第1部分：预习能力 得分为1-5题总和

以下题目 选A得0.2分 选B得0.4分 选C得0.6分 选D得0.8分 选E得1分

第 1/28 题：我每天坚持课前预习新的学习内容。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第 2/28 题：在预习过程中，我会将不会的内容做好记号。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第 3/28 题：预习时，遇到不会的知识我会提前查资料自学。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第 4/28 题：我的课前预习总是凭兴致。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第 5/29 题：我不知道自己该怎样进行课前预习。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第2部分：复习能力 得分为6-10题总和

以下题目 选A得0.2分 选B得0.4分 选C得0.6分 选D得0.8分 选E得1分

第 6/28 题：课后我都会坚持复习老师所讲的内容。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第 7/28 题：课堂上没有理解的内容，我会在课后主动找老师或同学问清楚。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第 8/28 题：平时的学习过程中，我会对前面学过的知识有计划地进行复习。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第 9/28 题：我会对做错的题目进行整理归纳，并找相似题目加强练习。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第 10/28 题：我会定期对学习笔记进行整理。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第3部分：听课能力 得分为11-15题总和

以下题目 选A得1分 选B得0.2分 选C得0.4分 选D得0.8分 选E得0.2分

第 11/28 题：听课时，我会认真做好笔记。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第 12/28 题：课堂上我能紧跟老师的讲课思路。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第 13/28 题：上课时，我会积极发言回答老师提出的问题。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第 14/28 题：上课时，遇到不会的问题，我会举手提问。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第 15/28 题：上课时，对于老师提出的问题，我会独立进行思考。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

第4部分：考试能力 得分 为16-24题总分 X 5/8

第 16/28 题：考试前我总感到很紧张。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

（选A得1分 选B得0.2分 选C得0.4分 选D得0.8分 选E得0.2分）

第 17/29 题：考试时，我会首先浏览试卷并计划答题时间分配。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

（选A得0.2分 选B得0.4分 选C得0.6分 选D得0.8分 选E得1分）

第 18/28 题：考试时，我常常一翻开考卷就匆匆作答。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

（选A得1分 选B得0.2分 选C得0.4分 选D得0.8分 选E得0.2分）

第 19/28 题：考试时，我会仔细阅读指导语和题目再进行作答。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

（选A得0.2分 选B得0.4分 选C得0.6分 选D得0.8分 选E得1分）

第 20/28 题：考试时，常因粗心大意弄错本来很简单的问题而被扣分。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

（选A得1分 选B得0.2分 选C得0.4分 选D得0.8分 选E得0.2分）

第 21/28 题：考试中遇到不会的题目我会跳过去，等做完其他题目再回来解答。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

（选A得0.2分 选B得0.4分 选C得0.6分 选D得0.8分 选E得1分）

第 22/28 题：考试有剩余时间时，我会仔细检查答案。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

（选A得0.2分 选B得0.4分 选C得0.6分 选D得0.8分 选E得1分）

第 23/28 题：考试时，一遇到不会的题目就感到慌张。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

（选A得1分 选B得0.2分 选C得0.4分 选D得0.8分 选E得0.2分）

第5部分：时间管理能力 得分为24-28题总分

第 24/28 题：我总是感到自己的学习时间很紧张不够用。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

（选A得1分 选B得0.2分 选C得0.4分 选D得0.8分 选E得0.2分）

第 25/28 题：我需要在家长或老师的督促下才能按时完成学习任务。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

（选A得1分 选B得0.2分 选C得0.4分 选D得0.8分 选E得0.2分）

第 26/28 题：我有一个明确的学习计划表，列出了具体的学习时间。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

（选A得0.2分 选B得0.4分 选C得0.6分 选D得0.8分 选E得1分）

第 27/28 题：我在每一学科上都能合理分配学习时间。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

（选A得0.2分 选B得0.4分 选C得0.6分 选D得0.8分 选E得1分）

第 28/28 题：我在学习和课外活动上的时间分配是合理的。

A、完全不符合  
B、不太符合  
C、一般  
D、比较符合  
E、完全符合

（选A得0.2分 选B得0.4分 选C得0.6分 选D得0.8分 选E得1分）

学习能力得分=五个部分总分 X 4/5