

# 《高分是这样炼成的》

## 图书基本信息

书名：《高分是这样炼成的》

13位ISBN编号：9787543860056

10位ISBN编号：7543860058

出版时间：2009-9

出版社：湖南人民出版社

页数：274

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](http://www.tushu111.com)

# 《高分是这样炼成的》

## 内容概要

## 书籍目录

### 学习战略篇（上）

- 前言 与你一起跨越高考
- 第1单元 东尼·博赞与思维导图
- 第2单元 用思维导图制订高三初期复习计划
- 第3单元 如何制订长短期学习计划
- 第4单元 最后冲刺做什么
- 第5单元 考前几天要做些什么
- 第6单元 考试中存在的五大问题解决对策
- 第7单元 学习中存在的十六个问题
- 第8单元 学习问题问答
- 第9单元 学习方法集萃
- 第10单元 解密状元学习方法

### 心理实战篇（中）

- 前言 你是你自己的冠军
- 第1单元 高考综合征
- 第2单元 如何缓解压力
- 第3单元 我们为何不自信
- 第4单元 如何消除考试紧张
- 第5单元 如何缓解考前失眠
- 第6单元 如何消除考试恐惧
- 第7单元 如何消除考前消极的心理暗示
- 第8单元 上课走神的原因分析及解决办法
- 第9单元 如何学会适应环境
- 第10单元 如何走出抑郁
- 第11单元 如何减缓头痛
- 第12单元 如何克服自卑心理
- 第13单元 总是感觉没有进步，怎么办
- 第14单元 感觉很累怎么办
- 第15单元 无法进入状态怎么办
- 第16单元 如何克服浮躁
- 第17单元 考试没考好怎么办
- 第18单元 考前感觉很兴奋怎么办
- 第19单元 题目做完后感觉不对又重做，导致考题做不完
- 第20单元 考完后雄心勃勃，但过一段时间又忘乎所以了
- 第21单元 不要放弃自己
- 第22单元 恋爱花絮
- 第23单元 高中的友情
- 第24单元 如何和父母沟通
- 第25单元 他们为什么成功
- 第26单元 考前失眠怎么办
- 第27单元 临近高考却莫名心烦气躁怎么办
- 第28单元 考前三天要做的五件事
- 第29单元 考前几天不知所措怎么办

### 家长实战篇（下）

# 《高分是这样炼成的》

## 章节摘录

学习战略篇（上） 第1单元 东尼·博赞与思维导图 东尼·博赞简介 思维导图又称“脑图”，它是英国著名心理学家、教育家东尼·博赞在研究大脑的力量和潜能过程中，发现伟大的艺术家达·芬奇在他的笔记中使用了許多图画、代号和连线。他意识到，这正是达·芬奇拥有超级头脑的秘密所在。在此基础上，博赞于19世纪60年代发明了思维导图这一风靡世界的思维工具。 东尼·博赞（TonyBuzan），1942年生于英国伦敦，英国头脑基金会的总裁，世界著名心理学家、教育学家。他因发明“思维导图（MindMapping）”这一简单便捷的思维工具，以大脑先生（Mr.Brain）闻名世界。他曾因帮助英国查尔斯王子提高记忆力被誉为英国的“记忆力之父”，是著名大脑潜能和学习方法研究专家，世界记忆锦标赛和世界快速阅读锦标赛创始人。他是全球的公众媒体人物，在英国和国际电视台出现的累计时间超过1000小时，拥有超过3亿的观众和听众。 英国、新加坡、墨西哥、澳大利亚等国家争相聘请他担任政府及政府机构顾问。同时，他还在微软、IBM、索尼、三星、甲骨文、摩根、英国电讯等知名跨国公司担任商务顾问。除此以外，这位国际心理学家委员会委员还身兼国际奥运教练与运动员的顾问以及英国奥运划船队及西洋棋队的顾问。到目前为止，这位风靡世界的大脑巨星已出版80余部专著，在五大洲100多个国家的总发行量突破1000万册。他所引领的“头脑风暴”正在席卷全球。 .....

# 《高分是这样炼成的》

## 媒体关注与评论

刘老师是一位成功的母亲，一位真诚的聆听者，更是一位亿万学子的知心朋友。——株洲 刘丰和

这次高考能取得不错的成绩，真的非常感谢刘老师还有宋哲姐姐的帮助，没有你们我不可能在最短的时间内走出低潮突破瓶颈，顺利通过高考这关。Thank you very very much！）——福建 陈丹荔

一年，在人生的长河中不算太长，但在决定命运的高考中不是很短。这一年孩子的跋涉是那么艰难！是你——刘老师，用你的诚信、真诚、爱心和知识引导着孩子，陪她度过了思想和学习上的一个个难关。你引导着她成长，激励着她进步，更感动着我！在今后的岁月里，希望有更多的孩子和家长能在你的引导下，轻松愉快地度过高三。——山西 卫兰萍

# 《高分是这样炼成的》

## 编辑推荐

《学生启智丛书：高分是这样炼成的》是中国第一高考母亲给考生的实战锦囊，最有效最快捷的高分攻略。

# 《高分是这样炼成的》

## 精彩短评

- 1、我是一名老师，这本书很实用，我经常参考书中的内容指导学生高效学习，学生反映很好。
- 2、是妈妈朋友写的书，虽然没看，大略翻了一下，应该还不错！支持。
- 3、考前看了下，感觉很好，多自己整理心理上，学习上，和课程上的一次全方面的洗礼。看过和没看过的自信心完全不一样。看过后，进考场的感觉是如此的轻松，自信。
- 4、很有用的资料书，解答很彻底

# 《高分是这样炼成的》

## 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](http://www.tushu111.com)