

<<高效学习法>>

图书基本信息

书名：<<高效学习法>>

13位ISBN编号：9787538010060

10位ISBN编号：7538010068

出版时间：2002-5

出版时间：内蒙古科学技术出版社

作者：肖卫 编

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>

## <<高效学习法>>

### 内容概要

本书考试的结果有三：一个是有憾考试，即能做的题没能做出来，该拿的分没有拿到；一个是无憾考试，即能做的题都做了，该拿的分都拿了；再一个是欣喜考试，即考试时不仅无憾，而且还答对了平时未必须答得出的题，拿到了比平时更好的成绩。

为了使你的考试成为欣喜考试，你应该学习本书介绍给你的应试策略。

本书介绍了成功应试的各种策略，通过阅读本书你可以掌握应试技巧，在考场上超水平发挥，考出好成绩。

通过阅读这套丛书，你将会解决在学习上遇到的所有困难，让你学习起来更轻松、更有效、更有把握地跨入你向往的大学之门。

## &lt;&lt;高效学习法&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 正确认识考试 第一节 考试有着重要的积极作用 第二节 标准化考试容易出现哪些问题 第三节 机器评卷的要求 第四节 家长送考要掌握方法 第五节 如何正确对待考试第二章 好的心态决定你的成绩 第一节 千万别对考试产生恐惧感 第二节 培养良好的应试心态 第三节 竞争要有一个正确的态度 第四节 心平气和地对待考试 第五节 如何打好高考这场持久战 第六节 对高考要有正确的态度 第七节 考前情绪如何调节 第八节 提升你的应考能力 第九节 高考前如何矫正作息时间 第十节 考试时如何科学护理大脑 第十一节 考生应注意科学保健迎高考 第十二节 考试期间考生怎样补充营养 第十三节 临考心理调节法 第十四节 让考试变成一件事第三章 做好考前准备 第一节 走进考场两大注意事项 第二节 准考证也影响考试 第三节 临考要做的几种准备 第四节 影响考试的四种准备因素 第五节 考前一夜该如何调整 第六节 不宜穿新衣参加考试 第七节 考前不要翻阅书籍 第八节 考试时要带自己用惯了的文具 第九节 考前身体不适怎么办第四章 考前知识管理 第一节 临阵磨枪的技巧 第二节 摸清出题规律 第三节 对高考试卷进行全面认识 第四节 了解应试作文的类型 第五节 备考前应注意的几点 第六节 英语考前的最终复习 第七节 考前切忌贪功 第八节 考前要记住一些重要的内容 第九节 临近高考的学习方法第五章 考试中的情绪管理第六章 考试中的答题策略第七章 获取高分的技巧第八章 怎样面对考试中的突出情况第九章 平静对待考试结果第十章 填报志愿的技巧

#### 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>