

2010年执业药师分享：提高复习效率的七种方法 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/646/2021_2022_2010_E5_B9_B4_E6_89_A7_c23_646579.htm 如何提高自学效率是每位考生在学习过程中都要面临的问题。特别是在工作与生活矛盾比较突出、各种干扰影响较大的情况下，摸索和总结适合自己的有效的自学方法，借以提高自学效率，从而尽可能的在较短时间内取得较好的成绩，是每位考生在自学过程中最大的愿望。那么，在自学过程中，考生如何提高自学效率呢?下面就介绍几种比较有效的方法：一、理清体系，把握总体 考生自学任何一门课程，都要从总体上把握教材的体系，以便准确的把握教材的内容。要做到这一点，考生可通过阅读教材目录来掌握教材的结构，以便抓住贯穿教材的主线，理解和掌握和章节之间的相互关系，从而为下一步的深入学习提供一条比较清晰的思路。二、分清主次，突出重点 考生自学教材的重点就是抓教材的"纲"，"纲"抓住了，就能"纲"举"目"张。因此，在自学教材的过程中，就要注意找重点、抓重点、把握重点和掌握重点。找重点，但不一定非得单一地从考试的角度来理解重点和抓重点。一般说来，教材的重点是多层次的，既有全书的重点，也有每个单元的重点，还有每一个章节甚至每一个问题的重点。同时，对于每一个基本概念，基本理论甚至每一个问题的重点字、句也不能忽视。抓住每个层次的重点，着重学习，深刻理解，准确记忆，不断巩固，就能收到以点带面，全面掌握的效果。三、多找疑问，加深理解 对教材中的一些难点，疑点和重点问题，要多问几个"是什么"、"为什么"，然后多动脑，多动手，多思考，找答案

。这样带着问题学习，目的性强，思想容易集中，有利于自学，有利于加深理解，也有利于提高记忆效率，收到事半功倍的效果。

四、纵横联系，融会贯通 同一本教材的不同章节之间，甚至每年开考的不同课程之间，都存在着一定的联系。因此，不论学习什么内容，都要注意运用联系的方法，使前后内容相互贯通。这样做，既有利于消化新知识，又有利于使自己的思维得以扩展，又能使自己的认识进一步深化和提高，收到温故而知新的效果。

五、联系实际，活学活用 理论联系实际，历史联系现实，这是学习的最基本的方法。我们在学教材的过程中，要想掌握新学的理论知识，就不能靠死记硬背，更不能依赖现成的"标准答案"，关键在于分析和理解，要"活"学，不要"死"学，要把基本理论分析清楚，理解透彻，掌握牢固。另一方面，还要学会运用。在自学过程中，要注意工作实际和思想实际，有意识地将学过的知识一点一点地逐步加以运用。这样做，既能启迪对理论精髓的深刻认识，又能提高运用理论知识分析问题和解决问题的能力。同时，在工作中对理论知识的运用，本身又是一次再学习，再深化，再提高的过程，是一种高层次的学习。

六、借助图表，消除难点 在教材内容比较复杂或难以记忆时，我们就有必要勾画一幅纲目清晰的教材结构图表来帮助自学和记忆。这样做，一是在勾画中加深对教材的理解，二是为下一步的全面复习和重点掌握节省时间。勾画图表时，要按照从左往右、从上到下的顺序和由大到小、层层分解、逐步深入的原则进行认真地分析和综合，并把每一层次的重点据其因果关系和逻辑关系等构成知识网络图。知识网络图可大可小，可详可略，完全根据个人自学和复习的情况来定，要灵活掌

握。利用图表进行自学，提纲挈领，既有利于重点深入，又有利于全面把握，对圆满完成自学任务具有非常重要的作用。

七、模拟训练，把握题型 进入复习迎考阶段，在全面自学的基础上进行重点复习的同时，我们还要进行自测模拟训练，其目的不是“猜题押题”，而是为了把握题型，以使答题更加正确、规范。模拟训练的题型，主要是以往的考试题，还有本教材的自测题，作业题。在模拟训练中，一是要注意不同题型的答题方法，掌握答题的规律.二是要注意对照问题的答案内容，使问题更准确、更可靠.三是要注意教材修订后的内容变化，把握重点。参加考试的考生绝大部分是在职学习者，工学矛盾比较突出，学习时间有限，学习难度较大。这就要求考生在自学过程中，要注意摸索适合自己学习特点的学习方法，尽量发挥自己的优势，努力减少学习的盲目性，并坚持随时总结，以提高自己的效率，取得更好的学习成绩。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com