

进入学习成功隧道之怎样进行系统复习 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/95/2021_2022__E8_BF_9B_E5_85_A5_E5_AD_A6_E4_c64_95908.htm

什么叫系统复习？系统复习就是用比较集中的时间，对学过的有关知识进行再加工的学习过程。系统复习的种类和名称很多，这主要是因为划分时所用的标准不同而造成的。按时间划分，可以把系统复习叫阶段复习，根据阶段的不同，可称为：周复习、月复习、期中复习、期末复习等等。按内容划分，也就是依复习的内容来命名，如物理的光学复习、力学复习、热学复习；化学的无机化学复习、有机化学复习。当然还可以分得再细一些，这要根据复习的任务来决定。进行系统复习，一要有时间，二要有内容。在实际复习时，上面两种划分法，又往往结合起来一起使用。按学习态度划分，又可以把系统复习分为：主动系统复习和被动系统复习。被动系统复习一般在考试前进行，它实际上是为了应付考试而不得不进行的复习，带有考前突击的性质。主动系统复习一般在平时进行。

（一）系统复习的好处来源：www.examda.com 从表面上看，系统复习只是学习的重复，但这种重复和初次学习时大不一样。进行系统复习时，知识水平和能力比初次学习时要高得多。学习的角度也发生了变化，是站在整体和全局的角度来看问题了（当然这个整体和全局是相对的）。由于这种变化，使得系统复习的内容虽然还是学过的那些知识，但通过“温故”却可以得到许多新收获。这种新收获，集中表现在系统复习带来的四点好处，即：回忆重现，使知识巩固化；查漏补缺，使知识完整化；融会贯通，使知识系统化；来源

：www.examda.com综合应用，使知识实用化。这也许就是“温故知新”中“知新”的主要内容吧！可以说，正是通过系统复习，使知识的掌握来了个飞跃，达到了系统化和综合应用的高级阶段。下面就以上四点加以具体说明。（1）回忆重现，使知识巩固化有的学生总抱怨自己的记忆力太坏，学过的知识，到了该用的时候，怎么也想不起来，对学习成功渐渐失去了信心。有的学生认为，学过的知识反正是要忘的，早记早忘，不如在考试前突击记忆。可是到了临考前，由于要记的内容实在太多了，一时又记不过来，心里很烦恼。还有的学生认为，理解了的知识自然就会记住，可事实上，明明理解了的知识，却也忘记了，到运用时不知所措。其实，人的头脑在记忆方面，既不像计算机那样忠实，也不像笔记本那样可靠，一个人对感知过的事物总是会忘记的。遗忘是一种正常的心理现象。来源：www.examda.com科学实验表明，学习以后，所有的人都会出现先快后慢的遗忘过程。可见，问题不在于会不会忘记，而在于怎样和遗忘现象做斗争，使我们所学的知识能牢固地保存在头脑中，以便在应用时能随时取用。怎样才能使知识很好地保存在头脑中呢？有的学者认为，经过学习，知识在大脑中形成了一定的神经联系，这种联系，如果不通过反复的、有效的刺激来强化，那么，就会慢慢“消退”，表现为遗忘现象。而系统复习正是为了进一步强化和完善这种神经联系，以防止它的“消退”。在系统复习时，要重新回忆过去学过的知识，使这些知识在头脑中再一次出现。例如，要回忆每一个概念是怎么引出来的，概念又是怎么得出来的，概念的内涵和外延是什么，而复习一些原理公式时，要回忆这些原理是怎么推导出来的，

这些原理适用于什么范围，公式反映了哪些数量关系等等。这种回忆本身就起着强化记忆的作用，而回忆不出来的问题，又可以作为重点，再来加深理解和记忆。这些，无疑都有利于知识的巩固。更重要的是通过系统复习，对概念和原理的理解会更加深刻，能揭示出事物之间的内在联系，而这种理解的加深又会大大促进记忆。因为，记忆的内容已是系统化的“知识之网”上不可缺少的部分了，这种内在的联系，像网络那样，把记忆的内容牢牢联络起来，结果就不容易再遗忘了。例如，学化学时，开始对质量百分比浓度、摩尔浓度和当量浓度究竟反映了哪些事物之间的数量关系，总搞不清。到系统复习时，通过比较找到了这三种浓度之间的共同点都是反映了溶质和溶液之间的数量关系；不同点在于溶质和溶液表示方法不同而已，有的用质量比，有的用摩尔数、当量数，有的用体积。再进而通过系统复习，找到了它们之间互相换算的途径，那么，这个浓度问题就变得很容易记了。又如，有的学生在学习生理卫生时，开始死记八大系统的名称，经过系统复习后，认识到了八大系统和细胞正常新陈代谢之间的关系，也就是找到了八大系统的内在联系，这时会格外好记，用不着再死记硬背了。如果一个学生能在预习、上课和课后复习的基础上，坚持每周有小结，每章有总结，每个专题有复习，每门学科有总复习，从不同角度、不同层次、不同水平上对所学的知识进行多次的系统复习，那么不仅所学知识的质量会越来越高，而且会以少而精的形式牢固地贮存在头脑中，为独立地应用这些知识创造极好的条件。为什么优秀生面对问题会迅速地把有关知识从头脑中“提取”出来，把问题迅速解决呢？这是与他们坚持复习，尤

其是坚持系统复习分不开的。(2) 查漏补缺,使知识完整化

来源: www.examda.com在漫长的学习过程中,由于各种因素的干扰,如生病缺课,闹情绪学不下去,环境太乱分了心等等,往往使某一部分知识没有学好。由于所学的知识又有一定的独立性,因此,这些漏洞和欠缺在学习后面的新知识时,尤其是在换了学习课题后,常常被忽略,一时没有察觉到它们对学习的影响。如初二物理有漏洞和欠缺,并不太影响初三物理的学习,因为初二物理主要学的是力学,而初三物理主要学的是光学、热学和电学,这些知识都有相对的独立性。如果坚持进行系统复习的话,那么这些漏洞和欠缺,在系统复习时就可以及时被发现和弥补。因此,坚持进行系统复习的学生,很少在学习上有“欠债”现象,他们的知识是比较完整的。不抓系统复习的学生,将会面临什么样的学习局面呢?这些学生往往在毕业考试或升学考试之前,也就是总复习时,才第一次发现自己在知识上还有那么多的漏洞和欠缺。总复习本来就已经够紧张了,还要再补课,结果使总复习的效果大受影响。学习上欠的“债”总是要还的,要么在预习时还,要么在系统复习时还,这都是上策,而拖到总复习时算总账,实在是下策。可以这么说,在总复习之前,还没有还清“学习债”,在知识上还缺乏完整性的学生,是很难承受住总复习的负担的。例如,进行化学计算的总复习,其中涉及到浓度的计算,老师一般可能把复习的重点放在各种浓度之间的换算上,如果这时才发现自己还不明白什么叫摩尔,什么叫摩尔浓度,什么叫当量,什么叫当量浓度,那就被动了,就会造成上课听不懂、课下没时间补的局面。总复习时如果各学科同时出现了上述现象,就有可能导致学

习信心的丧失。可见，平时主动抓紧系统复习，及时查漏补缺，早日使知识完整化是多么重要。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