

<<成功跨越高考>>

图书基本信息

书名：<<成功跨越高考>>

13位ISBN编号：9787535756053

10位ISBN编号：7535756050

出版时间：2009-3

出版时间：湖南科技

作者：丁光木

页数：251

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>

<<成功跨越高考>>

前言

看到这个观点，许多同学、家长和教师都会不可思议：怎么可能！

倘若如此，那些名牌大学岂不挤破门槛！

的确，每年高考结束后，这种情况难以成为事实：一方面，如果考生高考成绩普遍好，高考录取线就会“水涨船高”，另一方面，也是最为关键的，那就是高中学生，尤其是高三毕业生，总会有诸多原因考得不好，甚至考砸，没有考出应有的水平。

那么，学生应该考出的水平是什么呢？

我认为，那就是考出名牌大学的录取线，也就是说，每个人都可以通过参加高考，分数线都可能达到名牌大学的录取标准。

然而是什么原因造成很多学生不但进不了名牌大学，而且上“二批”本科院校都没资格甚至落榜呢？

我想这就需要从人的智力因素与非智力因素这两个方面进行分析。

应该说，既然同学们有机会读高中，有机会参加高考，智力因素肯定是不成问题的，是合乎标准的，而且绝大多数高中学生智力水平不相上下，没有多大差别，但在实际中，高三学生高考成绩却千差万别，有的金榜题名，有的名落孙山。

这主要是由于非智力因素的影响，使考生兴趣、爱好、特长各不相同，从而使考生学习基础、方法、心态差异显著。

因此，要提高学生的高考成绩，作为教师和家长，要针对学生的具体实际情况，努力探究出符合他们实际、行之有效的教育方法，因材施教；作为学生，要着力培养和提高学习兴趣，在勤奋刻苦的基础上，讲究科学合理的学习方法，树立良好的学习和考试心态，挖掘潜力，发挥优势，全力以赴复习迎考。

<<成功跨越高考>>

内容概要

高三学生高考成绩千差万别，有的金榜题名，有的名落孙山。

这主要是由于非智力因素的影响，使考生兴趣、爱好、特长各不相同，从而使考生学习基础、方法、心态差异显著。

因此，要提高学生的高考成绩，教师和家长要针对学生的具体实际情况，努力探究出符合他们实际、行之有效的教育方法，因材施教、对症下药；作为学生，要着力培养和提高学习兴趣，在勤奋刻苦的基础上，讲究科学合理的学习方法，树立良好的学习和考试心态，挖掘潜力，发挥优势，全力以赴复习迎考。

本书作者选择成绩极“差”的高三后进学生45人开办“高考潜能培训班”，进行专题培训，让他们“增强自信，开发潜能，挑战高考”。

结果，这些原本成绩普遍只有200多分的学生，有23人上了本科线，其中2人还考上重点本科院校！

<<成功跨越高考>>

书籍目录

学生篇 第1章 复习期 一、全面客观认识高考 1 高考考什么 2 高三学习仅为高考吗 二、合理制订高考战略 1 如何确定学习目标 2 如何制订高考复习计划 3 高考复习如何建立自信心 4 成绩不好,现在拼命努力还能考上大学吗 5 如何选用高三参考书 三、科学安排高考复习 1 高三如何复习才有效 2 高考复习如何安排 3 如何让弱科变为强项 4 如何学好语文 5 怎样学好数学 6 怎样学好英语 7 怎样学好文科综合 8 如何学会抗干扰 9 怎样克服精力分散 10 高三寒假怎么过 11 如何提高晚自习的学习效率 12 如何解决成绩停滞带来的压力 13 临近高考学习需要开夜车吗

第2章 冲刺期 一、缓解高考心理压力 1 考生如何缓解心理压力 2 如何解决高考前的焦虑情绪 3 如何克服高考复习畏难心理 4 高考前夕如何搞好同学关系 5 如何培养良好的竞争意识 6 高三爱情,牵手还是放手 7 怎样保持和谐的师生关系 8 如何缓解家长期望过高带来的心理压力 二、平安越过高考高原现象 1 高考复习为何出现高原现象 2 高考复习被困高原怎么办 3 知识记不住怎么办 4 学习时总是走神怎么办 5 后段复习仍需到校吗 6 最后五周语文如何复习 7 最后五周数学如何复习 8 最后五周英语如何复习 9 最后五周理综如何复习 10 最后五周文综如何复习 三、正确对待模拟考试 1 模拟考试结果不如意怎么办 2 如何克服考前倦怠心理 3 高考冲刺失眠怎么办 4 高考前夕如何调整不良情绪 第3章 考前期 一、保持心理最佳状态 1 如何克服考试恐惧的心态 2 临考前的几天应如何调整心态 二、做好应试各项准备 1 怎样才能进入良好的应考状态 2 考前一周如何复习 3 最后几天复习如何安排 4 高考前夕应做何准备 第4章 考试期 一、掌握科学应考策略 1 为何提前半小时赶到考场 2 如何在高考中超水平发挥 3 高考如何正常考出自己的水平 4 考试遭遇干扰怎么办 5 第一场考试没考好怎么办 6 为何考试总是出现“粗心” 7 如何应对高考心理问题 二、冷静应对考试意外事件 1 最后一天如何将胜利进行到底 2 在考场突然发生“记忆堵塞”怎么办 3 在考场上发生“突然慌乱”怎么办 4 考场上大脑一片空白怎么办 第5章 志愿期 1 如何确定合理志愿 2 如何根据兴趣选报专业 3 好学校重要还是好专业重要 4 如何看待“冷热门”专业 5 如何进行科学估分 6 如何避免高分志愿落榜 7 如何走出高考落榜的痛苦

家长篇 1 家长如何与考生一起冲刺高考 2 孩子学习成绩下滑怎么办 3 家长如何缓解考前焦虑情绪 4 孩子模拟考试不好,父母怎么办 5 如何面对高考压力导致的强迫行为 6 高三复习冲刺孩子不愿上学怎么办 7 高三的孩子“恋爱”了,怎么办 8 高考前孩子脾气不好怎么办 9 高考前父母辞职陪读,是帮忙还是添乱 10 高考前夕孩子放弃高考怎么办 11 高考时父母要不要陪孩子上考场

<<成功跨越高考>>

章节摘录

第1章 复习题一、全面客观认识高考 高考是国家为普通高等学校录取新生而举行的选拔性考试，也是全国影响最大的考试，参加考试的对象是合格的全日制普通高中毕业生和具有同等学力的考生。高等学校根据考生的成绩，按已确定的招生计划，德、智、体全面衡量，择优录取。高考是国家意志、政府行为的体现。高考的指导思想是三个有助于：有助于为高校选拔新生、有助于中学实施素质教育、有助于高校扩大办学自主权。高考对于高三学生来说不只是一场考试，而是一次命运的挑战，是一次难得的人生体验，为我们今后的人生发展提供了难得的选择机遇。人生有几个点，用线将这些点连接起来就是人生的轨迹。高考只是这几个点的其中一个，虽然它不能决定我们一生的成败，但如果我们能够顺利地通过这个点则会比别人更容易成功。高考不只是对寒窗12年的测验，也是对意志信念的考验和对人生的一种诠释。

1 高考考什么 今天我们换了教室，坐在高三的教室里，我的心情很沉重，心里也很紧张。据已毕业的学哥学姐们说：高三，同学们的学习负担越来越重，生活是三点一线，非常乏味。老师每天念着“高考”两字，像电视广告一样重复播放。每一届的高三同学，面对升学的压力，恨不得把自己钻进书本中，大堆的参考书和复习资料，整齐地排列在课桌前沿，放眼望去，一道道书墙，形成一条条直线，这就是高三特色。我们也看到，很多的学哥学姐尽管学习很努力，时间抓得很紧，学到的知识也很扎实，但是高考后大学仍与他们无缘。我们不禁要问，高考究竟考些什么？

<<成功跨越高考>>

编辑推荐

《成功跨越高考》根据复习期、冲刺期、考前期、考试期、志愿期，从考生、家长两个方面，介绍进入高三后应该具备的心态、应该采取的正确方法、可能出现的各种情况及处理办法。书中不仅有方法的介绍，还有来自考生的成功案例和一线教学老师的经验介绍。

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>