

<<中等生脱颖而出>>

图书基本信息

书名：<<中等生脱颖而出>>

13位ISBN编号：9787302284901

10位ISBN编号：7302284903

出版时间：2012-5

出版时间：清华大学出版社

作者：任勇

页数：192

字数：283000

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>

<<中等生脱颖而出>>

内容概要

任勇所著的《中等生脱颖而出》以平实的语言，剖析青少年学生正确学习的基本方法、健康身心的培养、提升软实力的方法和自我调整管理的方法。

本书每章均有导读，每章节除正文和评测练习题外，还有名人名言、励志故事链接，以帮助中等生树立积极向上的心态，有勇气去追逐属于自己的梦想。

全书内容丰富，图文并茂，案例生动，几乎涵盖了青少年学生学习的所有问题。

《中等生脱颖而出》适合青少年学生、学生家长、教育工作者阅读。

<<中等生脱颖而出>>

作者简介

任勇

福建省厦门市教育局副局长，数学特级教师，北京师范大学、集美大学、福建教育学院兼职教授，原福建省厦门第一中学校长。

现任中国学习科学研究会副会长，福建省特级教师协会副会长，福建省数学教学研究会副理事长，厦门市特级教师协会会长，厦门市数学教学研究会理事长等职。

先后荣获福建省优秀青年教师、福建省优秀专家、厦门市拔尖人才等称号。

已编写和参与编写《任勇与数学学习指导》《走向****：为什么不？

》《为发展而教育》等82部学术专著，在《教育研究》《数学通报》《人民教育》等刊物发表各类文章800余篇。

曾先后应邀赴各地讲学500余场。

享受国务院政府特殊津贴，荣获“苏步青数学教育奖”一等奖，最近入选“国培计划”首批专家。

<<中等生脱颖而出>>

书籍目录

第一章 脱颖而出的法宝——正确学习的基本方法

第一节 磨刀不误砍柴工——课前预习的方法

- 一、预习的好处
- 二、预习的种类
- 三、预习的任务
- 四、预习的要求

学而练习之

第二节 跟着老师的思路走——课堂听课的方法

- 一、充分做好课前准备
- 二、高度注意,专心听课,积极思考,抓住重点
- 三、根据各学科的特点来听课
- 四、记好课堂笔记

学而练习之

第三节 温故而知新——复习巩固的方法

- 一、复习有什么好处
- 二、复习的种类
- 三、复习的要求

学而练习之

第四节 学习,贵在心悟——作业练习的方法

- 一、做作业的好处
- 二、作业的种类
- 三、做作业的要求

学而练习之

第五节 学海横渡巧借舟——善于总结的方法

- 一、什么是“总结”
- 二、“总结”对我们的学习有什么样的意义
- 三、总结的方法

学而练习之

第六节 追逐知识之浪花——课外学习的方法

- 一、课外学习的特点和作用
- 二、课外学习活动的种类
- 三、课外学习的要求

学而练习之

第七节 沉着冷静,自信迎考——应对考试的方法

- 一、考试的目的
- 二、考试的种类和方式
- 三、考试前的准备
- 四、临场须知
- 五、考试后的试卷分析

学而练习之

第二章 向上飞翔的翅膀——健康身心的培养

第一节 有志者事竟成——良好动机的培养

- 一、确定长远目标,树立远大理想
- 二、维持强烈而持久的好奇心
- 三、培养兴趣,强化动机

<<中等生脱颖而出>>

- 四、争取成功的体验
- 五、投入竞争, 激发动机
- 六、应用动机迁移, 培养学习动机
- 七、努力排除与学习动机相悖的其他动机的诱惑和干扰
- 八、及时了解学习结果
- 九、对学习成败正确归因
- 十、坚决批判新的“读书无用”论

学而练习之

第二节 兴趣是最好的老师——兴趣爱好的培养

- 一、需要激趣法
- 二、实践活动法
- 三、立志定标法
- 四、双基育趣法
- 五、情趣迁移法
- 六、智巧得趣法
- 七、亲师染趣法
- 八、交友参赛法
- 九、成效反馈法
- 十、体验回味法
- 十一、实用生趣法
- 十二、奇巧探趣法

学而练习之

第三节 坚持不懈铸成就——学习意志的培养

- 一、理想信念, 坚定意志
- 二、克服困难, 坚强意志
- 三、克服弱点, 优化意志
- 四、挫折磨砺, 磨炼意志
- 五、参与竞争, 锻炼意志
- 六、榜样力量, 培养意志
- 七、纪律约束, 强化意志
- 八、实践体锻, 提升意志

学而练习之

第四节 阳光灿烂每一天——健康情感的培养

- 一、明确学习目的, 引发学习情感
- 二、知情意行统一, 升华学习情感
- 三、排除消极情绪, 优化学习情感
- 四、利用学科史料, 激发学习情感
- 五、通过探究学习, 发展学习情感
- 六、协调人际关系, 保持学习情感
- 七、扩大兴趣爱好, 丰富学习情感
- 八、学会适度幽默, 调节学习情感

学而练习之

第五节 打开成功之门的钥匙——优良性格的培养

学而练习之

第六节 让自信的阳光洒满心田——增强信心的培养

- 一、我能成功, 激发自信
- 二、完善自我, 充实自信

<<中等生脱颖而出>>

- 三、克服自卑, 树立自信
- 四、强化优势, 增强自信
- 五、弱项突破, 建立自信
- 六、积极表现, 保持自信
- 七、合理期望, 适度自信
- 八、有效训练, 提高自信
- 九、慧外秀中, 涵养自信

学而练习之

第七节 受用一生的“利息”——良好习惯的培养

- 一、认识意义, 用心“养成”
- 二、制订学习计划, 循序渐进
- 三、自控他控, 约束自己
- 四、排除干扰, 做好“正事”
- 五、下定决心, 防止倒退
- 六、不良习惯, 坚决改正
- 七、科学训练, 必见成效
- 八、转化升华, 练得成习

学而练习之

第三章 空中加油的平台——提升软实力的方法

第一节 两耳不闻窗外事——提升注意力

- 一、培养注意力的重要性
- 二、中等生不善于“注意”的表现
- 三、注意的分类与学习
- 四、怎样培养注意力

学而练习之

第二节 远近高低各不同——提升观察能力

- 一、培养观察能力的重要性
- 二、中等生不善于“观察”的表现
- 三、观察的种类
- 四、如何培养观察能力

学而练习之

第三节 熟读唐诗三百首——提升记忆力

- 一、培养记忆力的重要性
- 二、中等生不善于“记忆”的表现
- 三、记忆的种类与学习
- 四、如何培养记忆能力

学而练习之

第四节 飞流直下三千尺——提升想象力

- 一、培养想象力的重要性
- 二、中等生不善于“想象”的表现
- 三、想象的种类与学习
- 四、怎样才能培养想象能力

学而练习之

第五节 学而不思则罔——提升思维能力

- 一、培养思维能力的重要性
- 二、中等生不善于“思维”的表现
- 三、思维的种类与学习

<<中等生脱颖而出>>

四、如何培养思维能力

学而练习之

第六节 异想竟使云天开——提升创造能力

一、培养创造能力的重要性

二、如何培养创造能力

学而练习之

第七节 相信自己的力量——提升自学能力

一、培养自学能力的重要性

二、如何培养阅读能力

三、如何培养记读书笔记的能力

四、如何培养积累资料的能力

学而练习之

第四章 梦想成真的钥匙——自我调整管理的方法

第一节 尽快调整你的方位——适应能力的培养

一、学会适应新的环境

二、学会适应新的同学

三、学会适应新的老师

四、学会适应新的学习

五、注意培养适应能力

学而练习之

第二节 一寸光阴一寸金——学习时间的管理

一、要有计划地使用时间

二、合理地安排时间

三、要科学地利用时间

四、要建立良好的学习和工作秩序

五、要尽量把握住“今天”

六、要提高单位时间的学习效率

七、要充分利用零碎时间

八、要对时间的利用进行结算

九、要坚持在一段时间内完成一项学习任务

十、要增强控制“三闲”的能力

十一、要充分利用好假期时间

十二、要劳逸结合，学会休息

学而练习之

第三节 孟母缘何三迁——学习环境的面对

一、社会环境

二、家庭环境

三、学校环境

学而练习之

第四节 我的学习我做主——学习策略的制订

一、根据个性特点来制订学习策略

二、根据人体生物节律来制订学习策略

三、根据学习规律来制订学习策略

四、根据不同学习内容来制订学习策略

五、根据学习任务来制订学习策略

六、根据学习的阶段性来制订学习策略

七、根据学习条件来制订学习策略

<<中等生脱颖而出>>

八、根据老师的教学特点来制订学习策略

学而练习之

第五节 激情遨游“网海”中——网络学习的智慧

- 一、网络学习的意义
- 二、网络学习成趋势
- 三、抵制“网诱”有策略

学而练习之

第六节 适合的才是最好的——适合个性的学习

- 一、活而有序型
- 二、活而无序型
- 三、仔细严谨型
- 四、不求甚解型
- 五、凌乱无章型
- 六、故步自封型
- 七、傲慢自大型
- 八、好大喜功型
- 九、懒惰怕苦型
- 十、逆反厌学型

学而练习之

第七节 登上学习快车——学习方式的革命

- 一、自主学习——我的学习我做主
- 二、合作学习——一个苹果与一种思想
- 三、探究学习——摸着石头过河

学而练习之

参考答案

参考文献

<<中等生脱颖而出>>

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>