第一图书网, tushu007.com

<<状元是这样炼成的>>

图书基本信息

书名：<<状元是这样炼成的>>

13位ISBN编号：9787807078654

10位ISBN编号：7807078650

出版时间：2008-1

出版时间：黄山书社

作者：侯沛成，曾庆安 著

页数：226

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

<<状元是这样炼成的>>

前言

蓦回首，那书却在故人处　　满世界的书店里谈学习成功之道的书汗牛充栋，但却往往令人望而生厌。
原因何在？
在于这些书或流于深奥，理论法则一大堆。
“可失”、“斯基”一大串；或流于繁琐冗长，沙海茫茫，不知何处有金可淘。
这类书，很少有人有工夫耐心地“品读”，至于学业上如牛负重的学生们，就只好敬而远之了。
　　作为基础教育工作者，我一直期盼着有一本适于中学生阅读的介绍学习成功之道的好书出现。
遗憾的是，每每书店徘徊之后，也每每怅惘而归。
不过，我不灰心，我坚信会有这样的书出现。
　　2008年元旦，我的电子信箱中出现了老朋友侯沛成先生的信及书稿，顿时喜出望外。
原来，是侯沛成与曾庆安合作编写了《状元是这样炼成的》书稿。
我一鼓作气浏览了书稿，顿觉如味膏粱。
正是我久盼的好书！
诚可谓众里寻“她”千百度，蓦回首，那书却在故人处！
　　“掩卷”沉思，感觉这本书至少有如下三个特点：　　一、典型性。
　　本书选择了近50位近年各省市文理科高考状元们的典型经验，分类为12编，多角度、多侧面地揭示了高考状元学习成功的简单而又实在的“秘诀”，能让读者深深觉得状元们的事迹可读，可学，状元们的成就可以超越！
　　二、简明性。
　　近50篇文章篇篇短小精悍。
每篇文章分为标题、关键词、状元骄点、状元是这样炼成的、班主任谈状元、状元说法、状元花絮、编者插话等栏目，眉清目楚，要言不烦。
一如纯真朴素的淡妆美女，使人见了神清气爽。
　　三、启迪性。
　　高考状元们的成功之道，有其共性，也各有其个性。
如何使读者对状元的成功之道由感性认识上升到理性认识，从而受到启迪？
为此，作者用心良苦地设计了“编者插话专栏”，从而有效地解决了这个问题。
每篇“插话”，无不如散文诗一样优美，如哲人语录一样精警，如洛水神女一样曼妙，如空谷跫音一样轻灵。
　　侯沛成先生长期从事政治教学、教育研究和学校管理工作，经验丰富，著述颇丰。
由此书的编撰体例，可见其平日研究慧眼独具，匠心独运之一斑。
我们相信，中学生们看了这本书，未必都会成为状元，然而，对其成就学业肯定大有裨益！
　　闲言少叙，以免耽误读者朋友的阅读之旅。
衷心希望读者朋友们借得它山石，攻好此山玉，学习有良方，学习有进步！
　　是为序。
　　（本文作者系：全国劳动模范、中学教授级高级教师、特级教师）

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《状元是这样炼成的》选择了近50位近年各省市文理科高考状元们的典型经验，分类为12编，多角度、多侧面地揭示了高考状元学习成功的简单而又实在的“秘诀”，能让读者深深觉得状元们的事迹可读，可学，状元们的成就可以超越！

<<状元是这样炼成的>>

书籍目录

序言引　子重庆市理科状元何宇佳的特殊“ 待遇 ”——北大增设专业抢状元第一编：目标指引方向一、江西省理科状元张蕤——凡事要有一个奋斗目标二、陕西省理科状元陈光玉——我要做一个研究员三、江苏省文科状元叶枝——对自己的人生规划非常清晰第二编：读书洞悉世界一、天津市文科状元於思雨——从小就爱看书二、江西省文科状元朱虹璇——博览群书功底厚三、安徽省文科状元司玉洁——喜欢历史与武侠小说四、内蒙古理科状元高鹏——有空就爱看《史记》第三编：钻研练就韧性一、黑龙江省理科状元鄂炎雄——从小好奇心强二、新疆维吾尔自治区理科状元胥毅——对任何事物都好奇三、海南省文科状元林婵娟——在玩中学习到很多知识四、江苏省理科状元汪天一——“ 钻劲 ”是成功关键五、甘肃省理科状元马泽强——这孩子学习好能吃苦第四编：自觉画出轨迹一、重庆市文科状元黄文帝——在学习上很自觉二、陕西省文科状元张璐——学习完全靠自觉三、山东省理科状元赵旭照——西瓜地里走出个状元第五编：认真提高效率一、宁夏回族自治区文科状元邢阳——上课的时候要专注二、浙江省文科状元求芝蓉——我的反应快，那也是习惯三、浙江省理科状元张琛——上课比别人听得仔细四、河北省理科状元杨诺——她的作业步骤非常完整五、云南省文科状元徐蓓思——课堂上的知识一定要消化六、内蒙古文科状元金朦——学习的时候特别专注七、福建省理科状元陈默——连写字都非常得工整第六编：积累增加厚度一、安徽省理科状元吴羽菲——次次考试都拿第一二、宁夏回族自治区理科状元李小龙——不聪明，但很踏实三、北京市文科状元张碉——学习基础一直打得很牢固四、江苏省文科状元张亦弛——学习靠积累五、青海省文科状元王珊——打好基础善于归纳第七编：方法开辟“ 捷径 ”一、天津市理科状元陆宇衡——有自己的一套学习方法二、四川省理科状元杨阳——他掌握了正确的学习方法三、江苏省文科状元翁梅梅——得益于良好的学习习惯四、甘肃省文科状元魏雪——成功源于习惯五、吉林省理科状元孔令兵——学习方法应是个性化的第八编：“ 听话 ”不走弯路一、山西省理科状元贺鼎——老师们的教学指导有方二、山西省文科状元高永胜——铭记父母教诲，继续努力三、青海省理科状元周蕾——永远都记得老师说过的话第九编：才艺拓展能力一、山东省文科状元都珊珊——多才多艺的女班长二、广西壮族自治区理科状元张南飞——我喜欢看电影、打羽毛球三、贵州省文理状元对话——兴趣爱好共同点颇多四、四川省文科状元张晨——“ 假小子 ”最爱运动第十编：反思发现自我一、黑龙江省理科状元马超——擅长总结上一次出现的错误二、黑龙江省文科状元禹奇锋——“ 错题本 ”里反思失误三、河南省文科状元马冰一——被磨破的“ 易错题宝典 ”第十一编：专家规划路径一、河北省文科状元武桐——得益于教授父亲的潜移默化二、浙江省理科状元李清扬——父亲是明清紫砂顶级专家三、湖北省文科状元张友谊——家长为我创造宽松的环境四、吉林省文科状元胡慕实——父母都在东北师范大学任职第十二编：心态平衡人生一、福建省文科状元罗宏晟——复习时心态很重要二、广西壮族自治区文科状元林丽渊——成功得益于心理调节三、重庆市理科状元陈昕昕——开口就是笑声后记借功练功

章节摘录

三重庆市理科状元陈昕昕——　开口就是笑声　关键词　自我调节平常心“默写法”
状元骄点　高考成绩：语文125分，数学148分，英语139分，理科综合297分，总分709分。
毕业学校：南开中学。
考取学校：清华大学。
状元是这样炼成的　陈昕昕今年18岁，家在开县渠口镇上，父亲是渠口镇初中教师。
陈昕昕是住校生，父母很少来学校看她，她表现得很自主独立，平时也很节约，衣着朴素，很少买零食。
陈昕昕的高考成绩不仅是理科单科第一名，而且也是理科数学单科第一。
陈昕昕是个活泼爱笑的女孩，无论和谁说话，开口就“呵呵”地笑起来。
不懈的努力使得高中阶段陈昕昕的成绩始终处于前列，高三的日子虽然很苦，但苦中作乐却是不可少的。
这一点上，班级中轻松的氛围给了我很大的快乐。
每个月，班委都会买蛋糕给这个月生日的同学过生日，寒暑假过生日的就加到开学的那个月。
每次发蛋糕，我们都很疯狂，抢着吃蛋糕，很有趣。
偶尔，班主任谢家渝老师会自己出钱买一个大蛋糕，在我们班考试失利时来安慰我们。
在这样的环境下，学习自然是轻松愉快的。
就个人而言，自我调节很重要。
当我过度焦虑和烦躁不安时，我就暂时放下学习，端坐于桌前，双手平放于大腿上，闭上眼睛，想象一片蔚蓝的湖水，自己在水中渐渐下沉，水色加深，四下静谧，有成群的鱼儿游过，水底升起一串晶亮的气泡，十分惬意。
此外，心态不佳时可与老师或同学交流，倾诉烦恼要比憋在心中好得多。
总之不管是课业繁重不堪还是学业顺利，说到底都要保持一颗平常心。
状元说“法”　我用“默写法”记忆重点　陈昕听说，学习的方法很多，对自己而言，很好的一种方法就是重点知识默写记忆。
她说，在每次复习后，她就要关上书本，让自己完全凭记忆将复习的知识点完整、有条理地回顾一遍，这样，所有的知识点就非常清晰了。
她说自己在高二上学期的时候，就用这方法考了非常好的成绩。
状元寄语　高考是一个很重要的十字路口，好好把握才会有美丽人生。
把好船之舵，掌握学之法，便能笑傲高三，轻松取胜高考。
我的高三我做主，自己把握高三的脉搏，开心作战。
让我们放下苦渎的焦虑，把高三读得聪明、读得开心。
状元花絮　令人吃惊的是，陈昕昕刚考上大学的时候才16岁。
她的妈妈说，由于上学很早，4岁时，她就去上一年级，结果遭到老师的拒绝，理由是“太小了，板凳都坐不稳”。
最后，在爸爸、妈妈的努力“游说”和保证“绝不拉后腿”后，她才被准许进入镇上的小学读书。
“我最喜欢看动画片了，最喜欢看《千与千寻》和《名侦探柯南》”！
让记者没有想到的是，她喜欢看电视，而且特别喜欢看动画片。
她说，自己也喜欢看电影，经常到沙坪坝看电影，有时候学校组织看，有时候也是自己一个人去看。
“我至今都想看《名侦探柯南》的剧场版”！
每次考试后，谢老师都会在当天找陈昕昕谈会儿心，但一般对考试的情况只提一两句，最主要的话题仍然是“名侦探柯南”。
谢老师称，谈这个话题会让陈昕昕感觉很放松，帮助她抛开考试带来的紧张情绪。
此外，陈昕昕说也要看些武侠小说，而且经常看武侠杂志。
状元链接　浙江省理科状元章捷琼——　不给自己订计划　高考成绩：语文127分，数学144分，英语144分，理科综合294分，总分709分。

毕业学校：温州瑞安中学。
考取学校：清华大学。
章捷琼出生在瑞安一个普通家庭，父亲是一名普通的职工，母亲一直在家里料理家务，大她一岁的姐姐章炳捷则是浙工大的一名学生。
章捷琼性格内向，平时说话很少。
但她从小就有一个很好的学习习惯，读书很自觉，回到家就是看书做作业。
章捷琼的父母亲从来都不用在学习上为她费心。
因为女儿成绩一直就好，所以从小学到高考，他们从没有为她请过家教。
章捷琼平时和姐姐交流最多，和姐姐会说些悄悄话，谈一些学习心得。
在高考前夕，姐姐还特地打电话同家传授给妹妹一些自己的应试心得。
章捷琼平时也从不为穿着打扮分心，她长得小巧，义留着男孩子一样的短发，还爱穿一些印有动物卡通图案的T恤衫，看上去就像是一个中学生。
她很遵守学校的规定，瑞安中学规定学生不准用手机，她就从没和父母提过要买手机。
存学习上，章捷琼的父母亲从来都没给她们姐妹俩压力，也从不给她们提很高的要求，让她们姐妹在轻松和谐的环境中学习。
“不给自己订过高的计划”。
章捷琼说，高三这一年对背负高考任务的学生来说，无疑是压力最大的一年，自己也不例外。
她曾经每天制订一个小计划，做完才让自己休息，可是她慢慢感觉这样高强度的练习效果并不见好，甚至有些事倍功半，题海战术常常让她喘不过气来。
“我慢慢地把学习计划作了调整，开始是做不完就把计划删掉，不强迫自己做完；再后来干脆不给自己订计划，有时间就练习一下，没时间就不做，给自己一个宽松的学习环境。
但是不变的宗旨依然是‘抓紧一切能抓紧的时间努力学习’”。
章捷琼说，这一点是想说给那些“太自觉”的师弟师妹听，放松点，也许更好。
“我觉得高考复习中最大的问题，不是你不知道怎么做，而是你知道怎么做却没有做。
这是因为在高三紧张的复习轮迴中，人很容易产生厌学情绪。
此时，需要寻找一个很好的学习环境，如学校。
在学校中，你会发现每个同学为了高考都在拼命努力学习，这样你会产生危机感，也会静下心来努力学习”。
从每一次考试中总结出一些心得体会，并在下一次考试中加以借鉴，使自己处于不断的进步状态，这就很好。
其实就算高考考得不理想，也不要灰心。
毕竟高考不能完全反映每个人的真实水平，影响高考成绩的因素太多了，有很多事情在人力控制之外。
谋事在人，成事在天。
我们所能做的就是尽人事，这样才能无愧于心。
人生起起伏伏，机会还有很多，要相信自己。
总之，好好学知识，好好学做人。
状元说“法”　发现错误及时请教　我平时也没有什么特殊的学习方法，就是有问题尽量在课堂上解决，还要学会释压。
关于做错的题目，章捷琼说发现错误后，马上向老师请教，仔细分析出错误的所在和原因，然后再自己做一遍，力争不让同样的题目难住2次。
“有的人只是机械地订正，不仅没有弄懂错误根源，也浪费了抄题、解题的时间。
其实有没有纠错本只是形式，重要的是是否真的掌握了错题。
对于有些基础不是很扎实的同学，我建议有时间就多做练习，熟练也能减少失误，关键是做题时要精神集中、仔细”。

第一图书网, tushu007.com

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