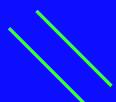
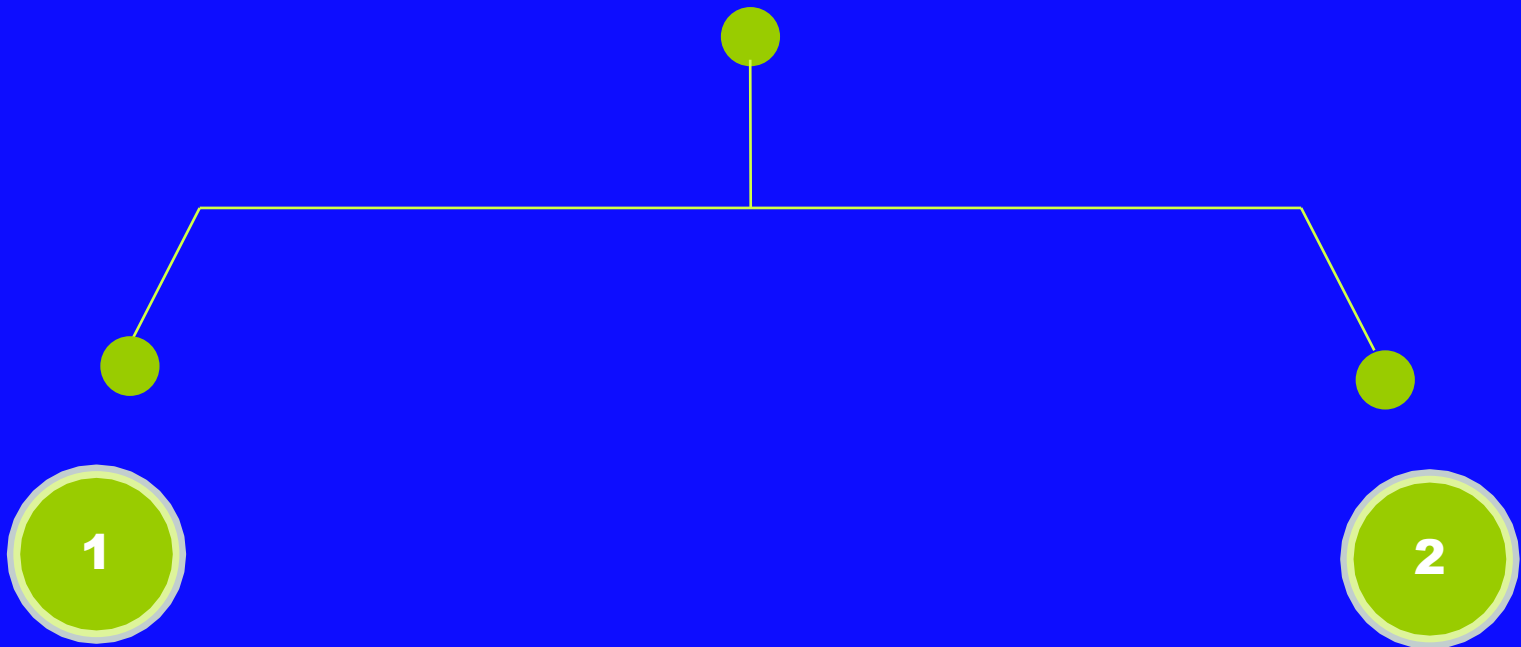


学习是一个人终身都必须做的事情。一个人能否成功，能否获得生活的幸福，在一定程度上取决于他的学习态度和方法。而一个人的学习能力又取决于他从小养成的优良学习习惯。



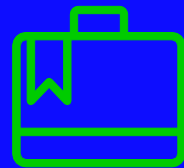
学习习惯与学 习方法





习惯的形成和学习方法的
执行与运用需要两个必要
条件：

合理的计划 和 执着坚持



场景：……百无聊赖地坐在桌前，对着那一摞摞厚重的教科书、参考书、习题册呆望了一会儿，从中捡出一本，乱翻了几页，从中挑出一道题，结果半个小时也没能做出结果，然后只有没好气地把它再丢回书堆中去，再捡起一本……，在这简单的重复劳动中，时间匆匆而过。

这样的经历，你是否有过？这是心理空虚和急躁的表现：一方面想抓紧时间，努力学习；另一方面，又常常举棋不定，不知从何下手，往往由于一些小难题而自暴自弃。

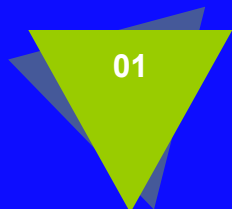
1

如何解决这个问题呢？

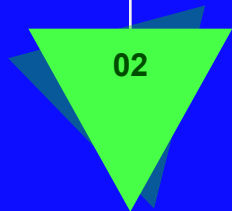
2

最好的解决方法，就是使学习具有“计划性”。计划是实现目标的前提，没有计划，目标就成了水上浮萍，没有根基。做事没有计划，结果不是“眉毛胡子一把抓”，就是“盲人摸象”一样，只见树木，不见森林。生活对于没有计划的人来说，就是“走一步看一步”，“当一天和尚撞一天钟”。

作战讲究“知己知彼，百战不殆”。学习也是一场战斗，计划就是做到“知己”，因为要制定出符合自己实际情况的学习计划，必须要“知己”。“知己”包括三层含义：明确地估计自己的能力，了解当时学习情况，明确学习的目标。做到“知己”后，我们就可以制定计划了。



故事：开学第一天，古希腊大哲学家苏格拉底对学生们说：“今天咱们只学一件最简单也是最最容易做的事儿。每人把胳膊尽量往前甩，然后再尽量往后甩。”说着，苏格拉底示范了一遍。“从今天开始，每天做300下。大家能做到吗？”



学生们都笑了。这么简单的事，有什么做不到的？过了一个月，苏格拉底问学生们：“每天甩手300下，哪些同学坚持了？”有90%的同学骄傲地举起了手。

又过了一个月，苏格拉底又问，这回，坚持下来的学生只剩下八成。

一年过后，苏格拉底再一次问大家：“请告诉我，最简单的甩手运动，还有哪几位同学坚持了？”这时，整个教室里，只有一人举起了手。这个学生就是后来成为古希腊另一位大哲学家的柏拉图。

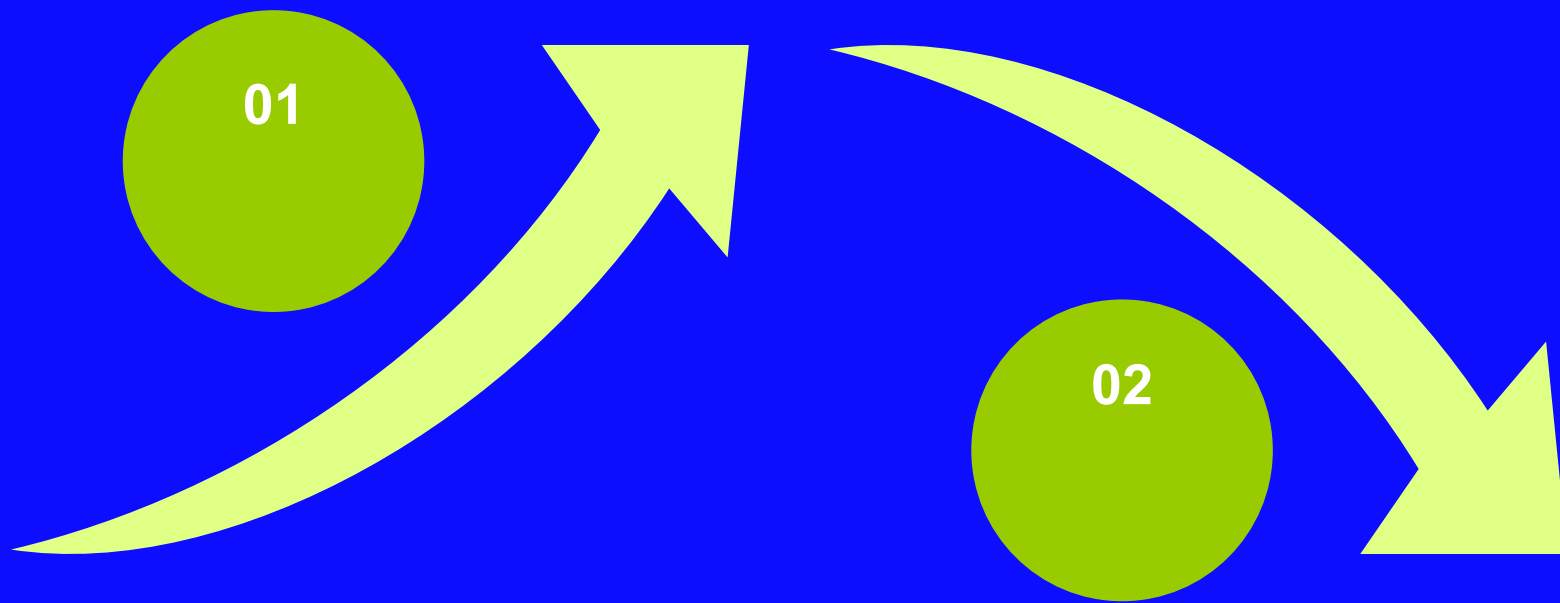
1

世间最容易的事是坚持，
最难的事也是坚持。说
它容易，是因为只要愿
意做，人人能做到；说
它难，是因为真正能做
到的，终究只是少数人。

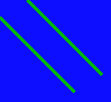
2

成功在于坚持 这是一个
并不神秘的秘诀。

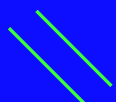
“合理的计划” + “执着的坚持”



目标的实现

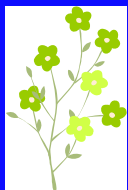


然而，事实上很多不合理的认识和不良的行为习惯始终阻挠我们目标的实现，更可怕的是看视正确的实则错误的“真理”在日常行为中却潜移默化的影响着我们，我们却没有发现，这是我们最大的悲哀！



下面我们对我们的日常行为习惯做一个思考，让我们从中得到一些启发!

学习不懂就问



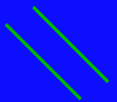
建议：

有的同学基础不好，学习过程中老是有不懂的问题，又羞于向人请教，结果是成绩越来越差。这时，唯一的方法是，向人请教，不懂的地方一定要弄懂，一点一滴地积累，才能进步。

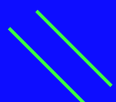
2、要学会“再试一次”

故事2：一个青年人把他的第一本小说《气球上的五星期》书稿寄到了出版社。过了一个星期，书稿被退了回来。他想了想，又将书稿寄给了另一家出版社。过了几天，书稿退了回来。他咬咬牙，又将书稿寄到第三家出版社……最后他寄了十六家出版社，被退回来了十六次。

十六次失败!这对于一位爱好文学的人来说,无疑是个致命的打击!果然,他先是失望至极,继而拍案大怒,还一把将书稿扔进了火炉里,但在这样一个时刻,他的妻子把书稿抢了出来,还郑重地劝了他一句:“你应该再试一次。”一句话提醒了他。他冷静地想了想,决定再试一次。他第十七次把书稿寄了出去。果然,第十七位出版商看中了这本书,决定立即出版,而小说也果然一炮打响。



随着小说的热销，世界开始对他刮目相看，他成功了!从此成了闻名世界的大作家!这个青年人就是凡尔纳，是19世纪法国作家，著名的科幻小说和冒险小说作家，曾写过《海底两万里》、《地心游记》等著名书籍，被称为“科学幻想之父”。



凡尔纳成功的原因是什么呢？

显而易见，是坚持。而坚持的一个最常见的表现形式，就是勇敢地再试一次。是的，在很多时候，只要少试一次，胜利就会与你擦肩而过。既然如此，为什么不再试一次！



01

某同学学习极其用功，在学校学，回家也学，不时还熬熬夜，题做得数不胜数，但成绩却总上不去。

02

本来，有付出就应该有回报，而且，付出的多就应该回报很多，这是天经地义的事。但实际的情况却并非如此，这里边就存在一个效率的问题。

03

效率指什么呢？好比学一样东西，有人练十次就会了，而有人则需练一百次，这其中就存在一个效率的问题。

3、学习要劳逸结合

01

如何提高学习效率呢？

02

最重要的一条就是劳逸结合。

03

也就是平时我们常说的：玩的时候痛快玩，学的时候认真学。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/096000214125011003>