

<<好学生好学法>>

图书基本信息

书名：<<好学生好学法>>

13位ISBN编号：9787503949333

10位ISBN编号：7503949333

出版时间：2012-4

出版时间：文化艺术出版社

作者：魏书生

页数：276

字数：242000

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>

<<好学生好学法>>

内容概要

什么是“一分钟记忆力体操”？
怎样用好时间的“边角余料”？
什么是“四遍八步读书法”？

《好学生好学法(修订本)》是中国教育界传奇人物魏书生的经典著作之一，他以自己30多年的教学精髓和经验智慧为基础，为中学生提供学习指导，从端正学习心态、激发兴趣，到培养学习动力和能力，再到具体的学习方法和技巧，训练记忆力，怎样读书自学、听课、复习，怎样阅读报刊杂志和写日记、抄格言，怎样自己留作业、改作文、出考题，怎样应对考试，等等，形成了完整的学习链条。并且按照问题分门别类阐述，因势利导，循循善诱，切近学生实际需要，具有极强的实用性和可操作性。

一书在手，就像教育专家单独辅导！

教有高招，学有绝招。

中国权威班主任魏书生告诉你最佳的学习方法。

《好学生好学法(修订本)》的作者是魏书生。

作者简介

魏书生，1950年生，28岁起到中学任教。

魏书生从1986年起先后

任辽宁省盘锦市实验中学校长、党支部书记，市教委副主任，市教委主任、党组书记，另外还有国家教育行政学院兼职教授、全国中学学习科学

研究会理事长、全国中语会副

理事长等43项社会兼职。

他始终不离教学第一线，坚持上语文课，1998年前一直当班主任。

任市教育局局长时，除兼上课外，还做着不挂班主任名

的班主任工作。

他是教书育人的模范。

20多年来，魏书生已在全国31个省、自治区、直辖市和台、港、澳地区作报告1400多场，上公开课1000多次，发表了100多篇文章，主编、撰写

出版了20多本书。

由于成绩卓著，魏书生先后获全国中青年有突出贡献的专家、首届“中国十大杰出青年”、“全国十佳师德标兵”

等殊荣。

<<好学生好学法>>

书籍目录

第一辑 明确目的

学习目的明确、正向

——随波逐流不可能到达理想彼岸

心中有祖国，学习有强大动力

关注国外科技动态

——目光远大的人胸襟开阔

国外的同龄人怎样学习？

书桌里的伟人，座右铭上的导师

“各位伟人，咱们开始上课！”

”

——意念上进入自己最崇敬的人的角色

点亮你的心灯

——每天一条格言，心明眼亮

设计自己的座右铭

——同龄榜样，你追我赶

坚持道德长跑

——写日记的五方面好处

第二辑 激发兴趣

兴趣是最好的老师

——有兴趣就有自我期待

把学习当享受

——在学习中寻找快乐

满怀兴趣地对待学习

——学习的兴趣在于情绪高昂

培植兴趣的幼苗

——看哪些幼苗能长成大树

善于坚守快乐的阵地

——不快乐多因自寻烦恼

先学喜欢的科目

说话、演讲激发兴趣

今天我当老师

——角色扮演法

把文字变成画面

——创设情境法

第三辑 磨炼意志

坚信自己有巨大潜能

利用潜意识，坚信我能行

——心理暗示的超强魔力

放声高呼——我能成功

信心之火不熄，大器可以晚成

自古英雄多磨难

——培养抗挫折能力

从失败中崛起

——车晓东的成功经历

<<好学生好学法>>

升学考试落榜仍需信心百倍

竞争中磨炼意志

跑进快乐天地，磨炼顽强意志

每天做100次仰卧起坐、俯卧撑

天道酬勤，勤奋定能成功

持之以恒，水滴石穿

好习惯让你事半功倍

第四辑 发展思维，培养注意力

培养思维的独立性

——一定程度上的脑筋急转弯

培养思维的深刻性

培养思维的逻辑性

培养思维的灵活性

使思维更敏捷

——对突发事件随机应变

程序化思维模式

创造性思维的特点

培养创造性思维能力

——创造性思维能力强的人充满智慧

注意力是高效学习、工作的前提

——执著者成大器

学会“闹中求静”

——宁静以致远

培养良好注意力的要点

——短期注意与长期注意相结合

用冥想法训练注意力

先要明确学习任务

注意力要素：集中+稳定

注意力的转移要合理

注意力的分配要合理

分心的原因也可变成集中注意力的手段

——红萝卜使驴奔跑的效应

第五辑 训练记忆力

一分钟记忆力比赛

——成功意想不到

记忆力体操——背诵

单侧体操记忆法

——使左右脑平衡发展

列表记忆法

——醒目又清晰

重要内容最初或最后记

链式记忆法

——记忆的“金钥匙”、“秘密武器”

口诀记忆法

——试着编口诀，终身不忘

谐音记忆法

——好玩又有效

<<好学生好学法>>

走路记忆法

分段记忆法

——化整为零、化难为易

重复记忆法

奇特联想记忆法

朗读记忆法

遗忘曲线与及时复习记忆法

第六辑 统筹计划

制订自我教育计划

——没有计划的人一生空忙碌

制订学年、学期、月学习计划

制订双休日学习计划

制订日计划

高效学习日

参照生物钟制订最适合的计划

计划中最佳时间要多安排任务

控制“三闲”

巧用“边角余料”

——时间的“边角余料”能做出大工程

挤时间的办法

捆住时间的盗贼——犹豫

时间最紧迫时是效率最高之时

劳逸结合，张弛有度

8-1>8

第七辑 科学预习、专心听课、及时巩固

预习的好处

——高考“状元”们的重要经验之

开展自学竞赛

学会画知识树，把厚书读薄

学会自学整册教材

人生不到两万天，学习高效在筛选

循序渐进，打好基础

不动笔墨不读书

“四遍八步”读书法

上课先“定向”

“五到”听课法

带着问题听课法

要点听课法

自觉、参与、讨论

多举手发言

记好课堂笔记

做好课堂练习

适应“启发型”的老师

适应“爱提问”的老师

适应“开无轨电车”的老师

适应“口若悬河”的老师

有所听有所不听

<<好学生好学法>>

课后总结

学会自己留作业

做练习力求一题多解

边学边问, 才有学问

学问的生命在于应用

互助组有利于双方提高成绩

自习时听音乐利大于弊

第八辑 认真复习

制订复习计划

温故知新, 定期复习

复习要扬长补短

怎样复习效率高

“四化”复习法

三步复习法

三段复习法

锥形复习法

“趁热打铁”复习法

“旧路新探”复习法

编写“错题集”

填“学习病历”

不用橡皮纠正错误

第九辑 从容考试

自己出考试题

考试的目的和作用

了解命题的方向和要求

了解考试的题型和命题的原则

有效利用考前半个月时间

考前“独往独来”好

考试前不宜开夜车

进考场莫患得患失

考场放松法

幻想式应考法

答题前纵览全卷

怎样编排解题顺序

考场运筹时间的方法

怎样参加标准化考试

考场解题怎样开拓思路

怎样防止“跑题”

考试时从陌生中寻找熟悉的东西

考场常见故障排除方法

附录：语文知识树

后记

编辑的话

章节摘录

工作人员被陈浩然的诚恳所感动，答应如果有多余的试卷，可以让他试一试。

考试那天，在别人已经考了半小时以后，陈浩然终于获得了一次“考试”的机会。

一个月后，华东政法学院派人通知陈浩然他考试成绩名列榜首，已被录用。

他进入政法学院后，仅用一年多时间，翻译了近百万字的资料，担任了学院接待日本法律专家的翻译，还当上了《刑侦研究》的主编。

起初，命运对陈浩然看来似有些“不公正”，但这种“不公正”在奋斗目标明确的他面前，却变成了“成功的催化剂”。

他的事迹告诉我们，明确、高尚的学习目的，会给人以无穷无尽的动力，驱动人们去学习，去拼搏，去获得成功。

我国杰出的生物学家童第周，在学生时代就确立了“中国人不是笨人，应该拿出东西来，为我们民族争光”的学习目的，使自己的学习热情越来越高。

他在比利时研究实验胚胎学时，同宿舍住着一个研究经济学的俄国人，他很瞧不起中国人，嘲笑中国人是“东亚病夫”。

童第周愤怒地对他说：“不许你侮辱我的祖国，这样好不好，你代表你的祖国，我代表我的祖国，从明天起，我不去实验室，和你一起研究经济学，看谁先取得学位。”

那个俄国人不敢应战，赶紧溜掉了。

经过四年努力，童第周以优异的成绩取得了博士学位，他尤其擅长在显微镜下做当时外国人还不能做的精细手术，得到了欧洲生物学界的赞扬，受到世界许多专家的瞩目。

年轻的数学家肖刚，上小学时就确立了攀登科学文化高峰、为祖国富强做贡献的学习目的。

他只读到初二就到农村劳动，他凭着顽强的自学能力，达到了大学水平，1977年10月被破格录取为科技大学研究生。

肖刚于1984年在法国获博士学位，回国后仅两年就被聘为教授，同年被国务院学位委员会批准为博士生导师，成为我国最年轻的博士生导师之一。

革命家李大钊说过：“青年啊，你们临开始活动以前，应该定定方向。

比如航海远行的人，必先定个目的地。

中途的指针，总是指着这个方向走，才能有到达那目的地的一天。

”目的不明确的学生，如同没有方向的航船，只是随波逐流，不可能到达理想的彼岸。

理想远大的人，学习目的才高尚，学习动力才持久。

理想远大的人，活得才开朗、豁达、乐观、有为。

学生应从小树立为祖国学习的远大理想。

要树立远大理想先要爱自己的祖国，为什么？

第一，这是因为祖国同母亲一样，每个人只有一个。

为了报效养育之恩，为了人性中最基本的成分——懂得知恩图报，每个人也该爱祖国。

第二，为了自己的成长、学习、工作，我们也需要爱祖国。

唯有爱，我们才能在祖国的土地上汲取乳汁、营养；唯有爱，我们才能在这块土地上找到发展自我的道路和途径；唯有爱，我们才会有施展自己才能的舞台和战场。

如果谁生在这片土地上，却不爱祖国，100个牢骚，80个愤恨，恨得要死，烦得要命，那么被毁掉的，首先便是他自己。

这么大的国家出了一些贪污腐败分子，伟大祖国不是照样前进吗？

这些卖国贼呢？

却百分之百地毁掉了自己。

第三，爱国是为了塑造自己完美人格的需要。

科学无国界，但科学家有祖国。

世界上伟大的思想家、政治家、科学家、文学家同时都是伟大的爱国者。

即使孙中山、周恩来等伟人暂离故国，远涉重洋，也都是为了寻求救国救民的真理。

<<好学生好学法>>

有的在国外开创了一番事业，也还是心系祖国，把大量资产奉献给祖国。

只有爱国的人，灵魂才有归宿，人格才高尚，才会受到人的尊重。

而个别嫌弃母亲贫穷，换了一个富婆当后妈，回过头来就不认亲娘的人，周围的人谁会拿他当个人看？

极个别心术不正的人，削尖脑袋，钻出国门，在国外刷盘子洗碗，挣了美元，买了外国户口，再回到国内，冒充“假洋鬼子”欺侮自己的同胞，损害祖国利益。

这种人，其实已经丧失了人格，不仅中国人瞧不起，外国人也没有谁瞧得起这类没人格的人。

人要在社会上受到尊重，就要有人格，就要爱祖国。

第四，祖国需要有更多的儿女爱她，才能更繁荣、更昌盛、更强大。

祖国繁荣强盛了，我们每一个人才能学习、生活得更有尊严。

每个国家要增强民族的凝聚力，都会进行爱国主义教育。

一位中国军人在美国看到了这样一幕：“一天，我和家人、朋友到西点军校游览。

黄昏，西点军校的学员组织了一场露天演奏会，游客们一起坐在舞台前碧绿的草坪上，静待晚会开场，正在这时，突然传来一阵嘹亮的军号。

降国旗的时候到了，几乎与此同时，一个使我十分难忘的场面出现了，在场的美国所有美国人，不管男女老幼一齐站起来，面向国旗，肃然而立，整个院内，鸦雀无声。

顿时我感到非常激动。

尽管我是外国人，这种此时无声胜有声的情景，使我不由自主也站起来，沉浸在一种沸腾的情绪中。

没有讲解，没有宣传，可是人人都感到了这个民族的力量，这是精神的力量。

当时我很尴尬，是站着，还是坐着？

后来想，我不是美国人，便坐了下来。

可是想来想去还是又站起来，不是为了星条旗，而是为了这个民族，这样的民族是优秀的民族，我应该站起来表示对他们的尊敬。

”
.....

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>