

## <<高效记忆法>>

### 图书基本信息

书名：<<高效记忆法>>

13位ISBN编号：9787810880732

10位ISBN编号：781088073X

出版时间：2003-4-1

出版时间：西南财经大学出版社

作者：刘沙

页数：265

字数：130000

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>

## <<高效记忆法>>

### 内容概要

快速学习法的宗旨是在最短的时间里获得最好的学习效果的方法。

这是与时间赛跑，在有限的时间里尽量提高学习效率。

快速学习是相当必要的，我们可以举一个简单的例子，我们在学习的时候，记忆总是和遗忘作斗争，但是，如果我们记忆的速度远远大于遗忘的速度，我们的知识就会越来越丰富；反之，我们的学习精力就会白白地浪费。

这就好比在向下滑动中的自动扶梯上往上爬，你得一口气冲上去，不能半途停下来，或是跑的速度低于梯子下降的速度。

因为一慢或一停，就会被带回原位。

因此可以这样说，你跑的速度和自动扶梯下降的速度的差异，决定了你能不能爬到最高点的这个质的问题。

但是，我们所讲的“快速学习法”并不只是简单地局限车速度这个方面。

学习与爬自动扶梯还是存在一定的区别，学习只讲速度是不行的；或者确切地说，要提高学习速度，还离不开学习质量。

本书中所讲的快速学习法不仅仅从学习速度上讲，我们还有机地结合了学习质量。

其实，学习质量是决定学习速度是否快的关键因素之一。

学习质量是学习效率的基本保证，而学习效率则是快速学习法的宗旨。

这些都是相辅相成的。

## &lt;&lt;高效记忆法&gt;&gt;

## 书籍目录

序言 第一章 “快速学习”热身 第一节 “快速学习”的必要性 第二节 快速阅读的产生和发展 第三节 与烦恼学习说“Bye Bye” 第四节 掌握“立于不败之地”的学习方法 第五节 学生学习“一点通” 第六节 使在职人员事半功倍的学习方法 第二章 快速学习法“圣经” 第一节 不能搭错学习列车 第二节 学习目标——旅途的终点 第三节 搭乘学习快车 第四节 用注意力与干扰因素抗衡 第五节 时间的妙用 第三章 现代化学习工具的魅力 第一节 突破传统学习方法 第二节 随身听，随时学 第三节 工具书——学习的好帮手 第四节 图书馆——资料宝库 第五节 电视——学习与娱乐有机结合 第六节 可爱的电脑和网络 第四章 运用快速学习法学英语 第一节 学习目标是关键 第二节 听、说、读、写，一样都不能少 第三节 快乐学英语 第四节 英语考试轻松过关 第五节 学习英语的快捷方式 第五章 快速学习法的实战技巧 第一节 “过目不忘”——快速记忆法 第二节 “一目十行”的阅读方法 第三节 快速笔记法的诀窍 第四节 快速计算有妙方 第五节 “提笔成章”的写作方法 第六节 快速收集信息的途径 后记

<<高效记忆法>>

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>