第一图书网, tushu007.com

<<提高成绩有方法>>

图书基本信息

书名：<<提高成绩有方法>>

13位ISBN编号：9787802135536

10位ISBN编号：7802135532

出版时间：2008-1

出版时间：海潮

作者：孙小梅

页数：238

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

前言

对于中学生来说，如何把学习成绩搞好是一个需要认真面对的重大问题。
有些同学看上去十分悠闲，每次考试却能得高分；而有些同学整日苦读，成绩却怎么也上不去，原因就出在学习方法上。
好的学习方法能让你轻松快捷地掌握知识，而不讲究学习方法，则很难提高成绩。
可以说广大学子需要高效学习的方法，只有掌握了适合自己的学习方法，才能轻轻松松地搞好学习，提高成绩。
好的学习方法，是提高学习效率的有效途径。
古人有一句名言“工欲善其事，必先利其器”。
在这里我们不妨把学习的方法也看作是一种工具，也只有很好地运用了这一种工具，才能够更好地提高学习的效率，达到事半功倍的效果。
当前，研究学习方法，探索学习途径，提高学习效率，越来越被广大中学生所重视，同时也是广大教育工作者着力研究的课题。
到了中学，由于需要学习的知识量会大增，如果没有适合自己的学习方法，就很难对付繁重的学习，就只会使自己成为功课的奴隶。
学习方法是提高学习效率的利器，学习方法的优劣具有决定性的意义。
本书为中学生提供了一套全面、系统的学习方法，既有适用于所有科目的基本学习方法，又有针对每门学科的具体学习方法；既有传统的方法，也有现代的技巧，融古今于一体，博采百家之长。
具体说来，本书分为四大篇，二十二章，要求同学们先统览全书基本内容，然后再深读每章、每节的详细内容。
它将为中学生提高学习成绩、掌握各科知识提供一系列良好的指导方法，能使中学生轻松高效地学习。
本书以实用性、针对性和可操作性为原则，比较全面系统地介绍了中学生的主要学习环节（预习——听课——课后及时复习和作业——考前复习——考试等）、非智力因素培养（学习目标——时间管理——健康身体——科学用脑——良好心态等）、主要能力培养（记忆——思维——观察——阅读一注意力等）和主要学科（语文——数学——英语——理化——政史等）的学习方法、经验、技巧以及心理问题。
本书编写的具体分工是：孙小梅编写第一篇和第四篇；王永亮编写第二篇；李如松编写第三篇；全书由孙小梅策划并统稿。
崔智甫、杨海霞老师为本书的修改做了大量的工作。
在此，谨致深深的谢意！
由于编者的理论水平和实践经验有限，本书存在诸多不足及疏漏之处，敬请各位读者与专家学者批评指正。
编者　　2008年6月

内容概要

《提高成绩有方法》为中学生提供了一套全面、系统的学习方法，既有适用于所有科目的基本学习方法，又有针对每门学科的具体学习方法；既有传统的方法，也有现代的技巧，融古今于一体，博采百家之长。
具体说来，《新世纪科学教育丛书·提高成绩有方法》分为四大篇，二十二章，要求同学们先统览全书基本内容，然后再深读每章、每节的详细内容。
它将为中学生提高学习成绩、掌握各科知识提供一系列良好的指导方法，能使中学生轻松高效地学习。
取得优异的学习成绩，升入重点高中，考入理想大学，是每一位中学生的奋斗目标，掌握好的学习方法，才能达到事半功倍的效果。
无论做什么事，科学的方法永远是必需的。
在我们周围，确实有一批相当刻苦、相当勤奋的同学，工夫没少用，但学习效果并不理想，原因就在于没有掌握正确的学习方法。

<<提高成绩有方法>>

书籍目录

第一篇 最简单的也是最有效的第一章 提高成绩从预习做起1.预习的作用和意义2.预习的分类、任务和方法3.怎样预习效率最高4.预习应注意的几个问题第二章 快快乐乐上课1.做好课前准备2.集中精力上好每一节课3.回答问题时，脸红心跳怎么办4.听课中的三大技巧5.合理利用课间十分钟6.听课应注意的细节第三章 课后及时复习和作业1.课后及时复习的重要意义2.怎样进行课后复习3.如何选读教参4.把每次作业视为一次考试5.作业习题的分类及检测目的6.做作业的几个具体步骤7.做作业的六项注意8.速度与质量同等重要第四章 巩固练习1.练习的作用2.练习的类型3.练习的一般过程4.练习的基本要求第五章 怎样进行考前复习1.制订可行的复习计划2.“ 树形复习 ”如何进行3.如何攻克不擅长的科目4.如何提高复习效率5.考前十天应怎样复习6.考试前一天为什么要停止复习第六章 获得考试高分技巧1.考前保持良好的心理状态2.让大脑处于最佳状态3.参加标准化考试应注意哪些问题4.考场上如何超水平发挥5.考试时如何做好时间预算6.答题顺序有什么技巧7.标准化考试答题有哪些技巧第二篇 提高成绩要管理好自己第一章 给自己一个目标1.什么是学习2.给自己一个学习目标3.把大目标分解成小目标4.增强自己的抗挫折能力第二章 做时间的主人1.利用点滴时间提高效率2.杜绝浪费时间3.每天活动巧安排4.按身体生物钟安排作息5.合理地安排时间第三章 让自己有个好身体1.健康是金2.一日三餐，不可小觑3.挑食偏食，影响健康4.零食、冷饮，弊多利少5.认真对待体育课、课间操、眼保健操、课外活动6.长不高怎么办7.太胖了怎么办第四章 保护眼睛预防近视1.近视眼有什么危害2.积极采取预防近视眼措施第五章 我们要科学用脑1.大脑是怎样参与学习的2.需要注意的三个问题3.保证大脑休息4.及时给大脑补充营养5.劳逸结合效率高第六章 保持积极的心态1.学习需要自信2.告诉自己“ 我能行 ”3.如何正确对待挫折4.学习要有“ 水滴石穿 ”的精神5.兴趣是最好的老师6.学习要做到积极主动第三篇 提升能力，提升自己第一章 提高自己的记忆能力1.学习离不开记忆2.记忆力的培养3.记忆力的训练4.提高记忆的六种方法5.多渠道记忆法6.分散学习记忆法7.尝试回忆法第二章 积极发展思维能力1.思维是智慧的轨道2.学习研究具体的思维过程3.思维中的比较法和归类法4.培养思维的独立性5.培养思维的灵活性第三章 提高自己的观察能力1.观察是获得知识的重要途径2.学习中观察力的运用3.观察力的培养4.观察时七忌5.常用的观察方法第四章 提高自己的阅读能力1.阅读需要具备的条件2.读书要“ 四到 ”3.学会做读书笔记4.朗读、默读和精读5.怎样进行速读6.朱熹的读书六法第五章 全面培养注意力1.什么是注意力2.如何培养注意力3.如何保持注意力的集中和稳定4.注意力的分配和转移5.听课时如何集中注意力第四篇 各科成绩提高指南第一章 学好语文的最佳方法1.语文是一门没有“ 围墙 ”的课2.掌握语文字词的诀窍3.抓住重点，突破难点4.划分段落层次的四种技巧5.如何学习掌握文言实词6.学习文言虚词要找出规律7.翻译文言文要直译、意译结合8.作文立意的六大特性9.作文选材的四个要求10.怎样写好考场作文第二章 学好数学的最佳方法1.正确理解应用数学概念2.重视数学例题的学习3.数学应如何审题4.解题的方法和技巧5.数学课本六步读书法6.高考尖子谈数学学习第三章 学好英语的最佳方法1.用发音来记英语单词2.记住英语单词的六种技巧3.如何提高英语“ 说 ”的能力4.如何提高英语“ 写 ”的能力5.如何学习英语复句6.如何提高英语阅读能力第四章 学好理化的最佳方法1.四层次物理学习法2.学物理必备的十种观察法3.高考尖子谈物理学习4.化学学习的五种技巧5.怎样自学化学6.怎样进行化学实验第五章 学好政史的最佳方法1.思想政治课学习的基本方法2.思想政治课学习“ 八字 ”法3.政治小论文的写作方法4.历史的知识结构和特点5.巧记人名、地名和年代……

章节摘录

第一章 提高成绩从预习做起　　预习不仅能给接下来的听课打好基础，提高听课效率，改变被动学习局面，而且能提高自学能力。
一项调查显示：经常预习的学生数学平均成绩要高于不做预习的学生的平均成绩，而且差异是显著的。
1.预习的作用和意义　　中国有句古话：“凡事预则立，不预则废。”这里所说的“预”即准备。
所谓预习，就是在老师讲课之前，自己预先学习。
在老师讲解之前，认真阅读教材，养成主动预习的习惯，是获得新知识的重要手段，是为接受新知识做好准备的学习环节。
现代课堂教学改革的一个基本思路是：让学生自己从“人类知识的源泉”（即课本）中去获取知识。
同学们如果真正希望提高自己的学习效率，请首先从课前预习做起。
预习是学生学习的基本环节之一，它在学生的学习过程中起着很重要的作用。
我们在对中学生的调查中发现，学习成绩相对比较优秀的学生，绝大多数人都有事先预习习惯，而学习成绩较差的学生则往往忽视这一环节。
事实上，预习在新旧知识中起着承上启下的作用，它不仅能让我们了解到将要学习的新内容，为学习新知识做好准备，还带领我们回顾与新内容相关的已学过的知识。
预习对提高学习效率和成绩、培养自学能力都有十分重要的意义。
实践证明，基础扎实，自学能力强，成绩突出的学生，在平时的学习过程中都比较重视预习工作。
一些学习优秀的学生认为，事先预习至少可以给他们带来如下好处：　　（1）预习可以提高听课质量　　我们在预习时，刚刚接触到新知识，正是从已知到未知的离合点，这里最容易产生许多疑惑和不解。
有的同学课前不预习，上课时匆匆打开课本对新课内容一无所知。
听课完全处于一种盲目被动的状态。
听天由命，一节课下来有时听瞳了，有时似懂非懂，遇到知识障碍就像听天书。
有的同学听课是有备而来的，课前做了充分的预习，对所学新课有了整体的了解，对新课要讲什么，重点是什么，难点是什么，心中有数。
这样在上课时可以按新的知识点去听课，化被动为主动，为学习新知识做好了充分准备。
……

编辑推荐

《提高成绩有方法》是以实用性、针对性和可操作性为原则，比较全面系统地介绍了中学生的主要学习环节（预习——听课——课后及时复习和作业——考前复习——考试等）、非智力因素培养（学习目标——时间管理——健康身体——科学用脑——良好心态等）、主要能力培养（记忆——思维——观察——阅读一注意力等）和主要学科（语文——数学——英语——理化——政史等）的学习方法、经验、技巧以及心理问题。
取得优异的学习成绩，升入重点高中，考入理想大学，是每一位中学生的奋斗目标，掌握好的学习方法，才能达到事半功倍的效果。
学习一定有方法，高分一定有诀窍。

第一图书网, tushu007.com

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