

学习计划

1. 认真听讲
2. 全面贯彻“五连环”学习法
3. 遇到问题及时问老师
4. 作业独立完成
5. 中午要至少有 30 分钟的睡眠时间
6. 要有学习目标
7. 及时复习
8. 用课余时间刷题
9. 刷题后要对答案
10. 依照“作业六不原则”完成作业
11. 复习时按照“复习五步骤”
12. 有计划的学习
13. 上课不写作业

五连环学习法

预习——上课——复习——作业——反思

复习五步骤

想——查——看——写——说

回想是查的好办法

看笔记，看课本

随时记下重难点、查缺补漏

说就是复述

作业六不原则

不计时不作业，设定时间提高效率；

不复习不作业，先复习再动笔；

不钻牛角尖，难题先放过；

不检查不作业，做完必须检查；

不小结不作业，做完总结收获；

独立不抄袭，要靠自己完成。

如何制定合适的目标

具体——可衡量——可实现——有时限——可分解——可调整

上课文字真经

静听——勤思——善问——回答——练习——记笔记