

《高效学习方法与技巧》

图书基本信息

书名：《高效学习方法与技巧》

13位ISBN编号：9787215048874

10位ISBN编号：721504887X

出版时间：1900-01-01

出版社：

作者：

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《高效学习方法与技巧》

内容概要

这本书本着怎样真正教给学生“学会学习”的目的，在18章中介绍了160多种学习方法、技巧，全面、系统地介绍了中小学生学习的主要环节（预习—听课—笔记—复习—作业—考试），主要能力培养（观察—注意—想像—记忆—思维—创造），非智力因素培养（心理调适）及脑力开发，时间运筹，课外自学，学习方法选择的方法、经验、技巧，形成了完整的学习方法体系。为了便于阅读和吸收，本书以通俗易懂的小短文的形式编写，短文之间既相互联系又各自独立。作者在自己举办的多个学习班上进行的实验和调查表明，这种编写方法非常有利于读者的接受。使用本书的读者，不一定要按章节顺序阅读，你可以打开本书的任何一页，也可以根据目录很快查找到你感兴趣的内容，结合自己的实际，有针对性地进行学习，以使自己的阅读轻松愉快，事半功倍。本书已被列为河南省中小学图书馆“必备书”和中小学教师继续教育选修教材。既可用做中小学“学习指导课”教材，又可供小学高年级和中学生课外阅读，也可作为教师、家长辅导学生的参谋和助手。

《高效学习方法与技巧》

作者简介

祝庆东，毕业于北京师范大学，硕士，数学高级教师，特级教师，全国学习科学研究会理事，全国中青年教育理论工作研究会会员。历任教导主任、教学副校长、实验中学校长、教师进修学校副校长、教育科学研究所所长等职。曾参与多项教育科研课题研究，发表论文二余篇，编著过《中

《高效学习方法与技巧》

书籍目录

第一章 脑力开发与利用方法 1 开发右脑 2 手脑相长 3 大脑越用越灵 4 调节用脑 5 情绪愉快，保养大脑 6 大脑的食物保健 7 睡眠与健脑 8 音乐与健脑 9 如果你想聪明，跑步吧 第二章 时间运筹方法 1 珍惜时间，把握今天 2 善用整段时间 3 活用零星时间 4 掌握高效时间 5 柳比歇夫的时间统计法 6 休息时间运筹法 第三章 学习计划制定方法 1 学习计划的作用 2 怎样确定学习目标 3 制订学习计划的三项原则 4 制订学习计划的步骤 5 督促自己执行计划 第四章 预习方法 1 预习的六大好处 2 预习的方法 3 几门主要学科的预习程序 4 四个注意点 第五章 课堂学习方法 1 做好课堂学习准备 2 理清思想 3 抓住关键 4 大胆参与，主动发言 5 当堂理解 6 根据各学科的特点来听课 7 留心老师讲课的开场白和结束语 8 矫正不正常的课堂行为 9 课间两不宜 第六章 笔记的方法与技巧..... 第七章 作业方法 第八章 复习方法 第九章 考试方法 第十章 观察方法 第十一章 注意方法 第十二章 想像方法 第十三章 记忆的方法与技巧 第十四章 思考方法 第十五章 创造方法 第十六章 课外自主学习方法 第十七章 心理调适方法 第十八章 探索适合自己个性的学习方法

《高效学习方法与技巧》

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:www.tushu111.com