

<<学习强人与头脑强人>>

图书基本信息

书名：<<学习强人与头脑强人>>

13位ISBN编号：9787563911790

10位ISBN编号：7563911790

出版时间：2004-2

出版时间：北京工业大学出版社发行部

作者：凡禹

页数：299

字数：203000

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>

<<学习强人与头脑强人>>

前言

在中国乃至世界上，“清华”二字常在人们耳边响起。提起清华大学这所著名高等学府，人们不禁油然而生崇敬之情。

半个多世纪以来，跨入清华园，接受清华教育，是莘莘学子梦寐以求的理想，也是天下父母望子成龙的心愿。

清华园何以如此魅力四射？

清华精神又何以名扬四方？

众所周知，清华大学的前身是清华学校。

清华学校以“自强不息，厚德载物”为校训，以“造就中国领袖人才之试验”为宗旨，培养学生钻研的精神和严谨的学风，学校教育质量很高。

1928年正式成立清华大学，其后清华大学虽历经几个发展阶段，却一直倡导一贯的校训、宗旨和学风，并以高质量、严要求闻名中外。

前清华大学校长蒋南翔就公开说：“未来的中国部长、总理，就是要从清华出。

”清华大学一直倡导中西兼容、文理渗透、古今贯通这一传统。

“春风化雨乐未央，行健不息须自强”，多少青年学子陶醉于清华园这种“东西文化，荟萃一堂”的文化氛围，以青春的理想和行动努力体味和实践清华精神，这种精神就是著名学者王佐良后来所概括的：“做学问要有最高标准，而取得学问却是为了报效祖国。

简单地说，就是卓越和为公。

”清华大学虽偏重于理工，但一直全力改善不合理的教育制度，致力于“教育出一个真正懂得建设、懂得做人、懂得自己和人生的完善的青年”。

<<学习强人与头脑强人>>

内容概要

来自北大、清华、人大、北科大、北外这几所京西毗邻大学里的青年教师们，策划并执笔编撰了《北大清华学得到》这套青年素质教育读物。

书中融会了他们在青年学生素质教育中的教学心得和工作经验，很好地体现了知识经济时代“人才”这一称谓的崭新内涵以及知识经济时代参考人才素质的特殊要求。

在这个倡导终身学习的时代，在北大、清华等一流学府之外研修来自一流学府的成长课程，已成为学校教育延伸，并将日趋融入主流教育。

<<学习强人与头脑强人>>

书籍目录

序言 序言一 行健不息须自强 序言二 圆青年人的成才之梦 第一章：适应21世纪的新学习观 学习是生存本领的挑战与评判 以获知识的能力为中心的学习 北大清华学生的学习观 学工合一：李嘉诚从学徒到富豪 “打工皇后”吴士宏 第二章：培养你的学习情商 测一测你的学习情商 自尊是学习的内在源泉 积极的自我是学习的精神支柱 像对待情人一般对待学习 不要为自己找借口 学海无涯“乐”作舟 逆境中坚持学习 第三章：高效率的学习方法 学习始于感知 寻找适合自己的学习类型 7种智力学习途径 锥形进军学习法 螺旋上升学习法 循环战略学习方法 在倾听中学习 托尔斯泰的移植学习法 循序渐进的学习法 华罗庚的笨鸟先飞法 计算机辅助学习法 从竞争对手那里学习 洗耳恭听的陈景润 三人行必有我师 集中你的注意力 第四章：听课与做笔记的方法 第五章：学习中阅读的方法 第六章：如何学习课本知识 第七章：如何管理学习时间 第八章：告别遗忘的神奇记忆 第九章：大脑是人类最大的宝藏 第十章：健康用脑，开发大脑潜能 第十一章：头脑激荡，创新思维修炼

<<学习强人与头脑强人>>

章节摘录

儿童出生后一年内，神经结构和机能方面的发展是非常迅速的，是出生后发展最快的时期，脑重迅速增加近900克。

3岁时增到1000克，7岁时为1280克，已接近成人的水平，7岁以后就非常缓慢了，因为已大体上成形了。

随着年龄的增长，脑细胞体积在增大，神经纤维在加长，神经纤维髓鞘化过程也在迅速发展。神经系统的快速发展，保证了儿童心理活动的形成和发展。

人的心理是在人脑与环境的相互作用中发展起来的而不是天生的。

儿童接受环境的复杂刺激，从而使脑获迅速发育和成熟。

科学研究发现，儿童在常规的环境中生活，大脑的各部分神经细胞则按一般的速度发育。

若外界的适宜刺激越加频繁、越强烈，则脑神经细胞的发育速度越快，并趋于完善。

有人估计，超前教育的儿童到了7岁，他的脑神经细胞可能已经发育了25%，而一般儿童也许只发育了10%。

至于那些在贫乏环境中的儿童，脑神经的发育也就更少了。

可惜的是那些没有接受环境刺激的大脑，在生成之后就中止了发育，逐步萎缩，终因老化而失去了功能。

我们只能永远使用那些已经发育好的脑神经细胞，由此形成了儿童之间大脑质量的差别。

人脑神经细胞由于得不到环境的刺激而停止发育，导致萎缩和老化，失去其功能。

儿童早期是大脑发育最迅速的时期，由于得不到丰富适当的环境刺激和科学教育，因而可能会阻碍了脑的发育和发展，可能是使大脑潜能得不到充分发展的重要原因之一。

如将幼儿进行社会剥夺，使之生活在不与人交往的贫乏社会条件下，使他们变成了白痴，而且不可逆转，这可能与他们的神经系统发育受阻碍有关。

反之在丰富刺激环境生活下的幼儿却得到较好发展。

从动物实验和解剖观察也证明了这一点。

德国教育家韦德通过早期教育使智力平平的幼儿获得智力超常发展。

被他进行早期教育的儿子卡尔·韦德，13岁就被授予哲学博士，16岁又获法学博士，19岁便成为研究但丁的权威人物，20岁任大学教师。

老韦德总结性地说：如果我们把一个人所拥有的智力潜能用数字来表示，并定量为100，那么，放弃早期教育后，到了5岁，其智力潜能只剩下80%了。

这时进行早期教育虽说不算太晚，但已经相当吃力了。

如仍听之任之，到了10岁，智力潜能便只剩下60%了。

其趋势大致是每5年减20%。

从韦德智能递减律可以推论，假若一个儿童得不到良好的教育和丰富有效的环境刺激，那么他到了20岁时，智力潜能就只有20%。

即使这20%的潜能可能也会由于各种原因，仍然得不到发展，而被埋没掉许多。

这可能是提出人脑潜能只用了10%的依据之一。

<<学习强人与头脑强人>>

媒体关注与评论

素质教育的图书不下几百本，唯有这套书以中国青年的实证研究为基础，能够真正满足青年人成功成才的学习需求。

我认为，青年人应该在课后或业余时间系统地读一读这套书。

——《中国企业报》副总编辑刘彤 我会把《北大清华学得到》这套书推荐给我的学生、朋友和亲人，相信这套书会给他们指明一条成长、成才、成功的道路，令他们真正适应当今的新时代。

——人大附中教师谢颖辉 这套书令人“轻松并思考着”，当你在灯下打开扉页，你将开始一段有关人生技能和方法的精神之旅。

——华点通国际顾问咨询有限公司总裁苏珊 这套书告诉你如何成功地做人、做事，指导你更好地走在人生旅途。

你可能无缘在北大、清华等一流学府学习，但你却可以通过这套丛书学到来自一流学府的成才课程。

——清华大学博士生导师、著名经济学家魏杰教授 憧憬北大，却未必要迈进北大；向往清华，却未必要到清华。

如果未能进入北大、清华是人生中的一个缺憾的话，那么这套丛书以及书中所揭示的成功道理，也许是对这一缺憾的可贵的弥补。

我的成才、你的成才，让我们一同来圆成才之梦！

——北京大学知名学者仓道来教授

<<学习强人与头脑强人>>

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>