

《高考无败者-考生学习生活心理指导》

图书基本信息

书名：《高考无败者-考生学习生活心理指导》

13位ISBN编号：9787810933780

10位ISBN编号：7810933787

出版时间：2006年04月

出版社：合肥工业大学出版社

作者：马锦桃

页数：180 页

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

《高考无败者-考生学习生活心理指导》

内容概要

本书以考生为主体，研究在高考复习和考场竞争中考生的学习、生活方式、心理状态对高考成功的影响。提出了关于科学用脑，统筹规划，劳逸结合，体育锻炼，心理调节和考场竞争等一系列的方法和做法。特别是对考生心理状态进行深入分析，提出了一套培养自信，进行心理调节，克服“紧张”和“焦虑”的办法。书中对于高三复习全年的统筹规划和日常学习如何做到科学化，体育锻炼在高考中重要作用和采用方式，作了详细阐述。在实践中已为许多考生证实，具有可操作性。研究发现高考福利中有一个“特殊期”、“特殊期”时考生在学习、生活方面应该采取的做法，尤其是心理上如何迎考，对最后提高高考总成绩，防止过度疲劳，心理上消除突然“异常紧张”，发挥自己水平提了解决途径。有关高考“一个思想，三个基本估计和11个注意事项”的论述，只是作为考生在高考时进行战略战术安排时的参考，不应视为应试技巧。所有想法和做法都经过考生高考复习和考场竞争的检验，切实可行，成效显著。 本书适合所有的高考生及家长、老师阅读参考。

《高考无败者-考生学习生活心理指导》

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