对于这样的内容，可运用对比法记忆。对比法即将有关的名词单列出来，然后从范围、内涵、外延，乃至文字等方面进行比较，存同求异，找出不同点。这样反差鲜明，容易记忆。例如同化作用与异化作用、有氧呼吸与无氧呼

吸、激素调节与神经调节、物质循环与能量流动等等。

（4）纲要记忆法

生物学中有很多重要的、复杂的内容不容易记忆。可将这些知识的核心内容或关键词语提炼出来，作为知识的纲要，抓住了纲要则有利于知识的记忆。例如高等动物的物质代谢就很复杂，但它也有一定规律可循，无论是哪一类有机物的代谢，一般都要经过“消化”、“吸收”、“运输”、“利用”、“排泄”五个过程，这十个字则成为记忆知识的纲要。

（5）衍射记忆法

此法是以某一重要的知识点为核心，通过思维的发散过程，把与之有关的其他知识尽可能多地建立起联系。这种方法多用于章节知识的总结或复习，也可用于将分散在各章节中的相关知识联系在一起。例如，以细胞为核心，可衍射出细胞的概念、细胞的发现、细胞的学说、细胞的种类、细胞的成分、细胞的结构、细胞的功能、细胞的分裂等知识。

另外，要注重理论联系实际，生物学的理论知识与自然、生产、生活都有较密切的关系，在生物学学习中，要注意联系这些实际。一要联系自然实际；二要联系生产实际；三要联系生活实际。联系实际的学习，既有利于扎实掌握生物学知识，也有利于提高自己的解决问题的能力。生物科目不仅需要学习上课老师所讲的内容，另外，还要课后自己补充知识，多读一些课外书，扩大自己的知识面，另外还要作适量的习题。但最为重要的是对基础知识的掌握，基本概念的理解，最有效的记住，用理解记忆和联想记忆的方法，一般，自己理解的知识，更有深刻的映像，很清晰的思路，作习题是为了巩固概念，加深自己的映像，使得自己的知识更加的牢靠。一般，高二上学期的生物课，记忆性的东西较多，这些都是最为基本的知识，你只要对基本的概念理解到为就可以了。而下半学期理论性的东西较多，不仅需要记忆，还要增加适量的习题，特别是算概率的题目，还有DNA的复制那几章，需要用作习题的方式来帮助理解。高三时，要特别的注重实验，注重实验的一般的研究角度和入手的方法，分析误差的常规的方法，作适量的题目，对实验更加熟练，了解实验的类型，但是，课本是很重要的，不要为作题而作题，还是要回归到课本上。总之，学习方法是自己摸索和总结出来的，因人而宜。生物学其实很简单，重要你用心学，一定会学习的很棒的，加油吧，祝你成功！

众所周知，生命科学是二十一世纪发展最快的科学，而且生命科学将成为将来决定国家和民族发展的最为重要的科学制高点。学好生命科学，对于我们在将来为祖国做出更大的贡献和更好地实现个人价值有着重要的意义。那么，我们如何才能学好生物学呢？

1．构建知识网络。我们在学习生物的过程中，首先必须抓住生命基本特征这根主线，理清每个章节的基础知识和基本内容，把所学内容有机地与人类的生产实践、日常生活相结合，此外，还要密切关注生物科技的最新发展动态。

(1)把握知识的纵向衔接，使知识连成一片。生物知识间有着密切的内在联系，例如第二章生命的基础中，了解生命的物质基础为掌握生命的结构基础作了铺垫，而生命的物质基础和生命的结构基础又给理解细胞的分裂打下了伏笔；又如遗传和变异这一章，不知道分离规律的实质根本无法继续学习自由组合规律。

(2)关注知识的横向联系，使知识更加系统化、立体化。生物学科中的章节之间既有递进关系也有并列关系，内容互相联系、互相渗透，因此，我们要牢牢抓住生命的基本特征这根主线，丰富知识的内涵，扩大知识的外延，把生物知识汇成一张完整的网络。

2．完善理论体系。生物学的理论是大量的，它们贯穿在各个章节之中，如细胞学说、自然选择学说、基因理论等，因此，在学习生物学时，除了专用名词概念以外，一些基本理论也是学生必须牢固掌握的内容。

(1)用科学的理论来解释周围的事物和现象。为什么人会有“白化病”、“白痴病”?为什么要禁止近亲结婚?为什么说人不是上帝或神创造的，而是从古类人猿进化来的?为什么人类要保护鸟类?对于诸如此类的问题，我们都应当运用正确的理论去合理解释，从而使人们能够自觉破除迷信、反对邪教。

(2)注意理论与生物基本概念的联系。理论的掌握必须建立在对诸多概念的正确理解上。例如了解内环境自稳态理论的前提是弄懂pH值、体温、血压、血糖、渗透压、氧分压、电解质浓度等；同样，生态平衡理论的运用也离不开对种群、群落、生态系统、食物链、营养级等概念的掌握。

(3)把握各理论间的联系。生物学各种理论互相支持、互相补充，在广大生物科学工作者的不断努力下理论又不断更新、不断充实，使人们认识的生物世界越来越接近真实。所以，我们应该学会把某个理论放在整个生物理论体系中加以考虑，并通过实例来深化、拓展，使自己对

生物理论的掌握更加完善，运用起来更加精确。

（4）提高解题技巧。近几年生物学高考题目主要分选择题和非选择题两类，其中，非选择题有填充题、分析说明题、学科内及学科间的综合题。题型不同，要求也不同。在解题过程中，我们首先要注意审题，搞清每一道题命题教师的考核意图；其次，要学会区分对立概念和相似概念，了解概念之间的关系是并列关系、递进关系，还是包含关系；接着，要知道生物符号的特殊含义和正确写法；最后，要具有分析归纳能力、逻辑推理能力和实际应用能力，能够举一反三，触类旁通。(责

我们在学习生物学的过程中，不仅要增长知识、熟悉理论，还应当培养实践能力、加强科技意识、训练创造思维能力。首先要提高动手操作能力，明确实验的主要目的，规范实验的操作要求，了解实验的整个过程；其次要学会知识和理论如何与实际相结合、与生活相联系，从而使自己所学的知识和理论更加丰富、更加扎实、更加全面；接着要具有良好的科技意识，随着世界生物科技的迅速发展，许多新的内容不断涌入到考题之中，如基因工程、克隆技术、转基因生物等，因此，学生有必要在掌握基础知识和基本理论的同时，能够关心科技时事、了解科技发展动态；最后，我们还必须经常进行扩散性思维和创造性思维训练，尝试从一个现象联想到另一个现象、从一种知识迁移出另一种知识，让自己的知识和理论系统化、立体化，使自己的生物学素质得到全面提高。

学习和复习生物的方法

1.掌握规律。

规律是事物本身固有的本质的必然联系。生物有自身的规律，如结构与功能相适应，局部与整体相统一，生物与环境相协调，以及从简单到复杂、从低级到高级、从水生到陆生的进化过程。掌握这些规律将有助于生物知识的理解与运用，如学习线粒体就应该抓结构与功能相适应：

①外有双层膜，将其与周围细胞分开，使有氧呼吸集中在一定区域内进行；

②内膜向内折成嵴，扩大了面积，有利于酶在其上有规律地排布，使各步反应有条不紊地进行；

③内膜围成的腔内有基质、酶；

④基质、内膜上的酶为有氧呼吸大部分反应所需，因而线粒体是有氧呼吸的主要场所。这样较易理解并记住其结构与功能。

学习生物同其他学科一样，不能急于求成、一步到位。如学习减数分裂过程，开始只要弄清两次分裂起止，染色体行为、数目的主要变化，而不能在上新课时对染色体行为、染色体、染色单体、DNA数目、与遗传三定律关系、与有丝分裂各期图像区别等一并弄清。后者只能在练习与复习中慢慢掌握。

2.突破难点。

有些知识比较复杂，或是过于抽象，同学们学起来感到有困难，这时就应化难为易，设法突破难点。通常采用的方法有以下几种：

（1）复杂问题简单化。生物知识中，有许多难点存在于生命运动的复杂过程中，难以全面准确地掌握，而抓主干知识，能一目了然。例如细胞有丝分裂，各时期染色体、纺锤体、核仁、核膜的变化，我们若将其总结为“前期两现两消，末期两消两现”，则其他过程就容易记住了。动物体内三大物质代谢过程复杂，可总结为“一分（分解）二合（合成）三转化”。对一些复杂的问题，如遗传学解题，可将其化解为几个较简单的小题，依次解决。

（2）抽象问题形象化。要尽量借助某种方式，使之与实际联系起来，以便于理解，如DNA的空间结构复杂，老师一旦出示DNA模型，几分钟即可解决问题。因此，学习生物常常需借助图形、表格、模型、标本、录像等形象化的手段来帮助理解一些抽象的知识。

3.归纳总结。

在生物新课学习过程中，一般都是将知识分块学习。但当学完一部分内容之后，就应该把各分块的知识联系起来，归纳整理成系统的知识。这样不仅可以在脑子里形成完整的知识结构，而且也便于理解和记忆。

归纳总结要做到“三抓”：一抓顺序，二抓联系，三抓特点。

抓顺序就是要将各知识点按照本身的逻辑关系将其串联。如高中生物的“遗传的物质基础”，可以整理成：配子→合子→细胞核→染色体→DNA→基因→蛋白质→性状。

抓联系就是要掌握各知识点之间的内在联系，理清点线的纵横关系，由线到面，扩展成知识网络。

抓特点就是抓重点、抓主流，进行归纳总结，不能大杂烩，胡子眉毛一把抓；应将次要的东西简化甚至取消。

高中生物学知识的记忆方法：

一、理解记忆

理解了东西才记得准，记得牢。所以必须“先懂后记”。这是最基本的记忆方法。

二、联系实际记忆

常说“学以致用”，反过来“用也可促学”。把生活实践中的经验知识应用到课堂学习中来，激发学习积极性的同时，也会记得更牢固。例如：“管理农作物时进行松土，可以促肥”——记“植物的根部吸收矿质元素离子必需要氧气促进根的有氧呼吸”；

“氧气疗法驱除蛔虫”——记“蛔虫的异化作用方式是厌氧型”。

三、形象记忆

内容形象、直观、记忆就深刻、难忘。把知识形象化能帮助记忆。例如：

U——（象尿桶）脲嘧啶

C——（象半圆包过来）胞嘧啶

A——（象线飘起来）腺嘌呤

T——（象胸前的十字架）胸腺嘧啶

DNA 的结构特点可以借助DNA的实物模型或多媒体形象显示帮助记忆。

四、英汉互译记忆抽象的生物字符借助英语记起来就方便易懂。例如：

H——Hear（can’t hear 听不懂 H区受损表现为“听觉性失语症”）

S——Speak(can’t speak不能讲 S区受损表现为“运动性失语症”)

ADP中的D——Ｄouble“双倍”；所以ＡＤＰ称“二磷酸腺苷”

五、口诀记忆

将生物学知识编成“顺口溜”，生动有趣，印象深刻，不易遗忘。例如

判断遗传病的显性或隐性关系——“无（病）中生有（病）为（该遗传病为）隐性（遗传病）” “有（病）中生无（病）为（该遗传病为）显性（遗传病）”；

大量元素——他（Ｃ）请（Ｈ）杨（Ｏ）丹（Ｎ）留（Ｓ）人（Ｐ）盖（Ｃａ）美（Ｍｇ）家（Ｋ）；

微量元素——铁（Ｆｅ）棚（Ｂ）铜（Ｃｕ）门（Ｍｎ）新（Ｚｎ）驴（Ｃｌ）木（Ｍｏ）碾（Ｎｉ）;

叶绿体色素分离带——胡黄ab向前走；橙黄蓝黄颜色留；叶绿素ab手拉手；叶黄素儿最纤细；叶绿素a最宽厚。（即可以表达叶绿体中色素的分离带，从上到下分别为胡萝卜素、叶黄素、叶绿素a和叶绿素b；它们的颜色分别为橙黄色、黄色、蓝绿色、黄绿色；叶绿素ab挨得很近；叶黄素含量最小，色素带最细；叶绿素a含量最多，色素带最宽(责任编辑：admin)

六、体验记忆

亲身体验必有助理解，知识容易理解，必然加深记忆。例如：

发给学生蚕豆种子，让学生亲手剥、观察、分析、讨论其结构和发育过程——可促进对植物种子、种皮、胚、胚乳、子叶、胚芽、胚轴、胚根等名词的理解记忆；

然很多知识由于时间、条件等因素的制约，不可能都能亲身体验。但可借助多媒体或教师讲解，设置特定情景，让学生感受其过程，想法解决出现的问题，必会记忆忧新。例如：

在复习绿色植物的代谢时，我们不妨捧一盆鲜花到教室，告诉学生，此植物任何“来自不易”：在栽培蔬菜的时候发现他种的菜叶片发黄，于是就给作物施肥（提问：什么肥？），把肥料施在作物边的土壤上（问：这些肥料是怎样一步一步到达根细胞内，又是怎样到达蔬菜的叶片？），刚施下肥料的时刻，发现菜叶发生萎焉（问：为什么？应采取什么补救措施？），到达蔬菜的叶片后为什么能使蔬菜的叶片变绿？怎样起作用？几天后，发现先发绿的是菜的哪些部位？为什么？栽培过程中，发现被虫子吃了。（问：怎么办？----人工抓虫？农药喷洒？激素喷洒？或培养转基因产物？或其他？）。

通过“实物＋情景设置＋学生自己的大脑激荡”，既激发了学生的学习热情，同时又能够培养学生的联想、发散思维的能力，记忆自然深刻。

七、合作记忆

１、各部分感官（眼、耳、口、手）要合作，大脑的左右两半球要合作

眼、耳，鼻、舌、身各通道充分利用起来，使大脑皮层各个中枢建立多通道联系，从而加深记忆。许多学问都可通过既看其书、又观其形，感其味的多方尝试，从而达到牢固记忆。

心理学实验表明，左右半球在功能上是不对称的，有分工的。一般说来，人脑左半球主要具有言语符号、分析、逻辑推理、计算数字等抽象思维的功能；右半球主要具有非言语的、综合的、形象的、空间位置的、音乐等形象思维的功能。由此认为：左半球是抽象思维中枢，右半球是形象思维中枢。这两半球的分工不是绝对的，而是互相联系、互相配合、互相补偿的。

我们平时读书常常会有这样的体验：那些附有插图、图表之类图文并茂的书报，学习起来记忆就特别深刻。反之，阅读那些没有插图或图表的书报的时候，同于只使用词语进行逻辑思维，即只命名用大脑左半球，而右半球闲着，因而记忆就不如同时使用大脑两半球深刻。

这个道理告诉我们，在记忆时要改变只用词语进行逻辑思维的习惯，而按着所学的材料或事物的内容同时进行形象思维。其方法就是像放电影似地在头脑里映现出一幅幅图画，这样就能同时使大脑两半球进行思维。读起书来既轻松愉快，又增强记忆。

２、同学之间要合作

有意识得把要记忆的问题抛给同桌，或者同桌将问题抛给自己，既能够补充彼此在记忆上的弱点，又能引起双方的更多感官的刺激，从而引起“有意注意”，加强理解和记忆，这是最有效的记忆方法。不论是稍微模糊的记忆，或是很自信正确无误的记忆，都可以讨论。即使阅读相同的材料，由于各人的理解能力不尽相同，也许你的同学知道得很清楚；相反的，你很清楚的地方，你的同学也许模糊不清。而且当我们把要知道的事情说出来时，会感觉到当初记忆时缺乏完整的整理。而在问答与讨论之中会发现，有些知识的盲点也凸现出来，增强来对知识的理解的同时也增强了记忆。而这种你问我答、相互讨论的方式需要同学之间的欣然合作。

八、网络图象记忆

建立一个完整的知识体系，便于整体上掌握知识，可用关系图或画简图的方法来帮助记忆。例如：动、植物的发育过程（书本第１１２、１１５页）；精子、卵子的形成过程；染色体、同源染色体、姐妹染色单体、ＤＮＡ、基因等。

九、列表对比记忆

“有对比才有鉴别”把相类似的问题放在一起找出区别与联系，分清异同；记少不记多，减轻记忆负担，增强记忆效果。例如：

光合作用和呼吸作用；水分代谢和矿质代谢；线粒体和叶绿体；有丝分裂和减数分裂；体液调节和神经调节；基因的分离定律和自由组合定律；基因突变和基因重组、物质循环与能量流动等。

十、?纲要记忆

生物学中有很多重要的、复杂的内容不容易记忆。可将这些知识的核心内容或关键词语提炼出来，作为知识的纲要，抓住了纲要则有利于知识的记忆。例如高等动物的物质代谢就很复杂，但它也有一定规律可循，无论是哪一类有机物的代谢，一般都要经过“消化”、“吸收”、“运输”、“利用”、“排泄”五个过程，这十个字则成为记忆知识的纲要。

十一、简化记忆

??? 即通过分析教材，找出要点，将知识简化成有规律的几个字来帮助记忆。例如：

DNA的分子结构——可简化为“五四三二一”（即五种基本元素，四种基本单位，每种单位有三种基本物质，很多单位形成两条脱氧核酸链，成为一种规则的双螺旋结构）。

十二、衍射记忆

以某一重要的知识点为核心，通过思维的发散过程，把与之有关的其他知识尽可能多地建立起联系。这种记忆方法多用于章节知识的总结或复习，也可用于将分散在各章节中的相关知识联系在一起。例如，以细胞为核心，可衍射出细胞的概念、细胞的发现、细胞的学说、细胞的种类、细胞的成分、细胞的结构、细胞的功能、细胞的分裂、细胞的分化和细胞的衰老等知识。

**第三篇：学习高中生物的方法**

学习高中生物的方法

介绍几种方法：

1、对比法（或比较法）。

生物体中有很多相反的或相近的或相关的生理活动或结构，其有关的知识可用此法。例如：原核生物与真核生物、同化作用与异化作用、光合作用与呼吸作用、有氧呼吸与无氧呼吸、内呼吸与外呼吸、自养型与异养型、无性生殖与有性生殖、激素调节与神经调节、能量流动与物质循环„„。对这些知识进行比较，找出异同点，便于记忆。

2、纲要法。

生物学中有很多重要的、复杂的内容不易理解和记忆，可将这些知识的核心内容或关键词语提炼出来，做为知识的纲要，抓住了纲要则有利于知识的理解和记忆。例如：（1）细胞有丝分裂过程细胞有丝分裂过程的核心变化是染色体规律性的变化，可提炼出十个字的纲要，即间期的“复制”、前期的“浓缩”、中期的“排列”、后期的“平分”、末期的“复原”。（2）高等动物的物质代谢过程也很复杂，但有规律可循，无论是哪一类有机物的代谢，一般都要经过“消化”、“吸收”、“运输”、“利用”、“排泄”这五个过程，这五个过程的十个字则成为理解、记忆知识的纲要。（3）噬菌体侵染细菌的实验是遗传学的经典实验，其侵染过程可用十字纲要来记忆?quot;吸附、注入、合成、组装、释放“。（4）生命起源的化学进化过程的四个阶段中，都用一个动词，即”生成“、”形成“、”组成“、”演变“。以这四个动词为纲要，结合物质变化的规律和前三个近义词的区别，可提高识记效果。其他实例不一一列举。

3、图表法。

这种方法中主要使用比较表、综合表、系统表、图示、图解等几种形式。

（1）比较表可以说是上述对比法的具体化。例如，有氧呼吸与无氧呼吸的比较，可列成下表：

有氧呼吸 无氧呼吸

场所主要是线粒体 场所是细胞质基质

有氧气参与 无氧气参与

分解有机物彻底 分解有机物不彻底

产物是CO2、H2O等无机物 产物中还有小分子有机物

释放能量多，产生ATP多 释放能量少，产生ATP少

（反应式，略）（反应式，略）

联系 ①二者开始的阶段，即从葡萄糖到丙酮酸的阶段完全相同； ②二者的实质都是氧化分解有机物，释放能量，产生ATP。

（2）综合表。用于将某部分知识条理化后综合于一个表内。例如，生态系统的成分和营养结构的关系可综合于下表中：

生物群落 无机环境

生态系统成分 生产者 消费者 分解者 非生物的物质和能量

初级消费者 次级消费者 三级消费者

举 例 绿色植物等 草食动物 小型食肉动物 大型 食肉动物 腐生的细菌、真菌等 阳光、热能、空气、水、矿物质等

食物链的营养级 第一营养级 第二营养级 第三营养级 第四营养级 —— ——营养类型 自养生物 异养生物 异养生物 ——

地 位 基本成分 非基本成分 基本成分 基本成分

（3）系统表。多用于将章节或单元知识系统化，体现局部知识与整体知识的关系。例如，高等动物呼吸的全过程可列出系统表：

（4）图示。多与”纲要法“结合，运用教材中现成的图形与纲要的关键词语相对应，使图文结合，形象与抽象结合。例如，细胞有丝分裂的十字纲要可与五个时期的图示结合起来。

（5）图解。多用于重要生理过程的理解和掌握上，可以是形象的图解，也可以是文字图解。图解使复杂的生理过程变得简明、重点突出、易理解和掌握。例如，细胞内各主要结构的功能之间的关系可用下面的形象图解：

月生

主题：42 回复：17410

注册时间：2024-9-6 15:20:01 发表时间：2024-2-9 18:04:22操作：

4、衍射法。

此法是通过思维的发散过程，以某一重要的知识点为核心，把与之有关的其他知识尽可能多地建立起联系，并以图表的形式表达出来。这种方法多用于章节知识的总结或复习，也可用于将分散在各章节中的相关知读翟谝黄稹＠纾?/p>

（1）以细胞为核心，衍射出如下图解：

（2）以蛋白质为核心，衍射出如下图解：

（3）以生物的多样性为核心，衍射出如下图解：

5、排序法。

此法是将知识按其特点排列自然的序列，按顺序记忆知识效果极佳。

例如，（1）代谢中ATP与ADP的相互转变，可排序成”一个反应式，两个方向，三个来源，四个去向“。即一个ATP与ADP相互转变的反应式；向左、向右反应两个方向；向左反应形成ATP是能量有三个来源；向右反应释放的能量用于植物、动物的各项生命活动，各有四个方面的实例。（2）原肠胚的结构特点是”一孔、两腔、三层“，即一个胚孔，囊胚腔和原肠腔，外、中、内三个胚层。（3）DNA的分子结构是：五种基本元素，四种基本单位，每种单位有三种基本物质，很多单位形成两条脱氧核酸链，形成一种规则的双螺旋结构。这样形成了一”五四三二一“的知识序列。（4）DNA复制的过程是”一个场所、两个时期、三个步骤、四个条件“。即一个场所主要是细胞核；两个时期主要是有丝分裂间期和减数分裂间期；三个步骤是解旋、形成子链、母子链螺旋成新DNA分子；四个条件是原料、模板、能量、酶。

6、其他。如卡片法、兴趣记忆法等。

上述这些方法既可单独使用，也可综合作用。教师在指导学生的学法时，可要求学生结合自身特点和对教材内容的不同理解，不断创造出更适合自己的学习方法来。

月生

主题：42 回复：17410

注册时间：2024-9-6 15:20:01 发表时间：2024-2-9 18:05:12操作：

1.多看书

2.不用做太多的习题

3.要学会系统的复习

4.和生活联系起来

5.多看看中央10，会有帮助的6高一的知识很琐碎，要细心的打好基础；高二的难度可能很大，主要是遗传不好学；高三就要看看你高一.二的基础好不好啦

7.生物提高很快的，只要认真的看书，熟记书上的，再加上活学活用，会学好的加油吧！

月生

主题：42 回复：17410

注册时间：2024-9-6 15:20:01 发表时间：2024-2-9 18:06:08操作：

最主要的就是要把书本上重要的记的很熟练，最后反复几次。把重要的词（特别是常见的，在填空中易见的）。高中生物内容不多，把书记好，上课认真听讲，我想你会学好的！高中生物新教材（人教社2024年3月版全日制普通高级中学教科书生物必修本）和原教材（人教社1990年12月版生物必修本）相比，其知识构成具有以下变革：1 知识结构方面

1．1 根据其在知识体系中的重要性，对某些知识结构的章节地位进行了“提拔”。如“新陈代谢”一章中的酶和ＡＴＰ，由于其在代谢中的重要性，由原来教材同一节中的各一个知识点分别提升为一节等。

1．2 依据知识的内在联系及知识的系统性、完整性，对知识结构体系进行了补充。例如，“生命活动调节”一章中的人和高等动物调节一节，在原知识结构的基础上补充了动物行为产生的生理基础，既有利于学生掌握反射产生的机理，也使得人和高等动物生命活动调节一节的知识结构体系更完善、更系统；再如“遗传变异”一章中遗传的基本规律部分，在原有知识结构——基因的分离规律和基因的自由组合规律基础上补充了基因的连锁与互换规律，使遗传的三大基本规律在教材中全部表现出来，既使得遗传的基本规律部分的知识结构更完整，也不致于使学生产生遗传的基本规律仅有两个的误解；还有在“细胞”一章原细胞的结构和功能、细胞分裂两节的结构基础上补充了细胞分化、癌变、衰老一节等等。

1．3 根据人类社会生存和可持续发展战略的需要，对知识结构进行了补充。环境污染、自然资源、能源危机、人口问题、粮食问题是当今人类社会面临的五大难题，要生存、要发展（甚至可持续发展）、要解决这些问题，就必须加强这方面知识的教育，新教材在原教材已有一章“生物与环境”知识的基础上，又增加了“生态环境的保护”一章（包括生物多样性及其保护、自然保护区、环境污染的危害、环境污染的防治等知识结构）。突出体现了“教育要面向现代化、面向世界、面向未来”的战略思想。

1．4 依据知识规范化、系统化及教学的需要，对知识结构进行修改、重组、调整和删除。如将原知识结构中动物调节的两种形式——激素调节和神经调节改为现在更规范、更科学的体液调节（内含激素调节、二氧化碳调节）和神经调节；将原知识结构中的体内细胞的物质交换改为内容与题目更为合理的内环境与稳定；将植物呼吸作用与多有重复的动物能量代谢合并为系统性更强的生物的呼吸作用一节，并删去无多大意义的气体交换部分；将原“细胞”一章拆成两部分：前部分细胞的化学成分一节现改为“生命的物质基础”一章（原细胞化学成分一节中的两个知识点——构成细胞的化学元素和构成细胞的化合物也相应提

升并改名为组成生物体的化学元素和组成生物体的化合物两节）；加强和突出了基础知识的教学地位，而后部分细胞结构和功能一节及由细胞分裂改名的细胞增殖一节，再加上新补充的细胞分化、癌变和衰老一节则构成了现在新的一章“生命的基本单位——细胞”。2 知识组成方面

2．1 知识类型多样化，知识构成丰富多彩。和原教材相比，新教材新增添了实习课、参观课、研究性课题、课外生物科技活动、同步学习思考题、小资料、课外读等知识，使得新教材知识类型多样化，教材内容丰富多彩。

2．2 识记性知识比例减少，思维性（即思维能力性）知识大幅度增加。和思维问题难得一见的原教材相比，新教材不仅在实验、课后复习题中增加了大量的思维性问题（两者分别大约是40个和80个），而新增加的两个知识内容——同步学习思考题和研究性课题更是思维教育、创新教育的充分体现（前者思考题近60个，后者综合性讨论题近20个）。思维性问题连续不断的出现，使学生大部分时间处在思维活动中，达到了让学生“动脑”的目的，有利于学生形成比较、判断、推理、分析、综合等思维能力，初步形成思维的独特性、新颖性等思维品质和创新思维习惯。实现了以培养学生创新精神和实践能力为重点的教学目的。

2．3 完全“动脑”性知识减少，既“动脑”又“动手”（即实践能力）性知识增多。如实验课由原来的5个增加到15个，并新增添了参观课1个、实习课4个、研究性课题（内含设计课）5个、课外生物科技活动课2个。新教材以上知识内容的改变，说明它不仅注重让学生“动脑”，更注重让学生既“动脑”又“动手”。大量的实验、参观、学习、研究性课题、设计性实验及课外生物科技活动，在培养学生创新精神、创新思维能力的同时，也培养了学生的操作技能、观察能力、收集和处理信息的能力、探究和设计能力。

2．4直观性强的知识增多。新教材注意加强直观教学，形态图、结构图、示意图、图解、图表等直观性知识大幅度增加（由原来的约130幅增加到现在约250幅），且均为彩色，加强了知识的直观性。

2．5 态度观念性知识增多，尤其是社会“热点”问题——环保知识增多。新教材在注重培养学生辩证唯物主义自然观、进化观、世界观、人生观以及爱国主义等态度观念教育的同时，尤其加强对学生的环境污染、自然资源、人口问题、粮食问题的生态教育、环保教育。具体体现在：（1）新教材在已有“生物与环境”一章的基础上，又专门增添了第九章“生态环境的保护”（包括生物的多样性及其保护、自然保护区、环境污染的危害、环境污染的防治等知识），增加这一章知识是专门对学生进行环保教育，这在中学教材中还是首次；（2）新增添了两个关于环保方面的研究性课题知识。

2．6 理论联系实际的知识增多。重视学生实践能力的培养，实质上就是重视理论联系实际，故以培养学生实践能力为重点的新教材增加了大量的理论联系实际的知识。如环保问题、癌变问题、无土栽培技术、喷灌和滴灌的灌溉技术、观察生长素或生长素类似物对植物生长发育影响的设计实验、调查环境污染对生物的影响的研究性课题等知识。

2．7 科技性知识增多。（1）基因分离嫁接法培育的乙肝疫苗；（2）人的生长素基因导入鲤鱼受精卵中，培育出转基因鲤鱼；（3）细菌的抗虫基因导入棉花，培育成抗棉铃虫棉花；（4）“人类基因组计划”；（5）两系法杂交水稻；（6）能直接产生能源物质的“石油草”的成功培育；（7）基因分离嫁接法培育的高速分解石油、净化石油污染的“超级菌”；（8）无土栽培技术；（9）克隆技术；（10）细胞工程等等。大量科技知识的增加有利于培养学生的科技意识、科学品质，为科学能力的形成奠定了基础。

总之，新教材在知识结构、知识组成两个方面和原教材相比，有了很大的变革。它突出了素质教育的特点，以培养学生的创新精神和实践能力为重点，更能适应现代化教育和社会发展的需要。

月生

主题：42 回复：17410

注册时间：2024-9-6 15:20:01 发表时间：2024-2-9 18:07:29操作：

下面的网址是一个比较细致的总结

http:///Article/ShowArticle.asp?ArticleID=266;

高中的生物并不难学,首先高中的生物的内容相较于数学,物理,化学内容上少了很多内容,还有就是高中生物并不需要什么复杂的计算和技巧方法,所以要有信心学好生物.高中生物虽被划在理综的范围内,但它更像是一门偏文的学科.有很多东西要去记忆.但记忆是有技巧的.重要的地方就在于对知识点的归整.这也正好解决你知识点散乱的问题.不知道你有没有上课抄老师笔记的习惯,没有的话肯定是要改正的.有的话,我就说下笔记的方法.笔记就是记录老师上课的重点内容,对于书上有的只需要记一个大标题就可以了,然后将重点划在书的相应位置.对于老师强调考试可能会考而书上没有或者不详细的则需要详细记录.至于老师讲的一些课外内容而考试不做要求的,不必记录,当然有兴趣的大概记下就可以了,不要耽误听老师讲解其他内容的时间.然后就是课后的知识归整了,对于课后的复习,光靠看书硬着头皮去记肯定是没有什么好的效果的,好不容易记住了过了一段时间就会忘记,要么就是出现知识错位这种情况.我的方法是发挥老师笔记的作用,自己重新做一份详细的知识归纳.记得我的高中老师曾经说过”如果高中你只有一本生物笔记本,那请留给你自己\".做自我知识归纳的时候就必须把书上的每一个小框题,每一小点的内容都包括进去,这时候老师的笔记就起到一个框架的作用.把老师上课的笔记进行扩充,将课本上相关内容的概念,特征作用,比较,区别,优劣,意义等都进行摘录和整理.用一种由总到分的记录形式,必要的时候还需要利用表格,具体图形进行说明.这个归纳要作到尽量详细,不遗漏任何一个知识点.但也不是完全的抄书,是将重点详细化和具体化.每学完一节内容就要归纳一次,每学完一章内容就要做出一个类似本章小结的总结性整理.将这一章里单一的知识线连成一个知识网.这个知识网里面所包含的内容就是考试要考的.还有就是你需要一本和课本对应的覆盖面广的习题资料,这个习题资料以章为练习单位里面的题目既有基础题又有提高题,最好还要有详细解答过程的答案.每次做完一章的知识归纳,就要做一份练习题进行加强和巩固.目的是为了发现归纳中遗漏或者不清楚的知识点,进行补充和明确.可能的话,也可以将练习里的错题记录在归纳知识点的后面,方便以后的复习.如果后面学习的内容和前面的内容有联系的话,就还需要归纳一次,将知识连接起来.形成一个总体的知识概念,这样就不会乱了.方法的前面是将书读厚,这后面一步就是将书读薄.最后所达到的效果就是,看着自己的归纳,脑海里就能回想出书上的相应内容,这就是最后的脱离课本.必须强调这个方法是一个很烦琐的过程,要有足够的耐心和毅力去做.但只要你做到了,那么高中生物是没有问题的.这是我高中学生物一点小小的经验,希望能对你有帮助,但方法是因人而异的,必要的时候需要变通啦!

**第四篇：高中生物学习小技巧**

生物是理科生高考中必考的科目,高中生物选择题该怎样才能答的好，做选择题要有技巧,所以在答高中生物选择题时要注意探索解题思路,认真审题,抓住特点,多做多归纳,讲究高中生物答题技巧,下面给大家分享一些关于，希望对大家有所帮助。

高中生物学习小技巧

1、掌握规律：规律是事物本身固有的本质的必然的联系。生物有自身的规律，掌握这些规律将有助于生物知识的理解与运用，可以较易理解并记住其结构与功能。

2、观察比较：观察是一种有目的有计划的感知，不仅可以获得新知，也能验证已知。生物学是实验科学，观察是获得生物知识的重要环节。而高中生物的原理、规律都是在观察实验的基础上得来的。

3、综合归纳：教师授课尤其是新授课，一般是分块的，但各块各知识点之间有内在的本质的联系，各年级生物知识是连贯的，是一个整体。学习时要将分散的知识聚集起来，归纳整理成为系统的知识，这样易理解好记忆。高中生物在进行综合归纳是要做到“三抓”：一抓顺序、二抓联系、三抓特点。

4、灵活运用：这是学好学活生物的关键，认识的目的全在于应用。灵活运用知识才能记得牢，学了才真正有用。运用知识解理论题或解决生产、生活中的实际问题，尤其是后者正是高中生薄弱环节，必须高度重视

5、学会记忆：记忆是学习的基础，是知识的仓库，是思维的伴侣，是创造的前提，所以学习中依据不同知识的特点，配以适宜的记忆方法，可以有效地提高学习效率和质量。

6、掌握良好的学习常规：建立良好的学习常规，是学好生物学知识的重要保证，我们所说的学习常规，是指我们学习过程中必须注意的几个步骤，高三生物常用复习方法

分析和综合的方法

分析就是把生物知识的一个整体分解成各个部分来进行考察的一种思维方法，综合是把知识的各个部分联合成一个整体来进行考察的一种思维方法，分析和综合是生物学学习中经常使用的重要方法，两者密切联系，不可分割。只分析不综合，就会见木而不见林;只综合不分析，又会只见林而不见木。

系统化和具体化的方法

系统化就是把各种有关知识纳入一定顺序或体系的思维方法。系统化不单纯是知识的分门别类，而且是把知识加以系统整理，使其构成一个比较完整的体系。在生物学学习过程中，经常采用编写提纲、列出表解、绘制图表等方式，把学过的知识加以系统地整理。

具体化是把理论知识用于具体、个别场合的思维方法。在生物学学习中，适用具体化的方式有两种：一是用所学知识应用于生活和生产实践，分析和解释一些生命现象;二是用一些生活中的具体事例来说明生物学理论知识。

抽象和概括的方法

抽象是抽取生物知识的非本质属性或本质属性的一种思维方法，抽象可以有两种水平层次的抽象：

一是非本质属性的抽象;

二是本质属性的抽象。

高中生物怎么学

1.分类整理法。有很多生物章节存在大量的概念或某些结构，将这些概念或结构分类整理尤为重要，否则会显得比较 混乱。

2.联想迁移法。生物教材中的很多知识点看起来是孤立的，但很多知识存在着共性。对于这些知识可以采用联想迁移 法进行掌握。

3.比较复习法。在生物复习中，对知识进行横向和纵向比较，例如病毒与原核细胞的比较，三大营养物质的来源和去路的比较，光合作用和呼吸作用的比较，各种育种方法的比较等。

4.串联复习法。生物复习时，应把分散在各个章节中的知识点串联起来，对只是有全面的理解。例如有关蛋白质的只是主要分散于第一、二、五章中。第一章主要介绍了蛋白质的组成元素、基本单位、合成场所、结构和功能;第二章讲了蛋白质在人体内的消化、吸收和代谢等;第五章谈到蛋白质的合成受基因控制，包括转录和翻译两个生物过程。

**第五篇：学习高中生物的方法总结**

【摘 要】生物是高中阶段需要学习的科目之一，更是在理综中占有举足轻重的位置。同时，生物与实际生活有着广泛的联系，在日常生活、生产中都离不开生物知识的应用，因此在高中阶段学好生物不仅仅是为了应付考试，更是为了更好的融入生活。

【关键词】高中生物 注重与实际相结合习题巩固 建立错题集

中图分类号：g4 文献标识码：a doi：10.3969/j.issn.1672-0407.2024.07.016

古语云：授人以鱼，仅供一饭之需。授人以渔，则终身受用无穷。学知识更要学方法，相对于高中其他的理科学科，生物的学习较为简单。但是要学好高中生物不仅要有明确的学习目的，还要有积极的学习态度和科学的学习方法。针对高中生物学科的特点，笔者从自身的教学经验出发总结出以下几点学习高中生物知识的建议，希望对大家有所帮助。

一、熟记课本，合理有效的结合课外辅导书

对于生物学习来说，掌握了教科书就掌握了大半的考试内容的一半，在任何情况下，课本起到的作用都是举足轻重的。俗话说：万变不离其宗。大概就是说任何问题都是由课本上的知识内容演变出来的吧，因此对于课本中的定义案例学生都要熟记于心。每当老师讲完一节课后，都会有相应的知识小结，这里是需要学生认真听讲的地方，不要以为一节课都认真听讲了，最后知识总结是在讲重复的地方所以便开小差。课后小结有它的特点，是我们应该学习的地方，老师用简单明了的框架说明这节课知识之间的联系，具有高度概括性和总结性，是学生应该学会并且会应用的技能。对于课本的内容，每一节、每一章都应该有自己的总结，知识概括，这样才能更好地理解并记忆课本知识。

接下来要谈课外辅导书的作用。进入高中课业量加大，同时高中的老师更加看中学生的自学好问能力，因此老师要注重培养学生们自行学习的能力，在这时合适的课外辅导书便起到了重要作用。课外辅导书一般选择一本或两本即可，多了学生则会看不过来，对于生物学习初期，学生们可以仿照书上的总结进行课时回顾，能够很好的提高学生的学习能力以及对知识的掌握程度。除此之外，学生还要关注难点及考点解析，做到充分把握得分点。

二、理论与实际相结合，更有利于生物的学习

生物属于偏文科的学科，因此在学习生物的过程中会有大量知识内容需要记忆，但是生物学科的学习并不是死记硬背，更多的是需要理解，在理解的过程中便需要适当的结合实际进行记忆。在我们的日常生活中有很多与生物知识相联系的地方，比如讲到植物的特点的时候，老师可以带领学生进行实地考察，这样才能更好地将生物与实际结合起来。学生们可能在初次学习生物知识的时候不会主动联系身边的实物，这就需要老师的努力了，在学习到相关内容的时候教师可以带同学们进行实地考察，激发同学们的兴趣，毕竟兴趣是学习最好的老师。进行实地考察后，学生们要写出自己的感悟，思考出书本上没有的内容，并在课堂或是课下与同学或老师进行交流，互相评论，这样才能培养学生们的思考能力，产生实地考察的意义。

学习生物知识时，老师可以引导学生思考相关的生物知识可以解决什么实际问题，以培养学生的思考能力。比如学习到选修制作果醋的时候，老师可以带领学生参观当地的果醋制作厂，也可以自己进行制作，让学生在亲自动手过程中对知识内容有更全面的了解和记忆。最后要联系生活实际，让学生小组间解决这些问题，然后自己提出问题，解决不了的问题由老师进行解答，这样同学们学习到的知识会更牢固，学到的东西也才是真正属于自己的。

三、习题巩固，是提升学习效果的必由之路

任何一门学科的学习必须经历做题的过程，当然生物也不例外，学生们在做题的过程中往往会产生眼高手低的问题，觉得自己这个知识点会了，便不再进行相应的习题练习。在这里我要特别强调习题的重要性，一个生物题目结合以往学习过的内容往往能够做到举一反三。通过做这样的题目，不仅可以帮助学生们进行知识点的回顾，还可以帮助学生们进行举一反三能力的培养，所以做题是取得高分的必由之路。

当然，在做题的过程中对于习题的选择也是有要求的，对于刚学完的知识点要从易到难进行，如果开始就选择难度很高的题目，容易打击自己的学习积极性，不利于接下来的后续学习。遇到不明白的问题，我主张的是学生先进行一定的独立思考，不要急于看答案分析，先想想自己的思路，然后再看答案解析，同时进行对比分析，看看自己的思路与正确的答案解析思路有什么不同的点，差别在哪里。有思考才会有进步，同学们一定要记住不思考，不做题。除此之外，要将做错的题目、经典题目进行整理记忆，每一道题目都是出题老师的心血，它值得大家去整理，学生一定要勤于动笔，不要以为自己改过来就已经记住了。俗话说“好记性不如烂笔头”。只有写到书面上，才利于自己的后续复习，再好的记性不去复习也会对做错的题目有遗忘。

四、错题集的建立与使用会让学生的学习事半功倍

对于学生的学习必须要建立一个错题本，如果时间不够可以把订正的错题订在卷子上，这样可以节省时间。但是一定要建立错题本，对于错题要有自己的反思与总结，同样还是那句话，有反思才会有进步。在整理的过程中，学生可以对错题难题进行适当的分类，可以根据题型分类，比如实验题有一个专栏，分析题有一个专栏，这样复习的时候可以针对同一个题型进行反思思考。当然也可以根据知识点进行分类，像关于光合作用的习题可以放到一起，关于细胞的问题可以放到一起，这样就可以做到全面有效的复习。

错题本在建立以后一定要及时复习，不能不进行复习，我推崇的做法是在每个错题旁边都留有一块空白，用来记录回顾这道题目的时间，随着回顾次数的增多，可以拉长回顾的时间间隔，每次回顾错题时都要把它当作新题来做，不要依赖当初写下的解析，一定要进行独立的思考，当确定自己遇到这类题不会再错的时候，就把它从错题集上划掉吧。这样随着时间的累积，虽然错题在增多，但是错题本并不会很厚，这就是一个把错题本看薄，同时又是一个把错题本看厚的过程。因此学生要想取得不错的成绩，一定要注意错题本的使用。

总之，生物是一门与实际有紧密联系的学科，所以学好它并不困难，只要大家用心，做到以上提出的几点，相信大家一定会取得令人满意的成绩的。在学习高中生物知识的过程中还有很多方法，教师要结合实际的教学情况以及学生的实际水平进行选择，使学生能够更好地掌握生物知识，为以后更深层次的生物学习打下坚实的基础。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找