

提高成绩有方法



[提高成绩有方法_下载链接1](#)

著者:孙小梅

出版者:海潮

出版时间:2008-1

装帧:

isbn:9787802135536

《新世纪科学教育丛书·提高成绩有方法》为中学生提供了一套全面、系统的学习方法，既有适用于所有科目的基本学习方法，又有针对每门学科的具体学习方法；既有传统的方法，也有现代的技巧，融古今于一体，博采百家之长。具体说来，《新世纪科学教育丛书·提高成绩有方法》分为四大篇，二十二章，要求同学们先统览全书基本内容，然后再深读每章、每节的详细内容。它将为中学生提高学习成绩、掌握各科知识提供一系列良好的指导方法，能使中学生轻松高效地学习。取得优异的学习成绩，升入重点高中，考入理想大学，是每一位中学生的奋斗目标，掌握好的学习方法，才能达到事半功倍的效果。无论做什么事，科学的方法永远是必需的。在我们周围，确实有一批相当刻苦、相当勤奋的同学，工夫没少用，但学习效果并不理想，原因就在于没有掌握正确的学习方法。

作者介绍：

目录: 第一篇 最简单的也是最有效的第一章 提高成绩从预习做起 1. 预习的作用和意义
2. 预习的分类、任务和方法 3. 怎样预习效率最高 4. 预习应注意的几个问题
第二章 快快乐乐上课 1. 做好课前准备 2. 集中精力上好每一节课
3. 回答问题时，脸红心跳怎么办 4. 听课中的三大技巧 5. 合理利用课间十分钟
6. 听课应注意的细节
第三章 课后及时复习和作业 1. 课后及时复习的重要意义
2. 怎样进行课后复习 3. 如何选读教参 4. 把每次作业视为一次考试
5. 作业习题的分类及检测目的 6. 做作业的几个具体步骤 7. 做作业的六项注意
8. 速度与质量同等重要
第四章 巩固练习 1. 练习的作用 2. 练习的类型
3. 练习的一般过程 4. 练习的基本要求
第五章 怎样进行考前复习
1. 制订可行的复习计划 2. “树形复习”如何进行 3. 如何攻克不擅长的科目
4. 如何提高复习效率 5. 考前十天应怎样复习 6. 考试前一天为什么要停止复习
第六章 获得考试高分技巧 1. 考前保持良好的心理状态 2. 让大脑处于最佳状态
3. 参加标准化考试应注意哪些问题 4. 考场上如何超水平发挥
5. 考试时如何做好时间预算 6. 答题顺序有什么技巧 7. 标准化考试答题有哪些技巧
第二篇 提高成绩要管理好自己
第一章 给自己一个目标 1. 什么是学习
2. 给自己一个学习目标 3. 把大目标分解成小目标 4. 增强自己的抗挫折能力
第二章 做时间的主人 1. 利用点滴时间提高效率 2. 杜绝浪费时间 3. 每天活动巧安排
4. 按身体生物钟安排作息 5. 合理地安排时间
第三章 让自己有个好身体 1. 健康是金
2. 一日三餐，不可小觑 3. 挑食偏食，影响健康 4. 零食、冷饮，弊多利少
5. 认真对待体育课、课间操、眼保健操、课外活动 6. 长不高怎么办
7. 太胖了怎么办
第四章 保护眼睛预防近视 1. 近视眼有什么危害
2. 积极采取预防近视眼措施
第五章 我们要科学用脑 1. 大脑是怎样参与学习的
2. 需要注意的三个问题 3. 保证大脑休息 4. 及时给大脑补充营养
5. 劳逸结合效率高
第六章 保持积极的心态 1. 学习需要自信 2. 告诉自己“我能行”
3. 如何正确对待挫折 4. 学习要有“水滴石穿”的精神 5. 兴趣是最好的老师
6. 学习要做到积极主动
第三篇 提升能力，提升自己
第一章 提高自己的记忆能力
1. 学习离不开记忆 2. 记忆力的培养 3. 记忆力的训练 4. 提高记忆的六种方法
5. 多渠道记忆法 6. 分散学习记忆法 7. 尝试回忆法
第二章 积极发展思维能力
1. 思维是智慧的轨道 2. 学习研究具体的思维过程 3. 思维中的比较法和归类法
4. 培养思维的独立性 5. 培养思维的灵活性
第三章 提高自己的观察能力
1. 观察是获得知识的重要途径 2. 学习中观察力的运用 3. 观察力的培养
4. 观察时七忌 5. 常用的观察方法
第四章 提高自己的阅读能力
1. 阅读需要具备的条件 2. 读书要“四到” 3. 学会做读书笔记 4. 朗读、默读和精读
5. 怎样进行速读 6. 朱熹的读书六法
第五章 全面培养注意力 1. 什么是注意力
2. 如何培养注意力 3. 如何保持注意力的集中和稳定 4. 注意力的分配和转移
5. 听课时如何集中注意力
第四篇 各科成绩提高指南
第一章 学好语文的最佳方法
1. 语文是一门没有“围墙”的课 2. 掌握语文字词的诀窍 3. 抓住重点，突破难点
4. 划分段落层次的四种技巧 5. 如何学习掌握文言实词 6. 学习文言虚词要找出规律
7. 翻译文言文要直译、意译结合 8. 作文立意的六大特性 9. 作文选材的四个要求

10. 怎样写好考场作文
 - 第二章 学好数学的最佳方法
 1. 正确理解应用数学概念
 2. 重视数学例题的学习
 3. 数学应如何审题
 4. 解题的方法和技巧
 5. 数学课本六步读书法
 6. 高考尖子谈数学学习
 - 第三章 学好英语的最佳方法
 1. 用发音来记英语单词
 2. 记住英语单词的六种技巧
 3. 如何提高英语“说”的能力
 4. 如何提高英语“写”的能力
 5. 如何学习英语复句
 6. 如何提高英语阅读能力
- 第四章 学好理化的最佳方法
1. 四层次物理学习法
 2. 学物理必备的十种观察法
 3. 高考尖子谈物理学习
 4. 化学学习的五种技巧
 5. 怎样自学化学
- 第六章 学好政史的最佳方法
1. 思想政治课学习的基本方法
 2. 思想政治课学习“八字”法
 3. 政治小论文的写作方法
 4. 历史的知识结构和特点
- 第五章 巧记人名、地名和年代
- • • • • (收起)

[提高成绩有方法](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[提高成绩有方法](#) [下载链接1](#)

书评

[提高成绩有方法](#) [下载链接1](#)