第一图书网, tushu007.com

<<青春的你如何掌握学习的金钥匙>>

图书基本信息

书名：<<青春的你如何掌握学习的金钥匙>>

13位ISBN编号：9787508419671

10位ISBN编号：7508419677

出版时间：2004-4-1

出版时间：中国水利水电出版社

作者：肖峰

页数：344

字数：292000

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

内容概要

这是一本指导中学生建立正确学习方法，养成良好的学习习惯的训练指导手册。
　要书是作者长期从事心理学的研究、咨询实践、广泛汲取他人的理论与经验，观察了大量学习者的成改经验以及结合自长期的不习体验，总结出的一点智慧结晶，具有实用性、有效性、独特性及合性。
本书主要内容有：“ 不打无准备之仗、抓好获取知识的主要问题、知识需要有序条理化、重复是学习之母、养成良好的学风、学习讲求计划性、思考是学习的体质特征、量变才会有质变、学习技能训练、提高学习自信、培养学习乐趣、学习心理调节、国女生学习心理、合作互助式学习法、考前的心理调适、考前复习巧安排、临考前的综合调整、临近考试的心理调适、考场上的心理调适、考试的技巧、考后的心理调节、数学（物理等）各种学习指导健脑训练。

作者简介

肖峰：北京慧源心理与教育研究中心主任，中国青少年研究中心兼职研究员，中国心理健康协会会员等职。
曾担任电视台多家有关心理、家庭教育、儿童游戏节目的顾问和策划人，在全国各类报刊发表心理与教育方面的文章上千篇，并先后担任多家报刊的专栏主持人。
为广大家长、教师和

书籍目录

千万别急功的利（代前言）第一单元 不打无准备之仗　1. 预习要激发好奇心　2. 预习不要代替老师所讲　3. 预习的重点　4. 预习要明确整体结构　5. 预习要扫险拦路虎　6. 做作业快的“ 绝招儿 ”第二单元 抓好获取知识的主要问题　1.听课是学生获得知识的主要途径　2. 向45分钟要质量　3. 要跟上老师的思路　4. 要牢牢抓住概念　5. 概据各学科的特点上课　6. 要积极思维　7.“ 反馈思维 ”听课法　8. 机械学习与意义学习　9. 把“ 黑煤球 ”变红　10.“ 笔记 ”是为了“ 脑记 ”　11. 怎样做好课堂笔记　12.听课的不良习惯……第三单元 知识需要有序条理化第四单元 重复是学习这母第五单元 养成良好的学风第六单元 学习要讲求计划性第七单元 思考是学习的本质特征第八单元 量变才会有质变第九单元 学习技有训练第十单元 提高学习的自信第十一单元 培养学习乐趣第十二单元 不习心理调节第十三章元 学习心理调节第十四单元 合作互助式学习法第十五单元 考前的心理调适第十六单元 考前复习巧安排第十七单元 临考前的结综合调整第十八单元 临考考试的心理调适第十九单元 考场上的心理调适第二十单元 考试的技巧第二十一单元 考后的心理调节第二十二单元 数学学习指导第二十三单元 物理学习指导第二十四单元 物理学习指导第二十五单元 语文学习指导第二十六单元 外语学习指导第二十七单元 政治学习指导第二十八单元 健脑训练妙法

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