

<<高材生是这样打造的>>

图书基本信息

书名：<<高材生是这样打造的>>

13位ISBN编号：9787542836168

10位ISBN编号：7542836161

出版时间：2004-9

出版时间：上海科技教育出版社

作者：邓光辉

页数：211

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>

<<高材生是这样打造的>>

内容概要

本书内容包括了学习问题诊断与阅读指南、过去不和等于未来、改变的路径——态度 行为 习惯 命运、改变的巩固——坚持、改变的利器——学习方法、改变的套路——日常学习“4步曲”、后记：未来把握在自己手中。

<<高材生是这样打造的>>

作者简介

邓光辉，毕业于华东师范大学心理学系，现为第二军医大学副教授、硕士研究生导师，长期致力于学习策略的研究，出版的专著有：《护理心理学》、《心理自助》、《百分百初中英语单词速记》、《百分百高中英语单词速记》、《千里马英语——四六级单词速记》、《百分百大学四

<<高材生是这样打造的>>

书籍目录

第一部分 学习问题诊断与阅读指南 整体学习状况诊断与阅读指南 具体学习问题诊断与阅读指南第二部分 过去不和等于未来第三部分 改变的路径——态度 行为 习惯 命运 走出枯井 一位高考状元的秘诀 21天效应 习惯形成“3步曲”第四部分 改变的力量——态度 寻找失去的自信 赢得老师的关爱 营造家的温馨 友谊是一种财富第五部分 改变的巩固——坚持 漏气的气球 每个人都有毅力 目标最重要 如何确定你的目标 原一平的故事 时间管理的艺术 如何制定计划 行动起来就有收获 控制消极情绪的技巧 用劣势科目锻造自己的毅力第六部分 改变的利器——学习方法 神奇的记忆流水线——5步记忆法 记忆方法的锦囊 减少遗忘的方法 如何构建知识的大树——知识的重组 走出题海——解题的方法 激发你的创造性 小结：把利器紧握在自己手中第七部分 改变的套路——日常学习“4步曲” 第一步：预习 第二步：听课 第三步：复习 第四步：课外阅读后记：未来把握在自己手中

<<高材生是这样打造的>>

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>