

<<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

出版时间：河南人民出版社

作者：祝庆东 著

页数：235

字数：165000

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余阅读，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:<http://www.tushu007.com>