

图书基本信息

书名：<<初中3年，全面完善学习习惯的100个细节>>

13位ISBN编号：9787505423169

10位ISBN编号：7505423169

出版时间：2010-2

出版时间：朝华

作者：方舟 编

页数：240

字数：250000

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>

## 前言

一次，和一位初中生朋友谈天，谈到成绩问题、学业问题，他忽然就叹了一口气，哀叹着说：“老师你说，初中阶段怎么有这么多让人烦心的事情呢？”

”的确，细心的朋友不难发现，进入初中以后，随着年龄的增长、青春期的来临、学习任务的加重，烦恼就像那梅雨季节的小雨滴，淅淅沥沥，说不清道不明，更不知道哪天是个尽头。

自己努力了很多次，可成绩就是难以提升。

父母的期望很大，付出很多，自己所承受的压力很大。

回到家里，书包还没放下，父母的第一句话就是：“学习怎么样了？

作业写完了吗？

”……听着就烦。

初中阶段，考试是常有的事，还有那做也做不完的课后同步训练、各类作业……压得人喘不过气来。

升入高中是一个转折点，而能否进入重点高中则是一个未知数。

总而言之，初中阶段所要面临的烦恼是多种多样的，这不仅意味着你长大了、思想成熟了，更意味着你开始步入成年阶段，要独自去面对自己人生中的很多问题了。

此外，烦恼之所以成为烦恼，还有一个非常重要的原因，那就是：你还没有找到“祛除烦恼的钥匙”。

这个“钥匙”是什么？

就是方法，正确学习的方法、正确处理初中阶段所面临问题的方法。

有句话说得好“方法总比问题多”，问题再多，再复杂，也有应对的方法。

纵有千般烦恼，若得一剂良方，也会“柳暗花明又一村”。

而对于初中阶段的大多数人来说，缺少的恰恰就是这一剂良方。

这剂良方是什么？

全面完善你的学习习惯；有效提升你的各科成绩。

当成绩提升上去了、排名靠前的了、你对自己信心满满并因此而爱上学习，那么一切的烦恼也就会烟消云散、不复存在了。

也正是基于这一目的，我们这些初中教师，力争在本套丛书中用“100个细节”的形式，向广大初中生朋友们揭示出那些最为重要的“方法”“祛除烦恼的钥匙”。

这其中，既有众多中考状元、优秀学生的经验之谈，更有多位一线教师多年总结出的宝贵经验。

相信读完此书，按照这样的方法去高效学习，你的初中生活一定会更充实、更快乐、更美好。

《初中3年。

全面完善学习习惯的100个细节》 联合国教科文组织指出：在未来社会里，文盲将不是不识字的人，而是那些不懂得学习方法、不会自行更新知识的人。

提升自身能力，进而提升成绩的捷径是什么？

学习习惯的培养才是重中之重。

本书从学习习惯培养的诸多细节入手，向初中生朋友详细、深入揭示影响学习成绩的那些关键因素。

## 内容概要

联合国教科文组织指出：在未来社会里，文盲将不是不识字的人，而是那些不懂得学习方法、不会自行更新知识的人。

提升自身能力，进而提升成绩的捷径是什么？

学习习惯的培养才是重中之重。

本书从学习习惯培养的诸多细节入手，向初中生朋友详细、深入揭示影响学习成绩的那些关键因素。

四种高效的时间计划：自习时间、+课堂时间+双休日+寒暑假掌控四个关键环节：预习+复习+练习+考试

最有效的五种学习技巧：效率+中等生突围+有疑问要问+补“瘸腿”+抓基础、攻难点  
妙用六种学习资源：课本+教辅书+笔记+老师+同学+试卷打败学习的多个敌人：不想学+成绩提高太慢+偏科+排名太靠后+不喜欢老师+父母的不理解+喜欢上了某个人.....

## 书籍目录

第一章 初中3年，最高效的时间计划 一 成绩好坏，自习时间是关键 细节1：早自习——把握三阶段：前15分钟、中间10分钟、最后5分钟 细节2：晚自习——每天只学两科，一科为主，一科为辅 二 名次先后，重点在课堂时间 细节3：绝不开小差，紧跟老师思路 细节4：老师强调的地方，往往是本节课的重点或难点 细节5：记笔记、听课，两不误 三 优等生，都是安排时间的高手 细节6：一周时间的安排 细节7：双休日的安排 细节8：克服“明日复明日病” 细节9：充分利用“零布头时间” 细节10：找到属于自己的最佳用脑时间 四 快速提升自我的捷径——高效利用寒暑假 细节11：复习上学期内容，强化薄弱环节 细节12：预习下学期内容，不求深，但求了解 细节13：必须多读课外书

第二章 初中3年，如何高效利用学习资源 一 课本——学习资源的重中之重 细节14：善用课本目录 细节15：图表、附录和索引的作用不可低估 细节16：将课本放在最显眼的地方 二 教辅书——不仅要有选择地买，更要有选择地用 细节17：吃透一本习题集 细节18：初三复习阶段如何用好参考书 细节19：用好参考书有诀窍——先删后改，先做后想 细节20：尽量买有答案的参考书 三 笔记——你的盲科辞典 细节21：“边批十夹纸”式笔记法 细节22：坚持做错题笔记和难题笔记 细节23：针对科目特点，选择合适的笔记形式 细节24：整理笔记“七步法” 四 同学——“三人行必有我师” 细节25：与同学讨论问题，询问不懂的问题 细节26：结交一个积极上进的好朋友 细节27：将同学当成竞争对手 五 老师——身边的“宝藏” 细节28：哪门科目学得差，就与哪门科目的老师做好朋友 细节29：敢于提问，从老师身上淘更多的“金子” 六 试卷——考高分是要讲究技巧的 细节30：每考~次试，就作一次总结 细节31：将试卷装订成册

第三章 初中3年，最有效的学习技巧 一 效率——学习状态决定成效高低 细节32：尽快进入状态 细节33：玩的时候痛快玩，学的时候专心学 细节34：多培养一个好习惯 二 找到适合自己的路子 细节35：成绩不好抓基础 细节36：成绩超好攻难点，攻课外 三 中等生，如何在忽视中突围 细节37：多做练习，注重知识的运用 细节38：明确各科优劣势——用八分的力气攻克瘸腿科目 细节39：改掉致命的不良习惯——马虎、不求甚解 四 学科不同，技巧大不同 细节40：理科学习——牢记公式，灵活运用公式最重要 细节41：文科学习，在理解的基础上识记最重要 细节42：学会列大纲——理清各门科目的脉络 细节43：过度学习法 五 从成绩不佳到成绩超佳的三技巧 细节44：有疑就必须问，别让问题过夜 细节45：寻找自己学习的薄弱环节 细节46：不走寻常路——颠倒学习程序

第四章 初中3年，如何自我掌控学习环节 一 预习——让你每时每刻都领先一步 细节47：了解预习的三大作用 ..... 第五章 初中3年，如何打败学习的敌人 第六章 初中3年，阶段不同任务不同 第七章 初中3年，如何忙碌又快乐着

编辑推荐

四种高效的时间计划：自习时间+课堂时间+双休日+寒暑假；掌握四个关键环节：预习+复习+练习+考试；最有效的五种学习技巧：效率+中等生突围+有疑要问+补瘸腿+抓基础，攻难点；妙用六种学习资源：课本+教辅书+课堂笔记+老师+同伴+试卷。

中考状元、优秀学生、一线老师最为推崇的100最佳学习细节！

中考状元、优秀学生、一线教师的经验之谈。

初中是学习历程中的“腰”，要想以后走得稳健，就得从初中开始锻炼。

从细节着手，采用科学的方法高效学习，相信你的初中生活，一定会更充实，更快乐，更美好！

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>