# 高一英语学习方法有哪些[五篇]

来源：网络 作者：空山幽谷 更新时间：2024-07-22

*第一篇：高一英语学习方法有哪些学习英语的重要性已经是不言而喻的了，可实际生活中，由于对口语、听力训练不够，大部分高中毕业生、非英语专业大学本科毕业生口语发音不准、说话不流利且听力太差，无法用英语进行交流。那么接下来给大家分享一些关于高一英...*

**第一篇：高一英语学习方法有哪些**

学习英语的重要性已经是不言而喻的了，可实际生活中，由于对口语、听力训练不够，大部分高中毕业生、非英语专业大学本科毕业生口语发音不准、说话不流利且听力太差，无法用英语进行交流。那么接下来给大家分享一些关于高一英语学习方法，希望对大家有所帮助。

高一英语记忆方法(仅介绍几种)

(1)发声动觉记忆和书写动觉记忆

学习高一英语最根本的就是记忆，无论是平时背诵课文还是记忆单词、句子，一边读一边写，效果都比只读不写或只写不读好。在记忆时，读书的声音要洪亮，如果用手指在空中或桌子上划，使记忆活动立体化，有利于记忆。

(2)形象记忆和联想记忆

形象记忆要求学生有充分的想象力，将无规律的单词记忆串起来，如book、look中oo像眼睛，与“看”有关，在对课文的形象记忆时可以通过表现课文内容的画面或在头脑里产生的相关情景而实现。联想记忆在记忆单词时，通过查字典找出词缀、词干，联想同义词、同类词、反义词、派生词、对照词等，如由appreciate联想到loveenjoylike等同类词。

(3)循环记忆和分类记忆

按照遗忘先快后慢的规律，背诵应该在最初记忆过后，最近期内多复习，然后逐渐减少;背诵时可以按照共同的框架从整体上加以把握，进行分类记忆。

高一英语阅读方法

(1)搜寻性阅读：搜寻文中的信息，注意文章的标题、开头、结尾及其它概括性的段落和句子。

(2)理解性阅读：通读全文，把握段与段、句与句、文章内部之间的关系，理解作者的意图。

(3)评价性阅读：对文章中某些内容做出鉴定和判断，在对文章信息做出判断之前必须仔细阅读，深入理解。在阅读时要把作者的观点与材料分开，明确作者的观点，研究论据的类型以及论据与论点之间的关系，注意作者明确提出或暗示的假设和设想，最后决定自己的态度。

(4)记忆性阅读：对文章进行记忆性训练，把握文章的人物、事件、时间、地点等。

(5)创造性阅读：带着自己提出的某些新见解去阅读，结合作者的观点与自己的问题提出问题，同时根据词根、词缀猜测生词意思。

高一英语其他学习方法

(1)词、句、文结合学习法

文章常由句来支撑，句子由词支撑，词不离句、句不离文。学习时应将词、句、文结合能使语义和语用得到统一，情景和上下文得到统一，有助于提高英语理解能力。

(2)联系对比学习法

在学习高一英语语法的过程中，经常会遇到似是而非的现象，如系表结构和被动语态、现在分词和动名词等，用对比归纳出其中的异同点的方法，便于识记。

(3)借鉴汉语学高一英语语法

对在英汉两种语言中语法形式和意义方面区别明显的内容，同学们容易掌握，而彼此不同而区别又不大的内容学生不易掌握，尤其是两者的语序不同是学习的难点，学习过程中同学们要借助比较的方法，认清并掌握它们。

**第二篇：高一英语学习方法**

达尔文曾说过“关于方法的知识是最重要的知识”，不管我们学习什么，掌握正确的方法是

最重要的。

我们现在正面临着一个初、高中的衔接问题，初中侧重基础的语法知识，而高中侧重具

体地使用英语。所以，学好英语首先要掌握正确的方法，什么是方法？

一、首先要明确几个观点：

1、学英语的目的是使用英语，只能在用中体会它的规律，掌握它的方法，通过练习学会使用。因此我们要抓住每一个机会用英语。如课程表的书写用英语，学习学科的英文书写等。课上40个人，能有机会一定要抓住机会，而且要给自己创造机会练习口语，课下要寻

找机会去练习使用英语。练习听、说、读等能力，做适量的练习巩固课内知识。

2、关于语法知识的学习：掌握一定的语法知识是必要的，它是基础，中国人学习外语要学点语法，但是过分地研究语法是不利于能力的培养的，这也是中国人学习英语的误区。有人说，那么高考怎么办？高考正是考查学生实际使用英语的能力，语法的考试也是在实际

语境中考查，因此语篇的能力才是真正的能力。

3、语言的学习应听、说、读、写全面发展，在开始阶段应以听说为主。高一新学期1

—2月内主要以训练自己的听与说的能力为主要目标，逐步加大阅读。

4、语言的学习与任何知识的学习一样，以自学为主。要有一定的自学能力，外语学习不是老师讲会的，是自己练会的。在使用中、练习中掌握规律。精讲多练，讲练结合，以练为主是外语教学的主要特点，仅仅靠老师是不够的。因此外语学习的过程是练功夫的过程，是长期坚持不懈的学习过程。在这个暑假尚未开学之前，希望大家要有一个英语学习目标，真正地行动起来做好新高一的准备工作。

二、听的练习的具体指导

（一）听力能力是重点

在高考中听力共20小题，每小题1.5分，一般为10段材料。其中1—5段为简单对话，读1遍。6—9段为较长对话，每段设计2—3题，读2遍。第10段为独白，设计2—3题，读2遍。一般来讲，后两段读速较快，要求较高。从现在社会环境要求方面看，听、说能力的高低是一个人英语水平高低的表现形式，与人交往离不开听、说的能力，因此重视听的能

力是首要任务，听得懂才能说得出。每天应坚持听的练习20—30分钟，一定听的输入必然

会有听的收获。

（二）听力能力的训练方法

1、模仿磁带，注意发音，学习准确的语音、语调，力求发音标准、漂亮。课本录音带

及其它相关有声材料都是很好的训练材料。

2、坚持精听和泛听相结合。精听是指使用有材料的听力训练。可采取先听后看的方法，即在阅读听力材料之前先听2—3遍，再翻开材料边听边读，对已知和未知的内容有了一定了解，然后再合上书，边听边理解，直到全部材料都能听懂并跟上它的速度。泛听是指抽空随意地听，可以是无材料可循的内容。如收听英语广播，调频91.5兆赫，VOA（美国之音）《空中英语教室》节目，收看CCTV9，《新概念》第二册等，甚至在平时收看外国影片时也

能学习英语，训练听的能力。

3、听的训练是在坚持不懈的努力中，循序渐进的，既不可操之过急，也不能只想不干。

听力时间的保证也是提高听力能力所必需的。

三、说与读的训练指导

（一）说的训练

说的训练是高一阶段的训练重点之一，也是培养一个人与人交往能力的重要形式。

1、要敢于张口，大胆地练说。虽不如《疯狂英语》那样疯狂，也要把说英语像说汉语

一样自如作为自己的追求。

2、多与同学交流，抓住课上机会练习说英语。利用课余时间，寻找机会，创造机会说英语。组成小组，参加英语角等。重复句、造句子、背诵、复述课文都是训练说的能力的好

方法，只有简单的做到了，再难的任务也就不难了。

3、把练习一口气说出5句话没有错误作为训练说的能力的前期标准。话题可由感而发，也可以是看到周围的动态、静态的事物，张口而出。

4、留心观察周围的事物，如街头广告、标语也是学习英语的好材料，看到后说出来，也是训练的方法之一。

（二）读的指导

1、阅读能力是一切能力之本，也是高考要求的重中之重。在有了一定的听、说能力之

后，培养阅读能力也是高一阶段的重要步骤。

2、从兴趣入手，以读自己感兴趣的英文小短文、小散文、小说入手，渐渐地语感增强

了，词汇扩大了，能力提高了。

3、推荐读物

（1）由China Daily主编21st century·School Edition.每周发刊一期。话题覆盖

面广，角度多，语言新活，是学习英语的好材料。

（2）外语教学与研究出版社出版的书虫系列，选择多，语言简单，生词量小，兴趣的发展得以保证。

4、阅读数量标准。每天应坚持30分钟，300—500字的阅读。可集中时间读，也可利

用零散时间读。

5、精读、泛读相结合。精读是指认真处理生词、难句，对句子成份认真分析等，既学语言又学语法。泛读则是指重视了解文章大意，可采取略读、跳读等方法。不论是精读还是

泛读都切忌边读边查字典，这样会打断阅读的整体思路不利于语言能力的提高。

四、几种不良倾向

1、有人认为高考成绩高就行了，不练说也没关系。其实我们现在学习英语已不仅仅是为高考了，而是要为高考后的生存与发展做准备，也为个人与社会大环境接轨打基础。更为

个人向国外发展作必要的准备。

2、有人认为多做题就能解决问题。人们常说：量的积累可达到质的飞跃。但是盲目地追求数量而忽视质量是不可取也是无效的。死扣语法不重视在一定的语境中体会、运用知识

也是不正确的。

3、有人常立志而不是立长志。英语学习最怕“三天打鱼，两天晒网”。高兴了干一阵，进步了就停下。走走停停只能导致成绩的起伏不定，最终导致兴趣降低，自信心丧失，造成恶性循环。

4、有人只会做或者是只做老师要求干的事。进入高中阶段，走向成熟的表现在学会自

己学习，要学会安排自己的学习内容，要学会支配自己的学习时间。

五、学好英语，上好英语课的几个环节

1、尽快适应新环境、新同学、新老师，尽快适应高中学习。

2、课前认真做好预习工作。因为课时紧，内容多，强度大。不认真预习，课上会很被动。预习要做到认真听录音，模仿，掌握准确的语音、语调，了解单词意思，课文内容，找

出疑难问题。

3、课上认真听讲，积极参与课堂活动，给自己更多的机会锻炼听、说能力，认真适当

地记笔记。高效率听课，才能有高水平的收获。

4、课后要及时认真复习，按时完成作业是首要的。复习是为了巩固课堂知识，同时也

应适当地做一些练习。遇到没有理解的内容应及时问老师，使问题尽快解决。

5、要有适应新环境的能力，同时应有承受压力的能力。要会调整自己，相信大家会以

饱满的精神状态，充分的心理准备，顺利适应高中英语学习。

**第三篇：高一英语学习方法归纳**

高中的起步阶段，大家都是新的开始，过去已成历史，我们要把握的是现在，下面给大家分享一些关于高一英语学习方法归纳，希望对大家有所帮助。

高一英语学习方法归纳

1、激活你的词汇

词汇只有通过使用来巩固，因此无论是口语还是写作的练习中，有意识地使用刚刚学过的词汇是非常重要的。比如你想说说关于度假的话题，就可以先回忆一下上次你是在哪里度假的?你最喜欢的事情是什么?有那些词汇可以描述风景，心情，又有哪些词汇可以把动作描述得更为准确?

2、激活你的语法

结合学过的语法项目，可以稍微做一下回顾。比如本学期学了哪些句型?当我们回顾定语从句的时候，首先就要知道什么是关系代词，什么是关系副词。当我们学习名词性从句时，也应该懂得哪些从句的陈述句可以省略that，哪些不可以省。当我们学习一般过去时的时候，不仅可以描述一下上周末做过的事情，而且可以思考一下它和现在完成时的区别。如果把学英语的人比喻成建筑师的话，词汇是砖瓦，语法则是架构。由此可见，没有正确的架构，是建不起高楼的。

3、闲来无事唱首歌

不管是英语课前还是你准备开始学英语之前，你都可以唱首英文歌来热身。当然要选择那些容易理解的歌。这个简单有意思的活动会帮助你放松自己，迅速使大脑集中在英语上。因为在学习英语的时候，保持放松的心态是非常重要的，它可以帮助你激活你的创造力，而创造力会帮助你在操练英语的时候想起更多的例子。

4、写一段英语练练笔

如果你马上要开始复习英语了，先别急着翻开书本。而是随意写一段英文，可以是关于你的朋友的，你的一天，你的爱好等等，什么都可以。和唱英文歌一样，练笔可以帮助你很快进入到英语状态，同时也可以巩固你的知识。

5、读一本好的英文书

小说可以帮助你了解西方文化，杂志可以帮助你接触到最鲜活的语言。不管读什么都可以帮助你提高英语能力。注意，不要选择太难的读物，遇到生词的时候也不要立即停下来查字典，而是设法根据上下文猜测词义。即使你非常想知道某个词的意思，也要等到读完一页或一个章节的时候再查。

6、每天都要学英语

天天接触到英语很重要。不过别误会，我可不是让大家只学英语。每天30分钟比一周一次但持续4个小时要好得多。持续时间短但频率高会帮助你的大脑永远为英语保鲜。

7、及时整理课堂笔记

把在课上的笔记再整理一遍可以更好地记忆和消化学过的知识。而整理后的整齐有条理的笔记将为你以后的复习提供方便。建议同学们把语法的条目和词汇的用法分别记在本子上。语法包括不同的条目，考试重点，相关练习等，而词汇则包括拼写，词性，英文释义，例句摘抄等。

8、尝试不同的方法

不管你多么喜欢某种方法，都千万只锁定这一种。不同的学习方法会开发你的多元智能。比如，如果你复习学过的单词时，既可以画一个词汇的图，也可以造一个句子，更可以通过前缀、后缀以及合成来帮助记忆。所有这些都可以帮助你巩固知识。

高一英语如何复习的方法

紧扣高一的知识点展开复习：

1单词利用有效的方法进行攻克(音标记忆、卡片记忆、搞怪是造句)

2不规则动词必须进行背诵(可以分类比如AAA　 ABC　ABA　ABB　AAB)

3课后语法复习(定语从句的关系词用法以及介词提前、that的6种特殊用法、限定和非限定的区别、定语从句和同位语从句的区别;情态动词注意must canshould may might的用法;最后复习一下时态注意时间状语的提醒)4每天坚持15分钟进行背诵、朗读，理论结合实践。

复习可以分作三个阶段:

第一个阶段，每门课的每一章好好看看，课本、笔记本、老师上课讲的东西都要好好理解好好消化，这一阶段是把最基础的东西掌握，关上课本，整理一下思路，将至今为止所学的内容好好回忆一下，要达到每想到一章就能立刻想到它的重点所在，然后把所有章节串起来，有个清楚的脉络关系，因为知识点之间都是相互联系的，万变不离其宗，基础部分掌握好不仅对后面的复习有利，同时考卷的80%的内容也就没问题了~

第二个阶段，将已经做过的作业、习题集和考过的试卷拿出来好好看一看，最好是再做一遍，心里想想思路，做错的要明白错在哪里，第二遍做仍然错的要仔细看，搞清楚是什么知识点理解错误，这个阶段完成之后，考个中上等的成绩应该不是问题。

第三个阶段，就是拔高，如果时间允许的话，根据自己的情况适当做一些题目，一是巩固复习的成果，二是看一些不同的题型。

有几个要注意:

一是，要好好理解概念，做好基础题型，很多难题也是简单题目上来点障眼法，基础概念领悟透了，自然也看得出难题的实质。

二是，基础概念等等是针对数学物理化学之类的，像语文历史政治之类的，还是要好好记忆的，这个就只有在理解的基础上背了。

三是，时间方面也要好好安排，做个计划表，每天看多少内容做多少题目等等给自己订个计划，计划不可太多，免得每天计划完不成对自己自信心还有影响.高一英语的学习误区

一、把五种技能学习变成单一的看懂

学习英语大家都习惯分解成五项技能，分别是听、说、读、写、译，但有的人拿到一本口语教材的时候，翻开几页一看，以为自己都看懂了，就认为很简单，其实，看懂不等于会说，练习英语口语不仅仅是看懂就可以了，还要通过一些能看懂的内容来锻炼口头能力。

二、速成心理

要想看懂英语、说好英语，并不是一朝一夕的事情，即使是外国人也不是一出生就可以说好英语，学好英语没有捷径，只有方法的好坏，比如记英语单词，大声朗读，反复练习发音，这样既可以提高听力，又可以改进口语发音。

三、通过汉字记音

现在很多学生学习英语都喜欢用汉字来记英语发音，例如“古帝拜”记成“good-bye”，这种学习英语的方法是极其错误的，大家千万不要效仿。

四、重视结果不重视过程

学英语的结果固然重要，但过程却比结果重要一百倍，为什么这么说呢，因为学习效果和质量取决于学习过程，大家一定要按照学习的规律，一步一个脚印认真地学，只要学习方法对了，好的结果自然会有。

五、对教师的依赖

大家要仔细揣摩一句话：师父领进门，修行在各人。这句话点出了学习的本质。任何一种学习，归根结底都是要靠学生自己，过分依赖老师是行不通的。

**第四篇：高一新生----英语学习方法**

高一新生：英语学习方法

曾经有不少同学问我：“为什么我当年中考英语140以上，而现在高考模考英语130分却很难？”我回答道：“为什么我当年玩星际争霸无人能敌，而今天在魔兽争霸的游戏里确给人贬为菜鸟？”无语……

“因为我在大学的几年里，没有做到与时俱进，跟上游戏界不断变化的思维方式。”我打破了他的疑惑：“同样，你这几年也是错误的以为高中英语的学习和初中一样，考前临时背背单词，随便添添就好了。”噢……

当高考英语更重视对语篇信息的考查和具体信息的深入理解，而中考英语仅仅考查具体信息与表面信息的时候，我们学习思维习惯的培养就成了高中英语学习的重中之重！

1.英语学习的目的绝不只是考试！

英语不仅对高考而且对以后而言都是非常重要的工具。不论你以前的英语基础如何，请相信一点：可以通过努力提高成绩的。所以现在暂时英语学习不顺利的同学千万不要中途放弃。同时，你也要相信：提高成绩不是结果，而是一个过程，最后的结果是你能够掌握一门语言和文化。

所以，现在就克服对英语的羞怯心理，摆脱英语给你带来的困窘。把书面表达和口头表达并行发展提高。多和人尝试用英语交流，看到任何有趣的英文单词都记下来，生活中充满了这种乐趣。比如，万柳新城的英文在广告牌上写的是“willow”，原意是柳树，而谐音就成了万柳，让人不得不佩服设计师的精彩思维。接下来，我们就可以发散思维了，把所有带“illow”的单词都查出来玩。有billow（巨浪），pillow（枕头）。这样不就在生活中逐步学习了吗。这才是学习英语的目的：“To explore the unknown”（探索未知）

2.单词不是死背的！

背单词很重要，因为单词可以弥补语法不扎实和理解的不足，更可以用在作文得分中。但是，背单词不能死记硬背，要背硬记死！单词要采用联想、对比、归类、尤其是构词法记忆，结合字音、字形、字意和句子来记忆，在脑海中创建一种单词的场景来记忆，场景一定要夸张，这样才能记得牢\*，才能死记活用且事半功倍。

3.语法不能总记成“固定搭配”

语法很重要。谁也不能绕开它而培养出很高的英语素质和能力。但是，很多时候我们都会说“xxx是固定搭配，记下来！”其实不然，在语法上要多归纳，多总结，多比较，体会语法的系统性和规律性。于此同时，学与练相结合，在练习中提高在分析情景的基础上运用语法的能力。

我们研究后，深深地认识到：新课标首要纠正传统语法中心式的英语教学这一错误。英语教学是要培养英语的熟练使用者，而不是英语的语言运行研究专家。高考命题向这个方向转变，应用性变得非常的重要。

4.阅读时培养语感很重要。

在考试时碰到一些自己从未见过的句型和短语，如果单\*语法分析无法解决时，就可以凭借语感来判断。训练方法在此提供两种：第一：大声唱读法。跟磁带朗读课文或其他阅读材料，一定要模仿语音语调，就像在KTV唱歌一样，这样不知不觉中就能把课文熟记于心了。

第二：两遍阅读法。第1遍，囫囵吞枣，掌握大意，不用字典。第二遍，查出生词，划出词汇，整理词句。

5.学习英语不一定要上培训班！

有人说，你说了半天批评性的思考，不就是想忽悠我上培训班吗？请听好，我思考的最后一点：学习英语不一定要上培训班！

目前英语培训班林林种种，皆为利来，熙熙攘攘，皆为利往。大体分为两种：短期班和长期专项班。短期班里，平心而论，24小时让英语有质的飞跃是不可能的，只能激起你的兴趣和掌握好的方法，在课下的练习和课上于老师的沟通此时就非常重要。而长期班专项则比较务实，在一个期间里，和老师一起扎扎实实地打好基础，但是你的时间成本会比较高。如果你能掌握我之间的四种想法和方式，这些班没有必要上，因为学习，学习英语是一辈子的事情，学习的方法最为重要。

如果你对巨人的英语课程或者其他学校的课程有兴趣，我们的建议是：不可盲从，独立判断。你可以这样做：1找机会试听，讲大量讲语法与句型，把生动的课文讲的枯燥无味的，这类课程最好敬而远之。2 问清授课教师毕业学校和在工作单位。3听授课教师的特色，好老师几句话就能讲明白复杂问题。而一般老师则讲得多而不得要领，一旦你听不懂就说你理解力差。

**第五篇：高一英语学习方法指导**

高一英语学习方法指导

一、预习

预习是高一学生英语学习过程中相当薄弱的环节。因此，要逐渐养成自主预习的良好习惯。预习时应经常采取“找问题”的方法。预习的内容很多，如：运用拼读规则和音标学习生词；预习新课内容，了解大意，回答有关问题；找出难点并做上标记；听录音、模仿跟读；做好预习学案等。

二、课堂笔记

做课堂笔记是掌握知识过程中的一个重要环节，但大部分高一学生却不会做课堂笔记。做课堂笔记一定要有取舍，切忌抄板书，应在听懂老师讲解的基础上，择其重点边听边记，努力提高听课效率，力争在课堂上解决知识问题。

三、词汇记忆

记不住词汇，其实是词汇的复现率不够，而光死背单词，又太枯燥，费时效果差。词汇记忆难是事实，记忆词汇有许多方法，但多阅读，在阅读中巩固词汇的识记不失为一个好方法。

尊重记忆规律，反复也是关键。

四、多背诵，博闻强识

背诵是一种强化语言材料输入的好方法，是不可缺少的语言学习环节。熟练背诵课文中好的段落，语句或例句很有好处，你会意识到，你会说的那些句子能十分有效地帮你对付各种各样的考试题。

五、重视书写训练

高一年级处于高中的起始阶段，一切必须从规范抓起，严格要求。只要思想重视，认识到位，态度端正，是可以改变自己的现状的。高一的学生要高度认识书写的重要性，把英语书写列入每天的练习范围，每天坚持练习十分钟。练习的内容可以抄写好词好句，也可以是书面表达范文，也可以是课外阅读中发现的美文，在时间上可以尽量利用课余的一些零碎时间。先从英文字帖临摹开始，然后过渡到高考的书写格式，这样三年坚持下来，到高考时必然会有满意的回报。

2024年2月23日

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