

<<方法决定成绩>>

图书基本信息

书名：<<方法决定成绩>>

13位ISBN编号：9787802580206

10位ISBN编号：780258020X

出版时间：2010-1

出版时间：求真出版社

作者：林茜，巩昂 著

页数：219

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>

<<方法决定成绩>>

内容概要

两个在人生初程起跑的年轻孩子，写下历经风雨以及阳光的求学印记，分享自己受益非浅的学习方法，当你翻开《方法决定成绩》的时候，你不会看到一个一帆风顺的成功者，而是看到一个普通孩子，用智慧、坚韧和毅力，奋力向前的足迹，看到一个坚信“只要站起来的次数比跌倒的次数多一次就是成功”的真实故事。

永远不要用功利的眼光看待学习
兴趣 认识并避免学习中的七大迷思
数外、史地生等8门重点学科并提高成绩
种学习资源

《方法决定成绩》告诉你：
激发自己的学习动力和学习
最有效率地运用课堂时间 应付考试得高分 学习语
提高自己的语言能力与写作能力 整合利用和管理各

<<方法决定成绩>>

作者简介

林茜，一个坚信“只要站起来的次数比跌倒的次数多一次就是成功”的文理兼修的女孩。2007年以709+20分的优异成绩摘取北京市高考理科状元的桂冠，毅然舍弃港大56万丰厚奖学金的她迈入了北大数学殿堂。

她以坚定和睿智证明自己的实力，更用行动诠释全面发展的素养。

巩昂，两岁移居美国，接受了完整系统的美国教育，身沐欧风美雨而不忘中国传统，中学期间写成《我在美国上中学》、《美国高中作业》等素质教育读物受到中国教育学会会长顾明远教授嘉勉并推荐给温家宝总理。

2006年以优异成绩同时被哈佛大学、斯坦福大学、麻省理工学院、普林斯顿大学、杜克大学等8所名校录取。

现为哈佛大学2010班学生。

<<方法决定成绩>>

书籍目录

起跑，在人生的初程永远保持对知识的渴望Chapter1 激活学习潜能的5种方法方法1 拥有主动学习的原动力心理满足抓住机会追求完美发现乐趣父母熏陶老师激励同龄氛围方法2 锻造战胜困难的品质坚持是种有回报的考验挑战是领略美景的选择勤奋是实现自我的支点方法3 培养成熟积极心态扶起压弯的坚强站起来总比跌倒多一次宽容使人走得更远我们需要的，只有一点点方法4 走出学习7大误区误区1：高分一定低能误区2：学习结果比学习过程更重要误区3：教室是唯一的学习地点老师是唯一可以教你的人误区4：辅导参考书多多益善误区5：在美国上学很轻松误区6：背靠父母好乘凉误区7：高中期间就有一个明确的职业选择方法5 保证大脑高效运转补充碳水化合物——保证大脑战斗力清除自由基——增强大脑抵抗力选择营养食物——帮大脑增添健康活力增加蛋白食物——提高记忆力均衡饮食——补充大脑能量搭配膳食——三餐健脑参考适当运动——有利大脑健康Chapter2 把握好学习的5大环节环节1 预习——学习新知识的“热身”预习目的预习内容预习时间预习5步骤环节2 课堂——获取知识的“快捷键”吸取老师教学精华集中注意力的妙方提问三步曲记笔记的诀窍及时总结，避免知识搅成乱麻环节3 作业——掌握知识的“练兵场”寻找作业的乐趣分步骤穿插完成减少拖沓带来的损失攻克难题的窍门各种强度作业应对法环节4 复习——巩固知识的“良训”及时复习效果佳全面复习知识广反复复习记得牢倒计时环节5 考试——收获知识的“战场”克服考前压迫感研究考试题目把握做题的时间节奏细心审题总结和分析试卷考试是另一种学习途径Chapter3 掌握8大科目学习技巧语文学习技巧基础知识——抓住基本得分点阅读1——阅读经典阅读2——越忙越读作文1——“资本”输入与输出作文2——源于现实作文3——倾注真诚作文4——撷取细节作文5——借鉴范文写作技巧作文6——七大实操要点外语学习技巧精听——营造语言环境敢说——训练精准语感多读——构建立体语系笨写——积累实战经验巧背——巩固坚实基础活用——培养灵活沟通数学学习技巧课本——吃透数学真经例题——搭建解题思路习题——突破思维方式思考——享受解题过程欣赏——造就数学热忱理化生学习技巧课堂听讲课下练习——建立科学性思维实用性——把握学科本质联点成网——构建知识网络课本阅读七法——夯实基础知识了解知识——掌握课本主干识记知识——运用细化五法掌握细节——消除记忆盲点史地学习技巧表格和故事——通览历史知识学习七法——通晓地理知识了解老师——开阔学习视野Chapter4 培养4种学习能力思考能力——思想让生命更绚烂开放性独特性批判性记忆能力——通向高效记忆的阶梯联想记忆自然记忆刺激记忆比较记忆总结记忆关键词记忆兴趣记忆思维能力——让大脑发动起来想像力注意力观察力比较能力概括能力分析能力循证科学模式管理能力——做好自己的管理者5分钟制定计划8小时充足睡眠应对“计划焦虑”抛弃“强攻”战术寻找最佳时间安排计划三要点杜绝“假用功”“管好”自己的书房Chapter5 善用5种学习资源资源1 学校——摇篮进取的校园文化无限选择的课程丰富的课外活动难忘的高中生活资源2 老师——桥梁斯特蒙普老师：听见每一个学生的声音布鲁塞尔老师：把历史讲活西格老师：五法并用学化学凯因斯老师：鼓励无知无畏的探索精神霍姆老师：向一切事物提出疑问菲茨杰拉德老师：全面寻求真理安德森老师：边做边学琳达老师：跟踪科学世界的最新发展汤步斌老师：合理渗透，画龙点睛也全力老师：启迪探索，执简驭难高江涛老师：将自主探究带入课堂谢泽运老师：因材施教，条分缕析肖乐和老师：关注身心甚于成绩，博采众长聚焦课堂于树泉老师：传承民族经典，融会唐风宋韵庞美玲老师：风物长宜放眼量赖丽燕老师：化枯燥为神奇的语法教学程岚老师：创新教学，寓教于乐幕后英雄：经年教益如清泉资源3 父母——榜样人生蓝图的规划者严格要求第一朋友享受家庭时间思想碰撞送我上哈佛中西文化兼容资源4 同学——镜子相处中了解交流中共享竞争中前进友谊中成长同学的选择资源5 社会——舞台借鉴不同文化的思维方式结交不同生活背景的朋友站在别人的角度思考帮助别人就是帮助自己偶像映出另一个自我附录林茜档案巩昂档案

<<方法决定成绩>>

章节摘录

Chapter1 激活学习潜能的5种方法 方法2 锻造战胜困难的品质 挑战是领略美景的选择

巩：从各种角度来看，学习都是一种挑战。

学习是一个知识积累、知识改造、知识创新的过程。

只要是学习，就涉及到新东西——积累是对已有知识的增加，改造是已有知识形态的变化，创新则是新知识的形成——这些都是知识增长的量变或质变。

完成老师布置的作业，为第二天考试做复习，做课外研究项目等等，都可能成为挑战，因为这些环节都会涉及积累、改造、创新。

日常学习是在一个竞争环境中，大学升学更是在一个竞争环境中：与同校的学生竞争好的成绩，与外校学生竞争优秀大学的录取……这些都是挑战，都是通过学习来达到的。

但我认为，在学习中挑战自己是最难的，同时也是最有价值的挑战。

《孙子兵法》说：“知己知彼，百战不殆。

”——要想战无不胜，我们必须了解自己；《道德经》说：“知人者智，自知者明。

”——要想变得聪明一些，我们必须了解自己。

对我来说，这几句话的含义还有一个——当面对一个挑战时，需要根据自己的情况找到解决问题的途径。

每一个学习的挑战，都会使我们前进一步，每前进一步，我们都会发现一片新天地。

在生活中也是这样，如果我们愿意多走一里路、多爬一座山，总会有额外的收获，这些收获更有价值，哪怕只是心灵上的。

因此，需要达到的目标，一定是自己制定的更高的目标。

从学生角度讲，只要达到老师的要求就可以得到好成绩。

如果我完成并达到老师提出的所有作业要求、课程要求，老师没有任何理由给我一个不好的成绩。

但我相信，所有老师都希望自己的学生能达到并超越这些要求，希望学生在学习上尽最大努力争取再上一个台阶——“青出于蓝而胜于蓝”就是这个道理。

在高中期间，很多同学都认为我特别用功。

他们不理解我为什么要花四个小时来写两个小时就可以完成的作文。

我非常理解为什么有些同学不能够用最大力气来完成一件事，并把它做得最好——因为我们实在是太忙了。

课程忙，课外活动忙，另外我们也总想和同学、朋友一起娱乐。

我的原则是，只要有足够的时间，我愿意花最大的努力把一件事情做好。

这样做的目的不是为了得到最好成绩，而是因为这样做才能有最大的进步。

当我要求自己超越目标时，总是有很大的收获。

写文章、做课外习作时，这种感觉经常能够体验到。

享受这些收获，享受这些体验是一种非常美好的感觉。

在高中的最后一年，很多同学还在上学时就非正式地开始了暑假。

得到大学录取通知之后，我们的课程成绩也就显得不是特别重要了，所以很多学生就开始完全放松，在课堂上不努力学习。

他们认为反正已经被大学录取，所以现在可以享受生活了。

我承认，在得到大学录取通知之后。

我也感觉轻松了许多。

但同时，我也在想：上大学之前，我们只剩下这一个学期的时间来为大学做准备，我应该利用剩余时间来挑战自己，去实现更高的目标，去学更多的东西。

这是我走在别人前面的一个大好时机。

就在大家得到大学录取通知后，英语课老师给我们布置了一个作业，让我们从一个非常独特的角度写一篇文章或作品，介绍一个文化题目。

老师鼓励我们充分发挥自己的想像力，所以，这篇作文应该很有意思。

<<方法决定成绩>>

听到这个作业时，很多同学都感觉应该很容易，不会花太长时间就能做完。

但当时我对自己说：不知道有没有第二次机会再做这样的作业，既然有这个机会，我为什么不好好地做一下呢？

我选择的角度是写一个脱口秀剧本来介绍我的文化题目——三位19世纪英国女作家。

这个作业可以锻炼我写脱口秀剧本的能力，使我从一个非常独特的角度来表达我所了解的信息与思考

。作业要求写五到七页，但正是这种自我挑战的思想使我的作文最后有18页长——一个活生生的剧本出现了！虽然我知道自己可以用短一点的时间来完成这个作业并且能够得到一个不错的成绩，但既然有这样的机会锻炼自己，为什么不去好好地做，通过锻炼再上一个更高的台阶呢。

假如让我对四年的高中学习总结一句话，那就是——挑战自己，让自己走在前面。

<<方法决定成绩>>

编辑推荐

过程决定结果！

天分出身无法改变，但改变可以从自己开始——从改变方法开始，方法决定成绩！

我希望通过这本书，分享我用18年的时间学到的一些东西。

在整个写作过程中，我力求真实地纪录我所遭遇的点点滴滴，无论欢笑还是泪水，我都坦诚地与你分享。

因此，当你打开这本书，你不会看到一个一帆风顺的成功者，你只会看到，一个普通孩子用智慧、坚韧和毅力，奋力前行的足迹。

——林茜 这本书记录了我们两个人积累的学习方法和学习经验，我们从中受益匪浅，并取得了一定成绩。

如果这本书能帮你在学习上少走弯路，我们将倍感欣慰。

如果直接使用书中的方法能给你带来成功，我们会很高兴——但我们更加希望这些学习方法能够给你带来一些启发。

——巩昂

<<方法决定成绩>>

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>