

<<学会学习学会做人>>

图书基本信息

书名：<<学会学习学会做人>>

13位ISBN编号：9787802116771

10位ISBN编号：7802116775

出版时间：2008-7

出版时间：中央编译出版社

作者：寻国兵

页数：228

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>

<<学会学习学会做人>>

前言

青少年学生的成才，一直是我们这个社会所关注的中心问题之一。确实，今天的家庭、学校、社会都在全力以赴地将精力投入在学生的成才教育上，但是，效果却始终没有与我们的理想相适应。

也就是说。

真正成才的孩子依然是少数，大部分都还是只在普通人的水平上。

原因是什么？

其实不说大家都明白，那就是应试教育过分强调了智力上的培养，而忽略了做人方面的教育。

确实，在提出素质教育已经好多年的今天，不论是学校也好，家长也好。

依然把目光紧紧地盯在学生的考试分数上。

这就促使青少年自己。

也同样跟着把精力放在拼命学习知识上去。

而把怎么做人、怎么做事和怎么生活放到了一边。

应当说。

拼命地刻苦学习知识，这一点也没有错；但是，如果一点也不关心社会。

一点也不关心他人，一点也不关心怎么与人相处，一点也不关心怎样做事，那么，学了知识又能干什么呢？

不会做人的学生，一定很难与同学、老师搞好关系，而一个人得不到别人的帮助与合作，是什么事情都做不好的。

这种人将来走上社会。

恐怕连立足都非常困难，还谈得上成功和发展吗？

社会的发展和需要告诉我们，对于一个中小学生来说。

不但要把学习搞好，同时也要学会做人的道理。

只有全面发展的人才。

才是将来社会所需要的。

任何一个真正的成功人士，都是既有知识，又有高度情商智慧的人。

有人曾把做人和学习知识做过这样的比喻：“知识是一把利剑，做人则是舞剑的技术”。

你要想在战场上战胜对手，单有一把利剑是远远不够的，再好的剑在不会舞剑者的手中，都发挥不了什么作用。

也就是说，你必须要有高超的舞剑技术，才能最终使自己立于不败之地。

反过来，一个高超的舞剑能手，如果没有一把锋利的宝剑在手。

他的本领同样也表现不出来。

因为没有赖以战胜敌人的武器。

结果同样也不免要失败。

有些学校(中学、小学)的校训直接含有“学会学习、学会做人”的字样，另一些则是包含了“学习、做人”的内容。

正是基于上述认识，我们在这本书的编写过程中，始终贯彻学习和做人并重的原则。

书中既指导孩子把学习搞好，又引导孩子提高情商素质。

但愿本书能够对每一位青少年的成长都有所帮助。

<<学会学习学会做人>>

内容概要

《学会学习学会做人》始终贯彻学习和做人并重的原则，既指导孩子把学习搞好，又引导孩子提高情商素质。

“知识是一把利剑，做人则是舞剑的技术”。

你要想在战场上战胜对手，单有一把利剑是远远不够的，再好的剑在不会舞剑者的手中，都发挥不了什么作用。

也就是说，你必须要有高超的舞剑技术，才能最终使自己立于不败之地。

反过来，一个高超的舞剑能手，如果没有一把锋利的宝剑在手。

他的本领同样也表现不出来。

因为没有赖以战胜敌人的武器。

结果同样也不免要失败。

<<学会学习学会做人>>

书籍目录

上篇 学会学习

一、培养良好的学习习惯1.良好的习惯是学习成功的保证2.好习惯需要从小抓起3.改正不良习惯，培养良好习惯4.养成按时完成作业的习惯5.培养独立思考的习惯6.养成提问的好习惯7.培养学习专注的习惯8.建立科学的用眼习惯

二、培养学习兴趣，提高学习效率1.兴趣能激发对知识的渴望2.把兴趣与志向结合起来3.学会激发自己的学习兴趣4.用暗示法培养自己的学习兴趣5.用学习迁移法拓展学习兴趣6.以形象转换改变对厌倦科目的兴趣

三、学会按计划指导学习1.合理的计划是高效学习的保证2.制定学习计划的基本要求3.落实学习计划要有必要的措施4.按不同学科制定学习计划5.周学习计划的制定6.制定好双休日的学习计划7.每日的学习计划是基础8.把握身体“生物钟”，注意计划的“周期率”9.根据自身的特点确定学习计划10.执行计划，要原则性和灵活性相结合

四、科学地利用时间1.学习要有时间紧迫感2.怎样有效地利用时间3.像挤海绵里的水那样挤时间4.借鉴他人安排时间的经验5.把每一天都掌握在自己的手中6.课间10分钟，用来做运动7.把握大脑节律，科学安排时间8.利用生物钟合理安排学习9.劳逸结合，不打疲劳战10.坚决克服浪费时间的不良习惯

五、学会科学的记忆方法1.记忆是学习知识的必要前提2.记忆力的培养有助于知识积累3.认识记忆的四种类型4.用奇特记忆方法提高记忆兴趣5.把握特征记忆法6.充分理解记忆法7.知识浓缩记忆法8.利用形象记忆法9.及时清空记忆法

六、学会预习，提高自学能力1.预习使学习更主动更轻松2.预习可以提高听课效率3.主动预习促进学习积极性4.预习可以提高自学能力5.和谐地抓好三个预习6.提高预习效率的三个关键7.课前预习的四种不同方法8.阶段预习和学期预习的不同方法9.最常用的预习方法：读、划、写、记10.循序渐进的“五步骤预习法”11.三遍过滤预习课文效果好12.预习要注意的几个方面

七、提高听课效率的方法1.课堂是获取知识的主渠道2.做好课前的四个准备工作3.高效听课要讲究策略4.珍惜课堂的每分钟5.让自己的思维与老师的节奏合拍6.听课要做到“五到”7.听课需学会多参与8.适应老师的授课风格9.养成课后回忆和总结的习惯

八、学会高效的作业、练习方法1.通过作业、练习把知识化为能力2.作业、练习中不可忽略的七个方面3.做好作业的几种良好习惯4.学会总结解题经验5.认真审题是做好作业的关键6.做作业既要讲质量，也要讲速度7.不要迷失于“题海战术”8.培养自己一题多解的能力9.怎样做好作业的矫正

九、温故知新，学会高效复习1.高效复习的基本要点2.高效复习要做到“四化”3.灵活把握复习中的因“科”制宜原则4.高效复习的五个技巧5.“顺逆交错”和“趁热打铁”复习法6.周末总结复习不可少7.怎样进行考前强化复习8.把握系统复习四大步9.由面到点掌握“三段复习法”10.复习安排八要点

下篇 学会做人

一、个性修养是做人的关键1.做人德为先2.努力培养健全的个性3.重视青少年性格形成的环境4.积极塑造自身的魅力5.以外表修饰促进内心完善6.让好的道德习惯成为做人的标尺7.培养明辨是非的能力

二、学会与人交往和沟通1.怎样培养交际能力2.掌握基本的交往技巧3.学会与同学合作4.学会和老师沟通5.与人沟通训练课6.培养自己合群意识7.严以律己，宽以待人8.日常交往应保持的风度9.男生女生交往的尺度

三、自信是人生前进的动力1.成长需要自信2.任何时候都不要自我贬低3.通过尊重他人，获得自尊自信4.自卑是自信的最大敌人5.让自卑从心灵上走开6.让语言成为自信的一把钥匙

四、学会战胜失败和挫折1.成长的路上总有坎坷2.博迪成功的背后3.华罗庚的艰辛成才路4.蜜罐里长不出天才来5.向爱迪生学习6.荣耀之花需辛勤的汗水浇7.高燃打工考进清华园8.锤炼心理承受能力9.调整好心态才能经受挫折的考验

五、学会宽容和尊重他人1.宽容是一种人生智慧2.不要抓住别人的过错不放3.不因他人的错误惩罚自己4.疑心是破坏友谊的毒素5.大度才能团结人6.反对自己的人也可成为朋友7.爱心是人缘的粘合剂

六、学会以诚待人1.诚信是做人的根本2.谎言是做人的大忌3.失去信誉等于失去人缘4.做人常需反躬自省5.得意忘形遭人嫌6.凡事多从对方着想7.不要对同学产生嫉妒8.同学间莫做两面人

七、礼貌是做人的通行证1.谁都不欢迎没有礼貌的人2.懂礼貌才是有教养3.学会日常待客做客礼仪4.礼仪需要一点一滴培养提高5.处理好礼仪中的三个关系6.关注服饰上的文明修养7.让言谈礼仪成为人际沟通的桥梁

<<学会学习学会做人>>

编辑推荐

《学会学习学会做人》告诉我们，对于一个中小學生来说。不但要把学习搞好，同时也要学会做人的道理。只有全面发展的人才，才是将来社会所需要的。

<<学会学习学会做人>>

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>