

<<像状元一样高考>>

图书基本信息

书名：<<像状元一样高考>>

13位ISBN编号：9787540748180

10位ISBN编号：7540748184

出版时间：2010-4

出版时间：漓江

作者：王极盛

页数：287

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>

<<像状元一样高考>>

内容概要

从倒数第一到高考状元，可能吗？

模拟考试单科不及格也能成为高考状元，是真的吗？

本书是中国高考状元研究第一人、高考心理指导第一人、著名心理学家、中科院博士生导师王极盛教授对2009年15位省级高考状元的一对一访谈。

通过大量实例，总结出了高考成功的三要素：阳光辩证的心态，科学高效的学习方法，温暖、理解、民主的家庭教育方式，并附有多位状元的学习经验。

从状元的自我揭秘，到作者的深入分析，本书内容科学、实用、方便。

揭秘高考成功之道，解开家教成功密码，能使学生、家长、老师受到启迪，是高考制胜的完全攻略，是中学生及家长，特别是高三学生与家长不可不读的读物。

摆正心态，掌握方法，你也可以像状元一样高考！

<<像状元一样高考>>

作者简介

王极盛，教授、博士生导师、国务院特殊津贴获得者，中国著名心理学家，高考心理指导第一人，高考状元研究第一人，被媒体广泛关注的高考、心理健康与家庭教育的权威专家。

毕业于北京大学心理学专业，一直在中国科学院心理研究所工作，1988年兼任中国管理科学研究院社会心理学研究所所长。

多次获得中国科学院与省部级重大科技成果奖；在国内外出版专著50余部，参与、合作著作40余部，其中《青年心理学》发行近百万册，创中国心理学图书发行之冠；发表学术论文300余篇，科普文章近400篇，媒体采访报道500余篇。

王极盛教授连续15年潜心研究高考，多年深入高考第一线，调查了500余所中学，对400名高考状元进行了面对面、一对一的访谈，访问了百名高考状元家长，对4万多名学生进行了心理健康测试，对千名落榜生进行研究，掌握了大量第一手资料，总结出高考成功规律，出版高考著作近30部，在社会上产生了广泛影响，给众多考生和家长带来了巨大帮助。

新华社、中央电视台、中央人民广播电台、中国教育电视台、《中国青年报》、《中国教育报》等数百家媒体报道过王极盛教授的高考研究成果。

接受中央电视台采访嘉宾邀请近100次，并主持央视科教频道、经济频道的高考讲座。

<<像状元一样高考>>

书籍目录

像状元一样高考江苏省文科状元潘怡婧 不能改变现实，但能改变心态对话潘怡婧 考完数学挺郁闷，但交卷就尘埃落定连线王教授 心理问题人人有，就像小感冒陕西省文科状元王欣怡 没培养起数学兴趣，靠毅力补上来对话王欣怡 雄关漫道真如铁连线王教授 心态越到考前越好广东省文科状元陈俊任 跃跃欲试迎高考对话陈俊任 享受高考连线王教授 高考不是炼狱状元思路 高三是一种精神 陈俊任辽宁省文科状元徐美辰 一模570分，高考提高近100分对话徐美辰 天道酬勤连线王教授 实力是硬件，心态是软件状元思路 做一只耐得住寂寞的蜗牛 徐美辰辽宁省理科状元于静文 自己“创造”学习方法对话于静文 从不会拿本练习册从头到尾做一遍连线王教授 学习方法“动”起来河北省文科状元陈璐 二模没考好，爸爸说是好事对话陈璐 6月6号我跟平常一样休息了，爸妈一晚没睡着连线王教授 父母和孩子一起努力状元思路 心态·习惯·效率 陈璐福建省文科状元方洋 高考让我一夜长大对话方洋 高考像平时连线王教授好 心态+好方法状元思路 高考——甜蜜的冒险 方洋江西省文科状元李江雁 期中考试班里倒数第一对话李江雁 从-1到1连线王教授 用什么为高考护航状元思路 自信而平和地决战李江雁江西省文科状元王沛嘉 模拟考试地理不及格对话王沛嘉 心态占70分连线王教授 历“波”而不“折”江西省理科状元龚书恒 不能保送？

那我就高考！

对话龚书恒 输掉保送，赢回状元连线王教授 换一种思维广西文科状元陈君 复读生成为高考状元对话陈君 老天爷让我上北大连线王教授 复读，今年更比去年好状元思路 心态·方法·毅力 陈君广西文科状元黄嫣 学习时间不太多，方法比较灵活对话黄嫣 像在不奔跑连线王教授 学习，负担还是乐趣宁夏文科状元李怡然 我和爸爸妈妈一直没代沟对话李怡然 勤奋+悟性连线王教授 状元不是管出来的状元思路 好运高考李怡然宁夏理科状元杜彦涛 学习是件幸福事对话杜彦涛 高三让人有成就感连线王教授 心态上删繁就简状元思路 我这样高考 杜彦涛云南省文科状元赵楚然 我一直目标明确，上北大对话赵楚然 付出的人必然有收获连线王教授 高考是综合素质取胜状元思路 梦想·高考·旅程

<<像状元一样高考>>

章节摘录

江苏省文科状元潘怡婧不能改变现实，但能改变心态考完数学挺郁闷，但交卷就尘埃落定王极盛：潘怡婧同学，首先祝贺你考上北京大学，并成为2009年江苏省文科状元！

我们先来谈一谈你高考前和高考期间的心理状态。

你在高三和考前的心态怎么样？

潘怡婧：高三时因为学习比较紧张，大家都难免有一些精神压力，感到很焦虑。

通常这种情况下，我都会和同学们聊聊天，这样可以排解一下负面情绪。

如果感觉情况比较严重，我们就会到学校的心理辅导室去寻求老师的帮助，或者是参加一些心理讲座，这些对我们的心理调节和保持良好心态的帮助都挺大的。

王极盛：你刚开始上高三时心情怎么样？

潘怡婧：刚开始上高三时我挺憧憬的，觉得自己学了这么多年，对未来充满了想象。

但是，也有明显的压力，因为我们江苏的考生都很厉害。

王极盛：你是如何调节的？

潘怡婧：我就告诉自己，无论结果怎么样，自己努力了就行了，慢慢地心态也就好起来了。

王极盛：高三上学期觉得压力大吗？

潘怡婧：那倒没有。

因为上学期还没有明显感觉到高考的临近。

到了下学期，压力就大起来了，老师经常拖课，作业很多，经常要很晚才能休息。

王极盛：你高三上学期最后考试成绩怎么样？

潘怡婧：还可以。

<<像状元一样高考>>

媒体关注与评论

做着题就忘了是在高考了，就觉得和平时的考试一样。

在考数学的过程中我就忘记了上午的语文考试，，真正达到了我们老师说的考一科忘一科的境界。

——2009年高考广东省文科状元陈俊任，现就读于北京大学考得好应该高兴，考得不好应该庆幸

。经过梳理和记忆的知识才会像倒水一样有一桶就能倒出一桶来，而不是有一桶水却一滴也倒不出来。

——2009年高考江西省文科状元李江雁，现就读于北京大学我们总共有六科考试，就像六块阵地

。我一般不会在自己压力很大的时候还逼迫自己做自己不喜欢做的事情。

心态对于高考来说是一个条件的问题，不是简单的加减，而是乘的关系。

——2009年高考辽宁省理科状元于静文，现就读于北京大学你可以不把学习当成一种乐趣，但是，你一定不要把学习当成一种负担。

——2009年高考广西文科状元黄嫣，现就读于北京大学二模没考好，爸爸说是好事。

——2009年高考河北省文科状元陈璐，现就读于北京大学

<<像状元一样高考>>

编辑推荐

《像状元一样高考·2009年高考状元访谈录》：揭秘高考成功之道，解开家教成功密码。

2009年15位省级高考状元一对一访谈。

心态——阳光辩证，方法——科学高效，家教——温暖民主高考成功三要素，你也可以像状元一样高考！

中国高考状元研究第一人、中国高考心理指导第一人王极盛国务院特殊津贴获得者、中国著名心理学家、中国科学院博士生导师、中央电视台、新华社等全国数百家媒体报道。

<<像状元一样高考>>

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>