



以课本为纲 努力必有收获

——我的高中历史学习经

□林芎帆

林芎帆，舟
山中学2023届学
生，现就读复旦大学，
高考历史赋分为
100分(满分)。



“安安静静听讲、作业、复习，从来不‘分秒必争’，从来不纠结于偏题、怪题，永远保持自己的节奏；从容应试，题再难，时间再紧，卷面永远漂亮得像一份书法作品。答题从不以多写取胜，角度发散但文字简明扼要，充分显示思维能力和文科素养；考完后也从不纠结于分数高低起伏，一如既往地从容学习。首考结束后，同学们纷纷讨论并校对答案，唯有小林同学仍然和平时一样从容。最后赋了100分！全省没几个！”

舟山中学历史老师金雅红提到爱徒便不吝赞美。她至今还保存着林芎帆历史选考的成绩报告单截图，每看一次都要感叹一声：“完美！”金老师印象中的林同学最抢眼的个性标签就是——从容。正是这份从容，让林同学成了班里历史成绩最“稳”的学生。

“林芎帆的文科素养极高，有明确的学习目标和极强的学习执行力，能为自己的梦想不懈地努力。”她的高中班主任冯瑜同样给予了极高评价。

高中历史学习，既需要科学系统的方法指引，多思考、善总结，也离不开脚踏实地的坚持与努力，落实基础、巩固能力。本期“他山之石”，2023年历史高考满分学霸林芎帆，将从日常学习和应试两个方面，分享自己有关高中历史学习的心得与方法，希望能给学弟学妹们一些借鉴与启示。

在很多人看来，高中历史作为小三门学科，对高考总分的影响不如语数外，受重视程度自然就次之。但是，与其他学科相比，浙江高考历史在提分方面具有明显优势。因为历史学科的学习几乎完全建立在背诵课本的基础上，考试答案也几乎完全组织自课本语言。如果首考历史成绩不够理想，以我的经验，大概率是背诵方面出了问题。也就是说，对课本内容不够熟悉，基础知识掌握不够牢固。

作为一个高中历史学得还不错的人，以下，我将从背诵方法、分析技巧、课外补充、考试策略四个方面，与学弟学妹们分享一下个人的学习经验。

读书时，作为文科生的我们常常会听到“要注重理解而非死记硬背”的说法，但是浙江历史某种程度上正是一门需要“死记硬背”的学科。

近两年高考历史有所创新，加入了小作文题型，但其答案基本源于课本原文。

那么，如何提升背诵效率？

第一，要明确背诵重点，年份、地点、人物等记住关键词即可，原因、意义等则需整段背出；第二，采用“填空”的背诵方法。个人建议使用暗记笔划出重点，再用遮挡板遮住背诵；第三，不要忽视小字部分和橘红色的补充拓展部分，尤其是橘红色部分的文本，这些内容常常作为史料在试题中出现；第四，要根据自身情况制订背诵计划，至少保证一天背诵一个单元。

顺便提一下：我个人不建议用“思维导图”与“画时间轴”的方法，过于依赖这些方法，可能会劳而无功。

基础牢固之后，我们还需掌握分析题干和史料的技巧。拿到题目之后，建议划出时

间、人物、地点等关键词，再将其定位到课本中，然后仔细回忆课本中与之相关的内容，尽量做到全面覆盖。由于浙江历史的答案大多是分点并列的，各点之间并无明显的逻辑联系，所以我们只需尽数回忆出与关键词相关的课本知识，有一点算一点，全部列上即可。

小作文的本质也是如此，其答案大多来自课本原话，各小点之间的逻辑联系也很简单。同时，面对大段史料，也不必望而生畏，以句号为界限，一句一句细读，划出关键词，或将其直接写入答案，或回忆出课本中与之相关的部分即可。

由于高三学习时间紧张，且浙江高考主要以课本为纲，所以我不建议大家花费过多时间进行课外拓展。但是，抽出时间阅读（哪怕是碎片化阅读）一些历史学著作，对考试成绩的提升和历史思维的建构都有百利而无一害。如果大家有兴趣参加历史学专业的三位一体和强基计划招生，课外拓展更是不可或缺的一环。我个人推荐《国史大纲》《近代中国社会的新陈代谢》以及《天朝的崩溃》，感兴趣的同学可以读一读。

对于高一、高二的同学来说，时间相对充裕，如果有兴趣有时间的话，建议去参观一下各地的博物馆，或者利用一个假期探索一个历史专题。但是要注意的是，尽量不要将课外知识作为考试答案，课外拓展主要帮助我们建立思维框架，拓宽我们看待历史问题的角度，但是“课本至上”是浙江历史高考的特点，这一事实暂时应该不会改变。

最后，当我们面对历史学科考试时，又该如何作为？

首先，我们可以翻翻过去的试题，总结考试趋势，看看近年来哪些题型在增加，哪些题型在消亡。例如，最近两年，以几句文言文作为材料的题型增加了。那么文言文基础薄弱的同学可能就要进行针对性练习。

其次，历史学科考试前夕的临阵磨枪十分重要，甚至可能比日积月累的背诵更有效果。前一晚随意一瞥留下的印象，可能就会在考试时浮现于你的脑海。当然，将希望全部寄托于临时抱佛脚是不可取的。

最后，在考试结束之后，我们要细心地复盘。究竟为什么失分？如果是课本背诵出了问题，那是最容易解决的，一定要当场处理掉这个问题，把它彻底记住；如果是审题出现了偏差，那下次就一定要再仔细一点，边审题边圈划。

另外，我想强调的是，历史学习可以“整体化”也可以“碎片化”，要学会灵活转换和运用。比如，我们可以抽出一节晚自习精耕一两个单元，也可以在食堂排队的时候，背一个“新航路开辟的条件”之类的小问题。

归根到底，高中历史是一门以课本为纲，你付出努力必有收获的课程，如果要以一字概括这门学科的学习要诀，那就是“背”。不放过任何一个角落，任何一处细节，连小字、插图、地图也包括在内。

最后的最后，我也想对热爱历史，且有志于报考历史学专业的同学说，走出课本，才是历史学习的第一步。虽然说“以课本为纲”是历史试卷的特点，背诵课本是应试的策略，但如果因此迷信课本，那无疑是一个学习悲剧。只有当我们走出课本，走进形形色色的史学原典、专著、遗址，才能在各种观点的交锋中，接近历史的真相。学会质疑和探究，从功利角度看，对三位一体和强基计划的面试大有好处，更是学习历史所应具备的基本素质。

以上是我个人的学习经验，由于考试题型和重点是不停变化的，所以我的经验仅供大家参考。希望我们共同进步，并祝福大家都能在高考中取得理想成绩！

照片由作者本人提供