

<<高考状元的高效学习方法>>

图书基本信息

书名：<<高考状元的高效学习方法>>

13位ISBN编号：9787560152837

10位ISBN编号：756015283X

出版时间：1970-1

出版时间：吉林大学

作者：王龙君

页数：307

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>

<<高考状元的高效学习方法>>

前言

高考就是考能力！

高考就是考方法！

只有掌握了科学、高效的学习方法才能取得高分的成绩！

高考是我们实现人生价值的重要途径。

我们发现同样在这场高考战役中，不少同学平时表现不错，但发挥失常，结果让人扼腕叹息；还有不少同学，天资聪慧，但由于没有找到恰当的学习方法，不得不与大学失之交臂，其人生轨迹也许从此改变。每年都有大量的考生因为学习方法不得当而使得学习成绩无法提高，高考时无法考取自己理想的学校而遗憾终生，但也有不少同学因为找到了适合自己的学习方法而金榜题名。

可见，掌握高效的学习方法对学生来说是至关重要的，历年的高考状元的经历也证明了这个道理：高效的学习方法可以学习达到事半功倍的效果。为了使广大学生了解和学习高考状元的高效学习方法，我们搜集历年高考状元的学习经验，编撰了这本《高考状元的高效学习方法》。

本书全方位、多角度地挖掘了高考状元的学习方法，更多的是一些学习策略和具体操作模式，这些都是高考状元的学习心得和体会，具有很强的针对性和实用性，对每个学生特别是即将高考的学生都有很强的借鉴和指导作用。

他山之石，可以攻玉。

我们相信，只要你读完本书，细细体会，你会发现这些方法对你的学习将有不可代替的帮助作用。

<<高考状元的高效学习方法>>

内容概要

如果把知识比作宝库，学习方法就是打开知识宝库的钥匙。有人把科学的学习方法比作点金术，比作通向成功的桥梁，都是十分恰当的。为了给学生提供一把打开知识宝库的钥匙，《高考状元的高效学习》选择了与学生实际联系比较紧密，并且行之有效的学习方法，供学生在学习时参考。

好的学习方法，是让学生自己掌舵。
学生学习方法的第一书，数十位特级教师、学习专家联合审定。
学生学习的良师益友，教你从苦学，好学到会学。

<<高考状元的高效学习方法>>

书籍目录

第一章 给自己高考设定一个目标为目标而努力奋斗目标随着时间而具体制定目标的三个原则复习阶段的三个不同目标尽可能%的完成目标把挫折当做成功的阶梯梦想是主动学习的催化剂学习目标让你事半功倍制订目标的三个要求制订阶段性奋斗目标持之以恒地为目标而努力第二章 掌握科学的学习方法培养取得成功的六大特质把握创造性学习方法手脑并用提高学习效率灵活运用六种思维方法学习时注意力要高度集中提高快速阅读的效率阅读记得牢的诀窍全面而理性地认识数学学好外语有妙招提高自己的归纳总结能力在学习中要坚持独立思考培养和提高自学能力第三章 提高自己的记忆能力学习离不开记忆记忆力的培养行之有效的记忆力训练提高记忆的六种方法多渠道记忆法分散学习记忆法尝试回忆法第四章 学好语文的最佳方法社会是语文的大课堂掌握语文字词的四个原则抓住重点突破难点划分段落层次的四种技巧掌握文言实词的三种方法学习文言虚词有规律文言文翻译要直译和意译相结合作文立意的六大技巧作文选材的四个注意写好三类考场作文的技巧第五章 学好数学的最佳方法正确理解应用数学概念数学例题的四大特性数学审题的技巧解题的方法和技巧数学课本六步读书法高考状元谈数学学习第六章 学好英语的最佳方法记英语单词的诀窍记住英语单词的六种技巧提高英语“说”的能力提高英语“写”的能力学习英语复句的技巧提高英语的阅读能力第七章 理科综合最佳学习方法物理要重视基础逐步提高重视和做好物理实验牢固掌握化学基础理论掌握常用的化学技能复习化学四个要点学好生物的四四种基本方法第八章 文科综合最佳学习方法学好政治的五种基本方法学好历史的时间记忆法灵活运用历史课本巧记地名八种技巧,四种地理题型的解答方法第九章 善于总结,融会贯通课后要善于小结系统复习周末要阶段性复习养成整理错题的良好习惯整理笔记的七种方法触类旁通效果好善于把知识综合兼容构建知识之树掌握关联学习法灵活运用所学知识第十章 健康饮食增强记忆大脑所必需的营养物质重视膳食的合理性提高记忆力的食谱科学的饮食结构补脑健智的食物睡眠质量高有利于增强记忆精神放松有利于增强记忆提高记忆的训练方法第十一章 合理制订了高考复习计划学会自我鼓励调节自己来适应老师制订符合自身情况的高考复习计划执行计划不打折购买正确的复习资料习题在精不在多提高复习效率创造适合自己的复习环境创建科学的资料库创建合理的难题库寻找适合自己的记忆方法第十二章 轻松考试考高分考试环境影响水平发挥考试要有积极的心态合理安排考前复习考试答卷有技巧考试答卷六大规律重视考后分析第十三章 考前保持良好的心理状态分析考试怯场的原因防止考试怯场的一些心理疗法克服考试恐惧心理的方法预防考试怯场的措施考试怯场的控制方法防止考前不良情绪减轻竞争的心理压力消除担心考试失败带来的困扰考试时要心态平和认真做好考前心理准备常锻炼定起居泰然处之焦虑减压力自我调试不利因素化成有利因素克服杂念准备全力投入千万不要侥幸考场作弊正确对待不喜欢的课程能和大家分享学习经验正确对待考前猜题现象自信是决战考场的法宝即使受挫也是一笔财富

<<高考状元的高效学习方法>>

章节摘录

插图：一是调好光圈。

照相机只有对准物体，调好光圈，才能拍出清晰的像来。

记忆也是如此，要想记得快、记得准、记得牢，必须明确记忆任务，并且注意力高度集中，一心想把它记住。

为什么司机的记路能力特别强？

就是“光圈效应”。

二是不要欠债。

一个企业，如果债务太多，就会被债务的利息给压垮；一个学生所欠记忆的债务过多，也会令其感到学习任务特别繁重。

要想改变这种局面，就必须对所学的内容及时归纳整理，该记忆的尽快记忆，使之化为内储知识。

不要等到总复习时再去突击记忆，因为突击记忆不仅不利于提高记忆效果，而且还会使平时的学习障碍重重。

总的原则是：学习知识要做到记忆先行；课堂上能记住的不要等到课后，课后能记住的不要等到单元复习，单元复习能记住的不要等到总复习。

平时要每天都拿出一定的时间对所记忆的内容进行反复循环记忆。

三是要保持和增强大脑记忆机能。

作为学生，要保持和增强大脑机能，首先要科学地安排饮食、睡眠，注意劳逸结合；其次是经常坚持记忆锻炼，每天都记一些新东西。

这样做，不仅可以增强记忆效果，使内储知识的总量不断增加，而且还可以使大脑得到锻炼，不断提高记忆能力。

四是要采用一些巧妙的记忆方法。

心理学研究结果表明：一种事物如果成为智慧活动的对象，它就容易清晰地被感知，深刻地被理解，与其他经验形成联系，因而被较好地识记。

系统地记忆所学知识的最基本方法是“单元网络法”，即把那些相互联系的内容看成是一个单元，归纳整理成知识的网络。

然后，采用一些巧妙方法灵活记忆。

例如，有关素质教育的内容，在教育类书刊中有各种各样的提法，但只要你注意分析归纳，就会发现素质教育的内容无外乎以下几个方面：一是要面向全体受教育者，旨在提高整个民族的素质，我国进行的普及九年义务教育，就是实施素质教育的具体步骤。

<<高考状元的高效学习方法>>

媒体关注与评论

善学者师逸而功倍，又从而庸之。
不善学者师勤而功半，又从而怨之。
——孔子

<<高考状元的高效学习方法>>

编辑推荐

《高考状元的高效学习方法》：教育机构重点推荐。

培养观察力的导航仪，成绩提高的金钥匙。

影响学生一生的学习方法尽在这里，几代教育专家毕生教育集萃于此。

科学的学习方法才能提高学习效率。

《高考状元的高效学习》根据历年高考状元们的一些学习经验和心得编写而成。

学生通过《高考状元的高效学习》找到有效的提高学习成绩的方法，并结合自身的特点，摸索出一套适合自己的学习方法。

苦学不如会学，勤学还须善学。

若想学习棒，方法最关键。

天赋、勤奋不是高效学习的根本，科学的方法才是出色学习的捷径。

叩响名校大门，让枯燥的学习充满乐趣，使单调的日子回荡激情。

<<高考状元的高效学习方法>>

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>