

# 高二文科学法指导第一课时教学设计

泸县二中 政治组 陈有辉

## 一、学情分析

高二下期是学生成长关键时期，两极分化加剧，一方面主动学习学生意识逐渐增强，一方面后进生由于过去基础知识累积薄弱，导致学习内驱力不断下降，在面对高三压力下无能为力，难免出现抵制学习心理状态。为此，在给学生指导学习方法之前，首先要解决学生学习思想与心态问题。

## 二、教学目标

1. 树立学习意识，激发学生学习目标意识、自信心与内驱力；
2. 理性掌握文科学习方法，不断提高自我学习效率。
3. 掌握科学的文综迎考复习方法，提高备考效率。

**三、教学方法：**案例教学法、总结归纳法、比较分析法、讲授法

**四、课时：**2 课时

## 五、教学流程：

### （一）环节一：思想引领

#### 1.导入设计

**（1）故事 1：**狮子与羚羊——在非洲，每天早晨羚羊睁开眼睛，所想的第一件事就是：我必须跑得更快。而在同一时刻，狮子从睡梦中醒来，首先闪现在脑海里的是，我必须跑得再快一些，以追上更多的羚羊。于是，几乎同时，羚羊和狮子一跃而起，迎着朝阳跑去。

“奔跑”的意义——一个害怕被吃掉，一个害怕被饿死——即生存是当下我们存在与发展的第一意义。

**（2）视频展示：**“生活不易，奋斗永不止息”——升华学生对成长的责任意识、紧迫意识。

**（3）教师设问：**引出当下我们的学生是否需要“奔跑”？社会中存在很多思潮：人生道路很漫长，学习并不是唯一的选择？请针对这两种思想进行探讨，提出个人的观点与理由。

#### （4）学生小组讨论

#### （5）教师点拨：

- （1）奔跑是一种精神追求，挑战极限，勇创一流的精神品质；
- （2）奔跑是一种学习方式，集中精力，要事为先；
- （3）奔跑是一种做事原则，脚踏实地，步步为营；
- （4）奔跑是一种理想信念，相信自己，拼搏必胜；

(5) 人生没有彩排，每一天都是直播；我们只有站上风景台的高度，才有资格点评自己人生道路中的每一分精彩，否则听别人说的永远只能做一个二手货。

## 2.故事 2：美国实验室——南瓜压力的实验

美国 Amherst 学院进行了一个很有意思的实验。实验人员用很多铁圈将一个小南瓜整个箍住，观察它逐渐长大时，能抗住多大由铁圈给予它的压力。当初实验员估计南瓜最多能够承受 500 磅的压力。在实验的第一个月，南瓜就承受了 500 磅的压力，第二个月，南瓜承受了 1500 磅的压力。当它承受 2000 磅的压力时，研究人员开始对铁圈进行加固，以免南瓜把铁圈撑开。当研究结束时，南瓜承受了 5000 磅的压力时，瓜皮才因为巨大的反作用力产生破裂。当他们取下铁圈，费很大力气打开南瓜时，它已无法食用。因为试图想突破重重铁圈的压迫，南瓜中间充满了坚韧牢固的层层纤维。为了吸取养分，以便于提供向外膨胀的力量，南瓜的根系总长甚至超过了 8 万英尺，所有的根都不屈地往各个方向伸展，几乎穿透了整个花园的每一寸土地。

(1) 学生：浏览故事，并思考与回答从中的启示

(2) 教师点拨：相信相信的力量——树立我一定能的坚定信念

有些事情不是因为难以做到，我们才失去自信；而是因为我们失去了自信，有些事情才显得难以做到。

不是因为我们要成功才坚持；而是因为坚持了，我们才有可能成功！

3.设计意图：树立学习的紧迫意识，从思想层面激发学生学习主动性，并树立坚定的学习信心，坚持突破自我，释放学习潜能；

## (二) 环节二：方法指导

### 1.故事引入：龟兔赛跑——第 1 场

很久以前，乌龟与兔子之间发生了争论，它们都说自己跑得比对方快。于是它们决定通过比赛来一决雌雄。确定了路线之后它们就开始跑了起来。

兔子一个箭步冲到了前面，并且一路领先。看到乌龟被远远抛在了后面，兔子觉得，自己应该先在树下休息一会儿，然后再继续比赛。

于是，它在树下坐了下来，并且很快睡着了。乌龟慢慢地超过了它，并且完成了整个赛程，无可争辩地当上了冠军。兔子醒了过来，发现自己输了。

(1) 故事总结：人生是一场漫长的奔跑，稳步前进者往往能够获得最终的胜利。

(2) 教师升华：《平凡的日子与伟大的人生》

俞敏洪：能够到达金字塔顶端的只有两种动物，一是雄鹰，靠自己的天赋和翅膀飞了上去；有另外一种动物，也到了金字塔顶端，那就是蜗牛。

勤奋、持之以恒。我们绝大多数人都像蜗牛一样的平凡之人，哪怕少数是雄鹰与兔子，如果始终坚持与勤奋学习，最终将会让我们的成功站上更高的高度。否则，像兔子那样稍微有点起色，就骄傲自满。你的强项很可能被你变成自己的绊脚石。

## 2. 龟兔赛跑——第 2 场

兔子因为输掉了比赛而感到失望，它做了一些失利原因的分析。兔子发现，自己失败只是因为过于自信而导致粗心大意、疏于防范。

如果它不那么自以为是，乌龟根本没有获胜的可能。于是兔子向乌龟提出挑战：再比一次。乌龟同意了。

于是在这一次比赛中，兔子全力以赴，毫不停歇地从起点跑到了终点。它把乌龟甩在几公里之后。

(1) **故事总结：**迅速并且坚持下去一定能打败又稳又慢的对手。

(2) **教师升华：**改进学习方法，提高学习效率

①**复习方法指导：**“纵横交错”中把握学科学习；“结构优化”中把握学科学习“方向明确”中把握学科学习

②**文综应试“肆”环节：**解题顺序、学科顺序、时间分配、总体原则

③**小结：**成功，不在于知道了多少，而在于你做到了多少。

3. **设计意图：**掌握科学的学习方法，提高学习效率和成果；

## 六、教学总结反思：

2022. 4. 23

超链接：

<http://www.lxjy.cn/Upload/main/ContentManage/Article/File/2022/05/30/202205302124211379.pdf>

# 学习有法

—王燕名师工作室 刘文祥

## 一、教学目标

### ● 知识与技能

1.心灵的力量 2.记忆和理解 3.时间管理 4.科学规划 5.刻意练习

### ● 过程与方法

通过“幽默开场拉近师生距离——摆明观点——引发共鸣——交流探讨——认知构建——与实际结合解决具体问题——引发学习思考”

### ● 情感态度与价值观

学习有规律，事事有方法，让学生形成科学、高效的学习意识，学会灵活处理学习中遇到的问题，从问题中引发思考，达到事半功倍的目的。

## 二、教学过程与内容

### (一) 心灵的力量

1.成功是成功之母，要先成功享受成功。

让学生懂得非对称优势，举例：浙江大学党委副书记郑强老师获得歌唱比赛一等奖；要找自信，要找自己的闪光点，和别人来比较看到自己的优点，让他慢慢的扩大。

要这种优势，扩大到我们每天都享受我的优点。

2.榜样的力量

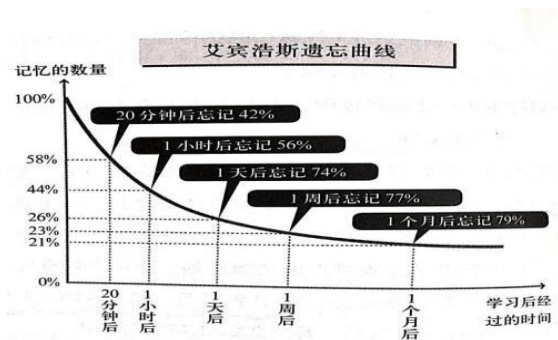
找曾今和我很熟悉、实力差不多，但现在稍微比我优秀的同学作为挑战的目标

3.说你行、你就行——将来进行时心态

将未来成功的自己植入现在我的生活当中去

4.有困难不自弃——增强逆商

### (二) 记忆与理解



1.尊重记忆规律，科学用脑，重视课间的利用，天复习、周复习、月复习，明白年级安排的科学用意与自己的学习实情联系起来。

## 2.过度记忆

含义：“过度记忆”从刚好瞬时记住到牢牢记住的那部分记忆，瞬时记忆，会很快忘记的，牢固记忆，比如“你还会记得你刚学的第一首诗；

## 3.记忆的抑制现象

- 不可能记忆一直好
- 把重要的内容放在最初或最后去记忆
- 大篇幅的记忆可以分段进行
- 合理安排记忆材料，如文理交叉
- 合理安排时间，如早晨、睡觉效果更好

## 4.多维立体记忆



5 .听得懂——代表你不反对老师的观点，或者你认为 老师讲的有道理

做不起——你没有消化成自己的观点，复杂的不好模仿

反复错——你没有搞清楚规律的本质

比如：政史地教材你看了很多遍也得不了高分，教材是编者按照他的逻辑把知识串联起来的，不一定适合的思维，你应该打破重组，建立你自己的逻辑——知识框架想得清楚——动脑、说的明白——动口、写的准确——动手

### (三) 时间安排

1.争取学习的每一分钟，不是争取每一分钟学习 ——强化劳逸结合、强调高效利用，语文、英语——以零碎时间为主，数学、物理、化学、生物——以整块时间为主，文理性质学科相互交叉，将时间以 15min 为基本单位设计，如：考试倒计时、大课间、午自习、下午公共自习、晚自习等；

2.化繁为简：一日清单

#### (四) 科学规划

1.做可以预见的计划——太长的计划激励性不大

**科学规划、遵循规律、坚持不懈、水到渠成**



艾宾浩斯遗忘曲线

20 Minutes	58.2%
1 Hour	44.2%
9 Hours	35.8%
1 Day	33.7%
2 Days	27.8%
6 Days	25.4%
31 Days	21.1%

一日任务清单（便利贴粘贴）：

必须每天积累
必须养成一种优秀品质
必须每天有规划
必须有梦想
下月目标：年级_____名

本月重点突出（主要是补弱科目）：

---

补弱时间：

本周学习要点（结合月重点安排）：

--	--	--	--

清华学霸的

规划

第 周计划	周一	周二	周三	周四
06:00-06:40	起床、锻炼、早饭	起床、早饭	起床、早饭	起床、早饭
06:40-08:00	预习几代2、微3	复习微2、大物作业	复习微2、微3	微2、努力钻研
第一节	几代2 6C101	读飘、背单词	微3，一教101	微2
第二节	微3 一教101	微2 西阶 0	大物 三教2302	微2，11:10去吃饭
11:25-13:30	午饭13:10系馆王老师	打印课件，午休	回寝取东西，自习	11:30去6#312B找张导
第三节	复习几代2，完成作业	体育，东操	英语高级口语6B204	班会新水329、买练习册
第四节	复习微3，完成作业	史纲 6A016	自习！自习！	微3习题集4306
第五节	微3习题	晚饭，复习微2作业	晚饭，自习	晚饭，自习大物
第六节	微3习题	小说 三教2301	清女 6A103	微2习题课4305
20:00-22:30	系统复习大物书作业、习题	微2作业，洗澡	校会文化部例会	自习大物（静心）
22:30-23:00	听CNN英语	听CNN英语	听CNN英语	听CNN英语
23:00-01:00	读飘，背单词社工	自习，追求高效	自习，坚决完成任务	自习，平心静气
01:00以后	sleeping	sleeping	sleeping	sleeping
计划完成情况	高效	加油！	高效、专注	微2大物完成
学习情况	认真对待大物	复习微2、大物	微2要钻研	加油！
社会情况	思源做毕，微3作业	美贺姐姐	例会，发春游稿	给素拓起好名
体育锻炼	不要求	认真上体育课	-----	-----
生活状态	昂扬，惜时	积极平和	积极，内敛	积极，平和
修养品行	礼、德、才	外柔如水内刚似火	知我者，谓我心忧，	为青春喝彩！
一天总结	come on, let's	try your best,	不知我者，谓我何求	加油！
	do our best!	no matter what		校会工作
		happens!		

2.计划的可协调性

计划赶不上变化？——想的太多，做的太少；计划的顺序有讲究？例：生命中的核桃

#### （五）可以练习

“天才”是训练的产物，不以智商定成败，我们的努力，还没有触摸到我们的智商

让练习变成日常学习的一部分， eg:孙杨每日游 10 公里，库里每日训练三分球必须要进球 500 颗以上，考公务员有一个月的突击训练 .....

比如审题：审题，心态、严谨、敏感度、思维构建、阅读能力、理解能力、综合分析能力等。如：作文如何从战术上提档升级、诗歌散文的分类专题突破、数学题型突破、英语阅读联系上下文 ...

比如计算：一遍对、草稿纸的科学利用、一定的数据积累、形成一定的方法技巧、敢于计算，不畏困难。

#### 三、引发思考

请同学们结合自己平时的学习实情反思自己的做得好和不好的方面，动笔列出自己还可以改进的地方、做的不科学的地方，在学习的过程中形成自己独特的学习习惯和学习风格，找到科学、高效的学习方法。

超链接：

<http://www.lxjy.cn/Upload/main/ContentManage/Article/File/2022/05/30/202205302124195897.pdf>