

<<魔法记忆一日一课>>

图书基本信息

书名：<<魔法记忆一日一课>>

13位ISBN编号：9787509001257

10位ISBN编号：7509001250

出版时间：2006-9

出版时间：当代世界出版社

作者：苟守庆

页数：333

字数：385000

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>

## <<魔法记忆一日一课>>

### 内容概要

“照相式超级记忆术”综合运用世界各国记忆专家多年的研究成果，着力开发长期被忽视和压仰的大脑潜能。

它借鉴照相机即时成像原理，化抽象知识为具体图像，变抽象为形象，变文学为图片，使知识迅速存储在大脑中，并做到永不退色。

它颠覆了上千年来一直沿用的简单重复的记忆理念、方法和习惯，必将掀起一场轰轰烈烈的记忆学习革命，帮助成千上万的学子从沉重的记忆负担中解脱出来，去创造一个个记忆神话！

这是本介绍记忆方法的书籍。

该书以照相式超级记忆术为主，兼有基本记忆方法和学习方法，内容密切联系中学教材和高考、中考。

不讲空洞的理论，主要讲解原理和使用方法。

采用训练式讲授法，不但让你看得懂，还让你学得会，用得上。

## &lt;&lt;魔法记忆一日一课&gt;&gt;

## 书籍目录

前言 / 一个月, 你也能成为记忆高手第一日(1) 计划法 阅读材料 少年心事当拿云第一日(2) 预习法 阅读材料 不动笔墨不读书第二日 听课法 阅读材料 你不是旁观者第三日 及时复习法 阅读材料 顽皮的遗忘第四日 扑克牌记忆法 阅读材料 快速记忆不是神话第五日 超级记忆术全面接触 阅读材料 真想记住吗(一)第六日 奇特法 阅读材料 真想记住吗(二)第七日 心象法(一) 阅读材料 “双轮” 驱动效率高第八日 心象法(二) 阅读材料 让“偏瘫” 的身体动起来第九日 心象法(三) 阅读材料 营养大脑记忆好第十日 谐音法 阅读材料 脑越用越灵第十一日 联想法(一) 阅读材料 冥思遐想好处多第十二日 联想法(二) 阅读材料 超觉静思放松法第十三日 联想法(三) 阅读材料 攀登记忆的珠穆朗玛峰第十四日 数字挂钩法 阅读材料 尖子生的十大秘诀第十五日 两种挂钩法 阅读材料 时间就是生命第十六日 几种具体记忆方法(一) 阅读材料 让烦恼走开第十七日 几种具体记忆方法(二) 阅读材料 为自己加油第十八日 语文学习记忆法(一) 阅读材料 《学习的革命》主要思想(上)第十九日 语文学习记忆法(二) 阅读材料 《学习的革命》主要思想(下)第二十日 英语学习记忆法(一) 阅读材料 常见前缀、后缀和词根第二十一日 英语学习记忆法(二) 阅读材料 钟道隆教授与英语学习逆向法第二十二日 英语学习记忆法(三) 阅读材料 李阳的疯狂英语第二十三日 政治学习记忆法 阅读材料 音乐疗法第二十四日 历史学习记忆法(一) 阅读材料 睡得香, 学习记忆好第二十五日 历史学习记忆法(二) 阅读材料 自我催眠术的应用第二十六日 地理学习记忆法 阅读材料 科学休息法第二十七日 生物学习记忆法 阅读材料 脑力劳动者健身十法第二十八日 化学学习记忆法 阅读材料 记住名字是一种尊重第二十九日 数学学习记忆法 阅读材料 备考的“三大战役” 第三十日 物理学习记忆法 阅读材料 一路高歌上考场十年辛苦不寻常——代后记

## &lt;&lt;魔法记忆一日一课&gt;&gt;

## 章节摘录

你不是旁观者国际知名的听力专家拉尔夫·G.尼科尔斯曾指出过下面10种坏的听课习惯。一旦消除了这些坏习惯，你就能成为一名较好的听课者。

一、认为课程单调无味一名差的听课者一经判断内容单调无味之后，就会心不在焉。而他的这种判断通常不是以知识而是以无知为基础的。

一个好的听课者，即使课讲得似乎很单调，也会倾听可能是重要和有用的信息知识。

二、批评讲课一个差的听课者常常找讲课者的岔子--也许是不修边幅，或者是声音单调--并推断这样的人是讲不出什么重要内容来的。

一个好的听课者清楚地认识到上课不等于时装表演，他们所追求的应该是观点、思想，而不是找批评的靶子。

三、过激反应一个差的听课者由于专门注意了自己与讲课者观点不同这件事，以至没有听到大部分讲课内容。

一个好的听课者是用脑子而不是用感情来听课，他们只是把不同的观点记下来，以便课后向老师请教，然后继续听讲。

四、只听事实一个差的听课者要的仅仅是事实，认为“具体的阐述”只是他人的观点而已。

一个好的听课者想知道事实是怎样证明原理的，例子又是如何说明概念的，论据是怎样证明论点的。

他们认为事实虽然是重要的，但只有和原理、概念、论点联系起来才有意义，五、概括一切一个差的听课者企图将每一堂讲授的内容，通过详细的概括，硬套进一个刻板的模式。

他们忙于分析形式和风格而忽略了内容。

一个好的听课者却按照讲课者的题目和组织形式来校正自己的笔记。

六、伪装注意一个差的听课者两眼紧盯讲课者，随后就放松了。

他们期望在课后学习的时候，从课本里获得相应的信息知识。

一个好的听课者认识到，每堂45分钟的讲课，是获得讲课者花了几个小时才搜集起来的论据和概念的一个机会。

七、分心一个差的听课者会因为一点小小的理由--脚步声、门的开关声、咳嗽声以及铅笔落地的声音，而中断聆听老师的讲课。

一个好的听课者约束自己不去理会使他分心的事，将注意力集中在讲课者所讲的内容上。

八、仅仅选择简单的内容对于一个差的听课者来说，要听懂讲课者复杂的论点和思想，是过于辛苦而困难的事。

这种学生要的是娱乐，而不是学习。

一个好的听课者求知欲望很强，他想了解讲课者是如何证明自己观点的，对于困难的、技术性的或者复杂的思想并不惧怕。

九、对于感情词反应过激一个差的听课者一听到一些激起个人感情的词，便会产生过激反应，几乎大发脾气，血压会升高，于是就什么也听不见了。

一个好的听课者听到同样充满感情的话，反而更加仔细地听，以便领会讲课者的要旨和论点，并了解他的偏见在哪里。

十、浪费思想速度思想的速度要比讲话的速度快得多（实际上快四倍左右），所以一个差的听课者就懒洋洋地听着讲课，或者利用自己的思想速度来解决一些个人问题，这样就会使他因为跟不上讲课者，而将余下的讲授内容完全放弃。

一个好的听课者。

则利用自己的思想速度和讲课过程中的每一个间歇来区别论据和主要观点，很快地概括讲授的要点，预习讲课者下面所要讲授的要点。

<<魔法记忆一日一课>>

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>