

<<中学生高效率学习的必备方法>>

图书基本信息

书名：<<中学生高效率学习的必备方法>>

13位ISBN编号：9787502161392

10位ISBN编号：7502161392

出版时间：2007-7

出版时间：石油工业

作者：侯书森

页数：228

字数：230000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<中学生高效率学习的必备方法>>

### 内容概要

本书所介绍的学习方法，是对北大、清华录取的四十多位高考状元。

北京、上海、石家庄等地数十所著名中学的优秀学生们学习方法的总结，并经过十多位优秀教师的归纳和提炼。

内容涵盖了中学生学习的方方面面。

包括学习计划的拟定、时间安排、课程预习、课堂听课、课后作业、阶段性复习、期中期末考试、同学互助学习、高科技工具在学习中的应用等等。

可以说是一部全面而实用的中学生学习方法粹。

## &lt;&lt;中学生高效率学习的必备方法&gt;&gt;

## 书籍目录

绪言：方法就是学习的法宝 1.高效学习：成才一定有方法 2.做优等生：高分一定有诀窍 4.寻找适合自己的学习方法 案例介绍：清华骄子的学习金钥匙一、周密地安排自己的学习计划 1.合理计划是高效学习的保证 2.制订学习计划的基本准则 3.制订学习计划的具体要求 4.如何制订学年、学期、月计划 5.如何制订双休日学习计划 6.如何有效地制订日计划 7.学习计划重在执行和落实 案例介绍：两名高考状元谈学习计划二、精心利用有限的学习时间 1.让每一分钟都产生学习效益 2.科学作息全面地安排时间 3.使整体时间的使用最佳化 4.善于抓住最高效的时间 5.根据生物节律安排学习时间 6.确定自己的最佳学习时间点 7.化整为零巧妙利用零星时间 8.课间10分钟轻松做运动 9.克服浪费时间的不良习惯 10.劳逸结合学习好也要休息好 案例介绍：一位清华学生谈高考的时间安排三、让预习成为高效学习的利器 1.预习是学习成功的第一步 2.科学预习的三个阶段 3.正确预习的具体要求 4.基本的预习四牢法 5.课前预习的内容及注意 6.阶段预习法和学期预习法 7.养成良好的预习习惯 案例介绍：科学的预习使她的学习突飞猛进四、充分利用好课堂上的每一分钟 1.课堂学习的意义与特点 2.提高课堂学习效率意义重大 3.全神贯注是高效率听课的关键 4.珍惜课堂上的余秒 5.紧跟老师的思路适应老师的风格 6.高效率听课的8大诀窍 7.课堂听讲要认真做好笔记 8.学超前思考做“事后诸葛” 9.高效运用“五列听课法” 案例介绍：一位优等生课堂“三到”听课法五、做好作业有高招 1.做作业之前要做好准备 2.做作业时要认真审题 3.细心做题提高做题效率 4.提高解题能力的四种方法 5.正确处理好质与量关系 6.遇到难题要独立思考 7.养成检查和总结的好习惯 8.及时改错建立错题集 9.做练习题切忌搞题海战术 10.戒掉作业拖沓的坏毛病 案例介绍：《错题集》帮了他大忙六、对知识进行系统复习 1.复习是提高学习效率的关键 2.学会制订合理的复习计划 3.把握高效复习的关键点 4.提高复习效率的有效技巧 5.最常用的“过电影”复习法 6.近期复习与长期复习一起抵 7.效果良好的“三段”复习法 8.总复习中的“四化”复习法 案例介绍：一位高中生的扬长补短复习法七、让课堂笔记发挥最大作用 1.善于让笔记强化你的思维 2.做读书笔记的方法分类 3.课堂笔记该记的内容 4.做好课堂笔记的基本技巧 5.根据学习目的记笔记 6.通过记笔记提高学习效率 7.整理笔记的三大技巧 附录：古今中外名人做笔记的逸闻 案例介绍：一位尝到记好课堂笔记的甜头的初中生八、利用“高科技工具”帮助自己高效学习 1.使用现代工具提高学习效率 2.随身听随身带随时学 3.通过录音带和录像带学习 4.用收音机学习的“广播学习方法” 5.让电视成为学习的好帮手 6.利用网络走进网络天地宽 案例介绍：优秀学生网上学习经验谈九、把老师变成你的“学习教练” 1.尊敬老师有助于学习 2.建立良好的师生关系 3.处理师生关系的三大原则 4.从老师那里淘受多的金 5.主动提高让老师喜欢自己 6.利用课堂提问学习知识 7.灵活变通听课要“因师而异” 8.给老师提意见的三大技巧 9.正确处理对老师的敌对情绪 案例介绍：一位学生对老师的回忆十、和同学结成学习伙伴和竞争对手 1.选择学习榜样共同学习进步 2.在学习中积极地相互支持 3.在合作中学习在学习中合作 4.做好合作学习中的准备工作 5.如何善借、善学与善得 6.信任能让同学成为学习伙伴 7.积极竞争对学习有着促进作用 8.同学间积极竞争的方法与技巧 案例介绍：三名优秀学生的合作学习经验

<<中学生高效率学习的必备方法>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>