

<<考出高分>>

图书基本信息

书名：<<考出高分>>

13位ISBN编号：9787894440174

10位ISBN编号：7894440175

出版时间：2010-5

出版时间：清华大学出版社

作者：清华大学出版社 编

页数：111

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>

## <<考出高分>>

### 内容概要

通过考进清华的尖子学生们的现身说法，以及清华大学权威青少年教育专家的归纳总结、深入解析，我们把考进清华的状元、尖子们的“学习方法”分为七大招式。

在这七大招式中，往往精通两、三种，就可以拿到不错的成绩，而娴熟掌握五种以上招式的学生，将拥有极大的机会跻身高分行列。

同时，《考出高分：方法大于努力》系列教程，不仅深度解析了七大类对于提高考试成绩产生巨大帮助的高效学习方法，而且，还详细讲述了在孩子们的学习过程中，家长如何给予正确的引导、支持，以及营造孕育好成绩的家庭环境。

书籍目录

第一集第二集第三集第四集第五集第六集第七集第八集第九集第十集第十一集第十二集第十三集第十四集第十五集第十六集第十七集

## &lt;&lt;考出高分&gt;&gt;

## 章节摘录

我从小学其实就开始喜欢玩。

小学一年级我爸去过一次香港，然后回来带回来一个小霸王游戏机来，那时候没什么可玩的嘛，就整天喜欢玩这个，买那种卡带，然后插上玩。

但是又得上学，回来之后又得写作业，要是没写完作业要是玩的话家里又不让。

一开始感觉，哎呀，凑合凑合过去得了，好几次感觉做的也不好、考试也不好。

一方面在班里感觉比同学差那么一些，感觉也心里不太舒服。

另一方面，我爸妈平时也旁敲侧击的说，人家谁谁跟你一块玩的那个谁谁，考试还挺好的，心里感觉挺受刺激的。

这样不行，也不能光为了玩，这些方面比人差吧？为了名正言顺的好好玩，那只能好好写作业。

我觉得这个应该是从小逼出来的，是我自己逼自己逼出来的，如果你不赶紧做完作业那肯定没有时间玩，然后你要是赶出作业来不好好做回头花时间还要去搞这个，又影响我玩的时间了，那怎么办呢？争取一遍成功，争取一遍把它做得很好，又快又好的把它完成才能给我省出更多的时间来玩。

就是学习效率要高，你不一定跟人家拼时间，但是你要跟人家拼效率。

题海战术也适当提倡，就是说你肯定要适当做一些，有一定的题量积累，这个是必不可少的，但是也不一定非要就是整天闷头做题的一种程度。

比如说这种时候就好象赛跑一样，都跑到50米了，有的人喜欢再往前跑，做50米的题，像我们有的人就喜欢折回这50米回头看看自己做过的题，总结总结，其实我觉得这就是一个效率的问题。

解说：无论写作业还是迎战题海，徐洋把效率这个关键词深刻植入到了学习的每一个环节中，强调劳逸结合，让精力、体力都保持在最佳状态！在对考入清华大学的状元和学习尖子们的调研中，我们发现，这些优秀学子们个个精神饱满，这无疑都是劳逸结合与高效率带来的结果。

下面我们请清华大学的青少年教育专家薛平老师，对效率的重要性，以及效率对于考试成绩所产生的最直接影响进行深度解析。

正是做到了劳逸结合，徐洋同学才能够以充沛的精力和轻松的心态面对高考，从而取得了骄人的成绩。

事实上，大多数的高考状元并不是靠废寝忘食学出来的，他们都会根据自身条件合理地安排学习和休息的时间。

充分利用时间，高效学习才是他们成功的法宝。

学习效率低下的同学，在相同的学习时间，往往掌握的学习知识比别其他的同学要少。

久而久之，就会在成绩上体现出来，落下几十分，甚至上百分，都是很常见的现象。

因为高考中每一科目的考试时间都是非常的短暂，如果平时学习就没有效率，那么考试的时候就很难在规定时间内把题答完，更不要说留下时间来检查。

所以要想斩获高分，考取状元，提高学习效率是必须要重视的一个问题。

怎么来提高呢？我给大家提供3条有效的方法。

第一就是我们提到的“劳逸结合”。

学习效率的提高最重要的保证就是清醒、敏捷的头脑，所以适当的休息、娱乐不仅仅是有好处的，更是必要的，这是提高学习效率的一个基础。

我们每天要保证8小时的睡眠，晚上不要熬夜，做到定时就寝。

在学习中感到大脑疲劳、精神不支的时候，要刹住思路，听一段音乐呀，进行一下体育活动，翻翻杂志等等。

用这些方法给我们的大脑换换“口味”，使它得到调整，也使我们的精力得到恢复。

第二主是要坚持锻炼。

身体是“学习”的本钱。

没有一个好的身体，再大的能耐也是无法发挥的。

因而，无论学习多么繁忙，也不能忽视身体的锻炼。

.....

<<考出高分>>

<<考出高分>>

编辑推荐

深入分析考取清华的学习尖子，聚合清华百年教学经验，细细讲述——斩获高分的学习方法！

<<考出高分>>

#### 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>