

-
- 俺拍的

绘声绘影

写的字

关于学习

- 背

思考

与时俱进

关于“读 如何读一本书” ☆ 我推荐的好书们

如何看” 新闻联播 “

考试时老师喜欢的字 考试拿高分的字

学霸、状元、好方法

中学生如何记日记模板·坚持·好习惯·正能量·语感。。。 (下面)

知识树 (下面) 积极休息，左脑像房屋；右脑像「树」，关于人的「集中储量」与「背的储量」， 研究生 3P 三气

开始！

积极休息

人的脑分「左右脑」，**左脑用，右脑不累，反而是『积极地休息』**左脑是「逻辑」，像房屋；右脑是直觉、常识，像「树」。

... 他的回答很简单：“做不同的事情，就是休息啊！”其实，休息这事儿很简单，换个脑子而已。**脑子动累了，看看书休息一下，眼睛难受了，听听音乐，坐久了，跑跑步，休息不代表一定要睡觉，其实只是换个脑子去工作而已。**

关于睡眠，每天保证足够就好，一直觉得，好不容易才有的青春和生命，何必浪费在睡觉上。

很多时候，我们觉得很累，打不起精神去做一些事情；我们觉得很困，却在床上睡不着。很多所谓的休息时间，根本不是去蒙头大睡，而是去调整生活状态，换个大脑。睡觉只是众多放松方式的一种，除此之外，我们还有很多方法。

「碰出电花」灵感、创意、爱因斯坦。。。

左脑是「逻辑」，像房屋；右脑是直觉、常识，像「树」。两者不常」同时使用。而一旦同时使用，两边的细胞触突「碰出电花」，天才的事情就会发生了，就是所谓的灵感、创意、爱因斯坦。。。

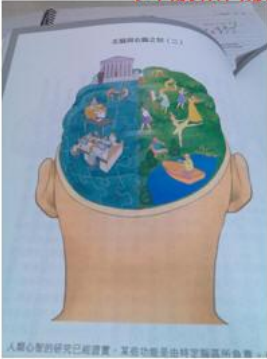
左脑 ■ 右脑
客观 ■ 主观
科学 ■ 人文

人脑有左右

左脑是房子:文字 科学 客观思维

右脑是树:人文感觉 主观思维 苹果的滋味

学习如何不累
(左脑和右脑可以来回替换)





file:///F:/km2000 70G/mywritings/study6.html

1/8

关于人的「集中储量」与「背的储量」

可汗学院的老师曾经做过一个实验：一个成人的集中力也就15分钟。所以，要储藏一定「背」的含量（SRAM）供随时取用思考，所以要学会忘却不必要的记忆，而只留下有用的「背」的含量。 [./mywritings/bei.html](#)

研究生策略

3P

首先，要做Project，再琐碎的事情对以后学术乃至职业生涯的发展都很有帮助。其次，要写Paper，论文要兼具创新性和可读性。最后，也是最重要的一点，要做好Presentation，be a good speaker。要想通过PPT在最短的时间内展示自己的研究成果，没有好的口语传播能力也是不行的，一定要规范口语和书面表达，切记不要把微信等社交媒体语言运用到学术中。

“三气”

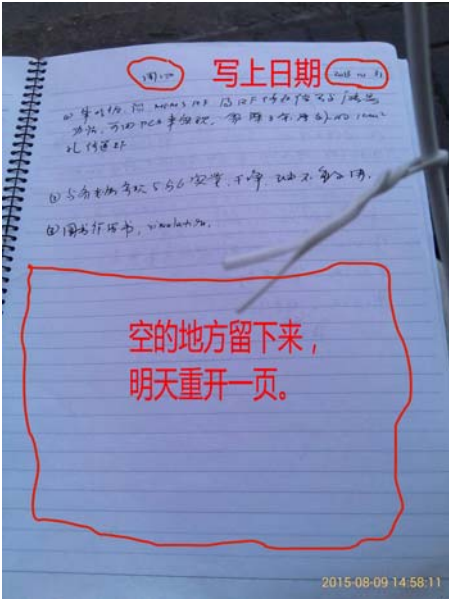
一要有正气，走得正才走得远；二要大气，为人处世不要斤斤计较；三要和气，要团结不计较。全面提高自身综合素质，成为人才也成为人物！

- [中学生如何用日记](#) (培养正能量、训练“坚持力”、写一笔好字、锻炼创新力) (全息学习=培养正能量·语感·意志力)

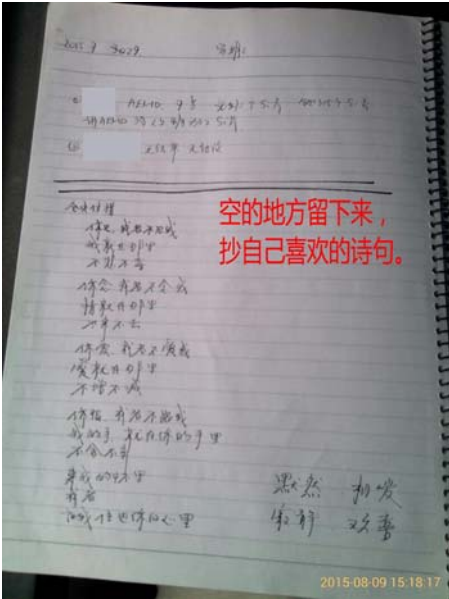
中学生如何记日记·模板·坚持·好习惯·正能量·语感。。。

有人说，日记写啥？今天没得写啊？其实，日记不光是为了记录今天，它是一种学习和内功培养的一个方法。下面秀一下日记的写法和使用功能。

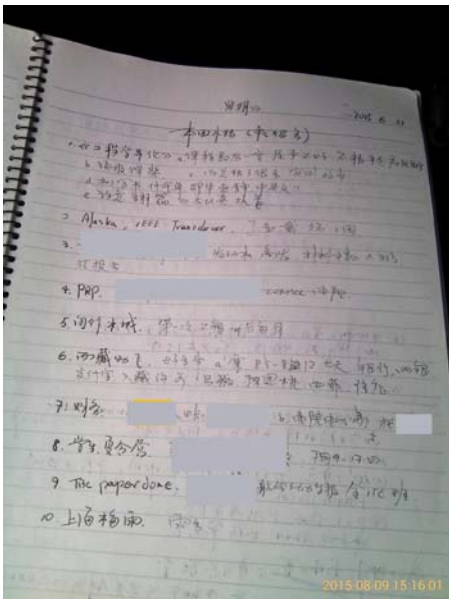
日记每天占一页，其余的地方暂不填充



日记每天占一页，空余的地段写上要复习的话、内容……



日记每周做一个小结

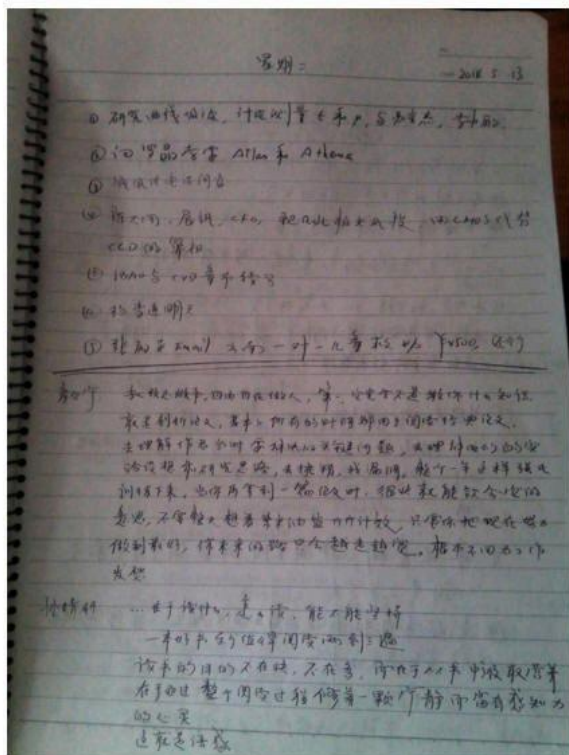


记日记，why?

- 记日记是一种训练坚持力的一个可行好用的方法
- 记日记是人生的一个好习惯
- 记日记是反思的好习惯，曾国藩等，三省吾身等，都有人生记录，日记就是这个人生记录与反思工具
- 记日记为了复习正能量
- 记日记为了语感、感觉
- 记日记练写字，写字不为了好看，为了人生素质的培养，所以讲“字如其人”，是这个道理的（[更多](#)）
- 记日记会有复习、思考、产生新意的创新意义，每周一小结、每本一大结、形成人生、形成成长的“树”

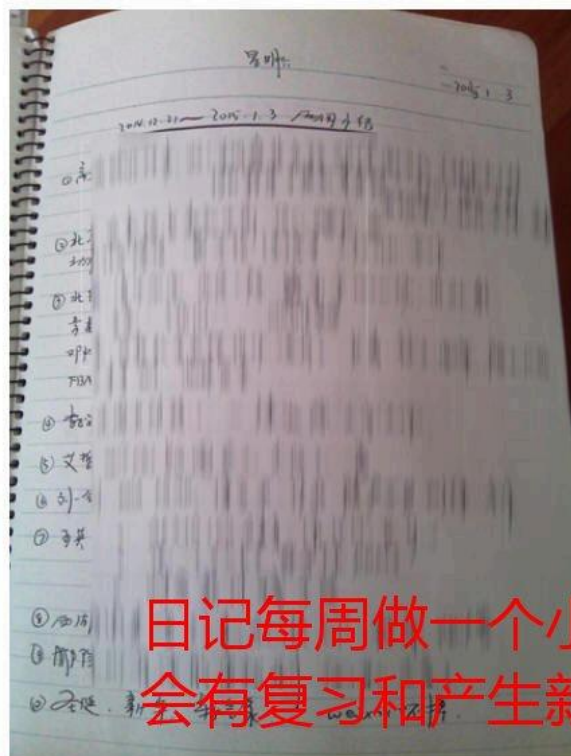
日记·记啥·咋记·模板

日记啥记咋记法 记啥？咋记？



- ④ 日期
- ④ 发生了什么、感想、、、
- ④ 工整的习惯培养：行、段落要清晰
- ④ 空的地方做练习，先画一条线。然后，抄励志、名句。。。

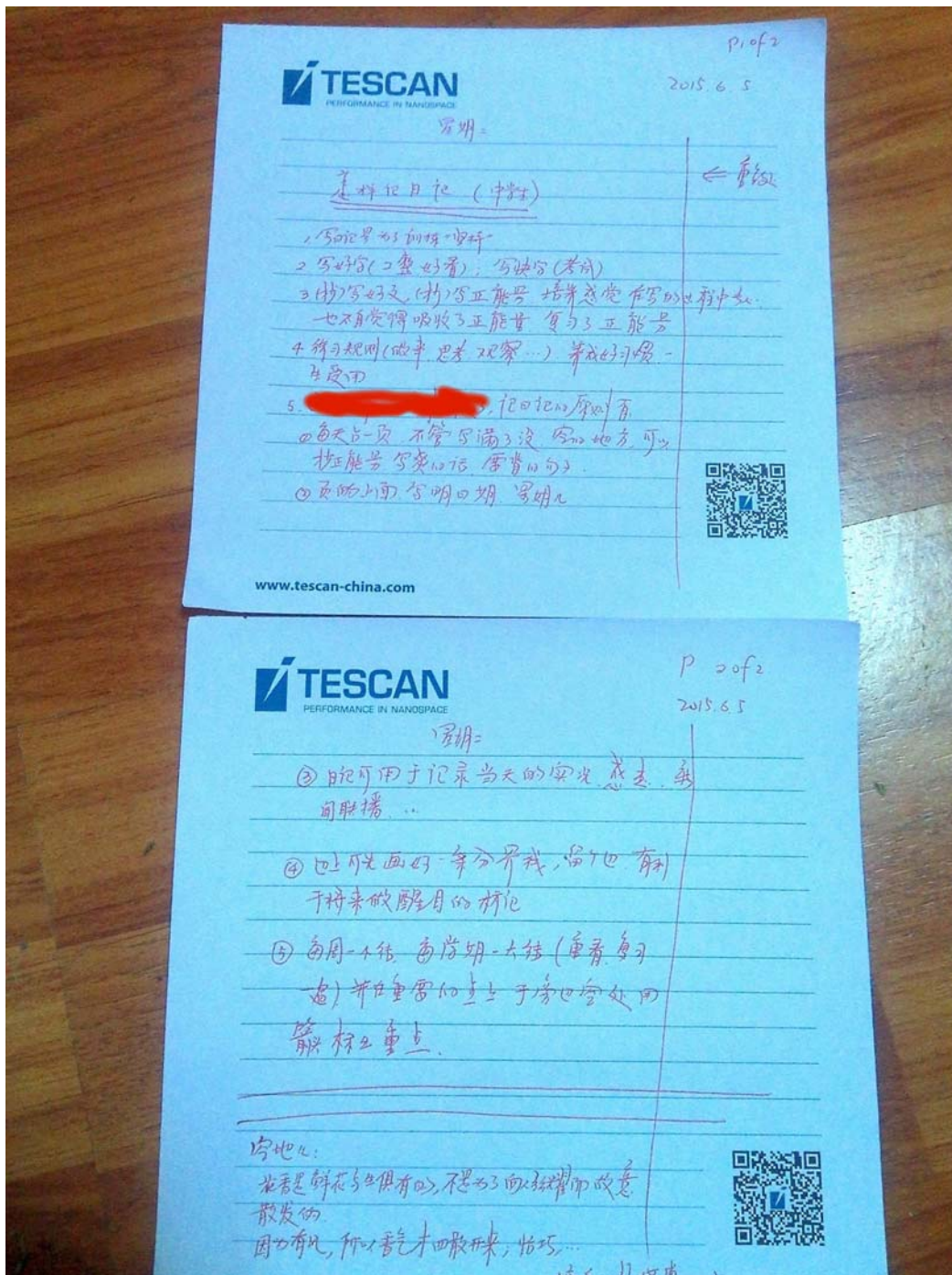
日记，每周小结，复习



- ④ 周末一小结。
- ④ 定期复习

坚持力
锻炼创新力
意志力

日记每周做一个小结
会有复习和产生新意的创新意义



样板·模板·仅供参考

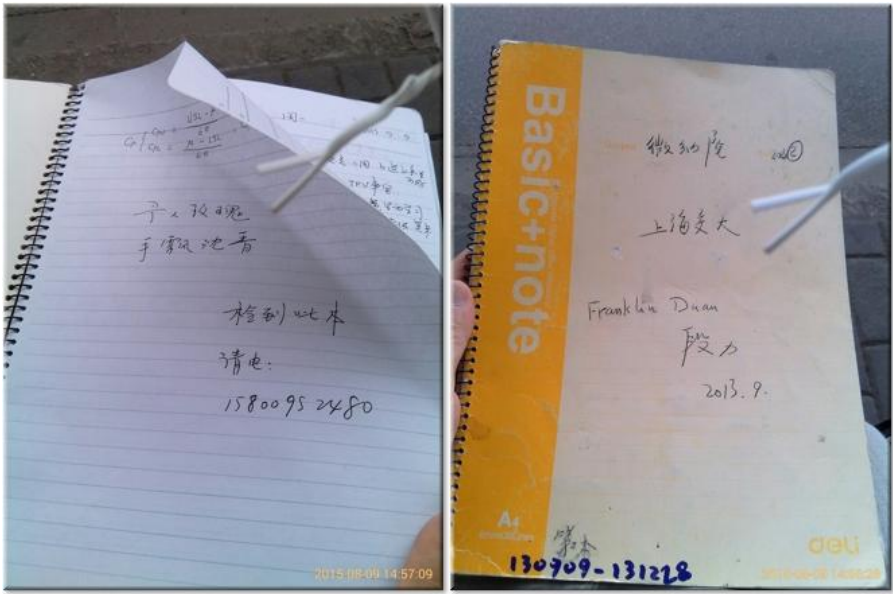
如何记日记

坚持: 每天都做笔记, 从13年写到15年, 已经有7本了



日记对于复习和产生新意的创意的方法和步骤

- 1. 日记每周做一个小结,
- 2. 每本做一个大总结,
- 3. 用一张白纸记下要注意注重的页数和内容简介 (作为目录作用) 夹在本子里
- 4. (可以把几本的目录订成一本, 经常看这个目录集, 每个月看一边大总结, 会有复习和产生新意的创新意义)

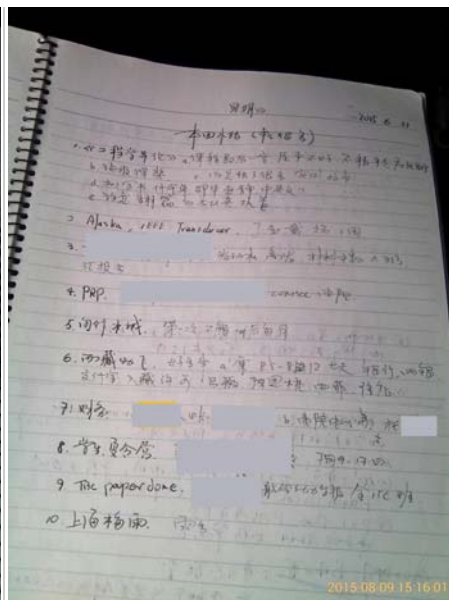
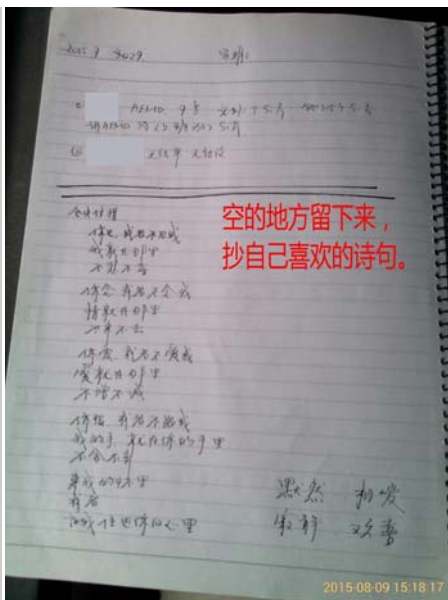
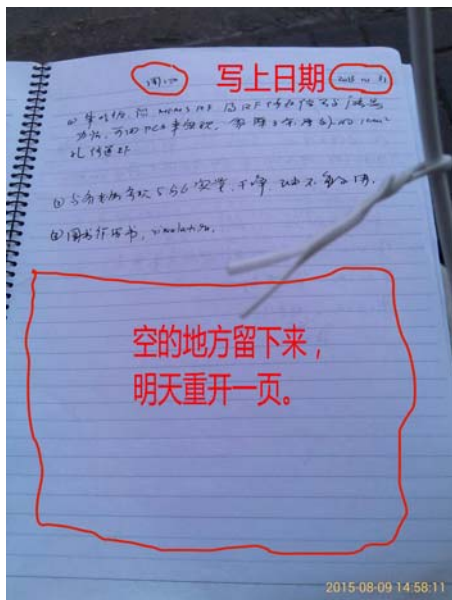


规则

日记每天占一页, 其余的地方暂不填充

日记每天占一页, 空余的地段写上要复习的话、内容.....

日记每周做一个小结

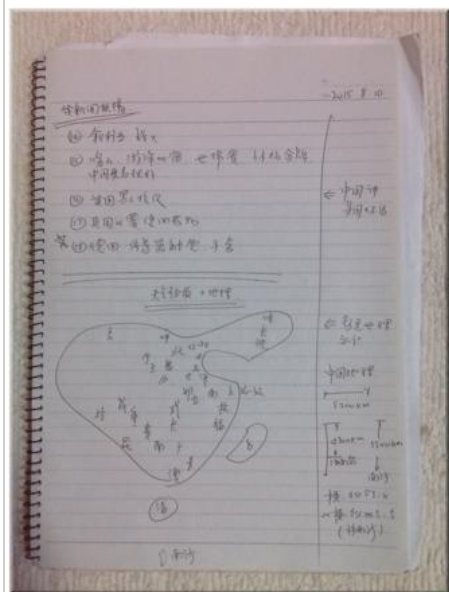
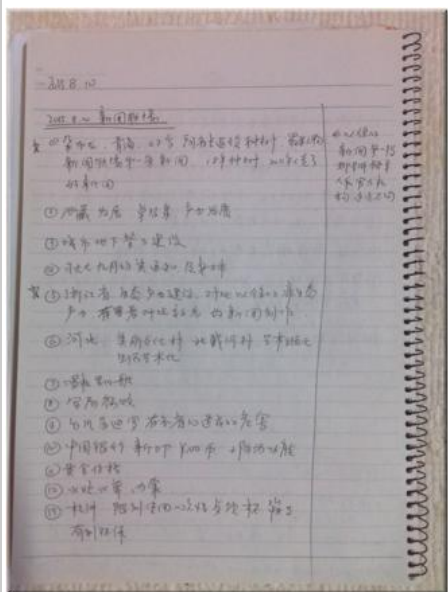
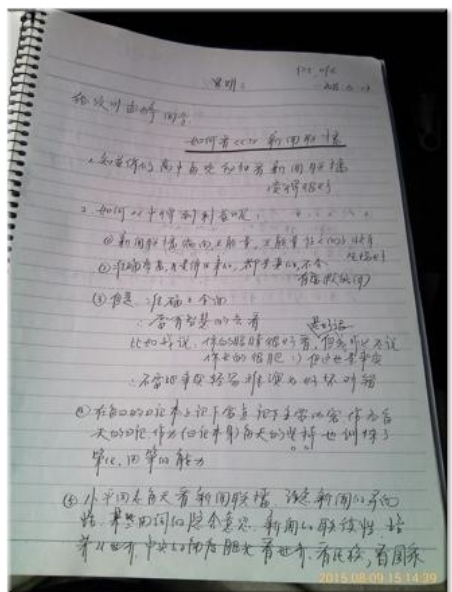


此则新闻联播取自视频 ->

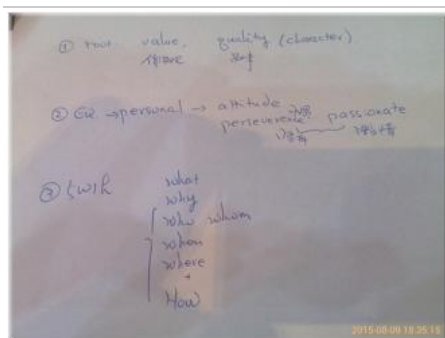
怎么看新闻联播

新闻联播记录模板(参考而已，你的会更好)

可以利用天气预报来学习复习中国地理



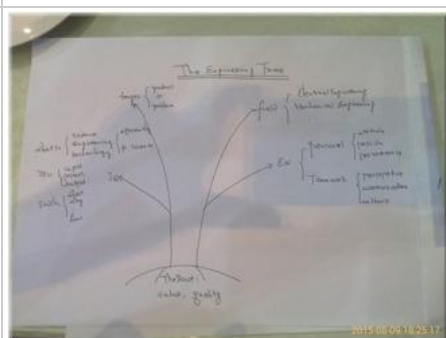
知识的树状结构，树，有根、主干、枝叶

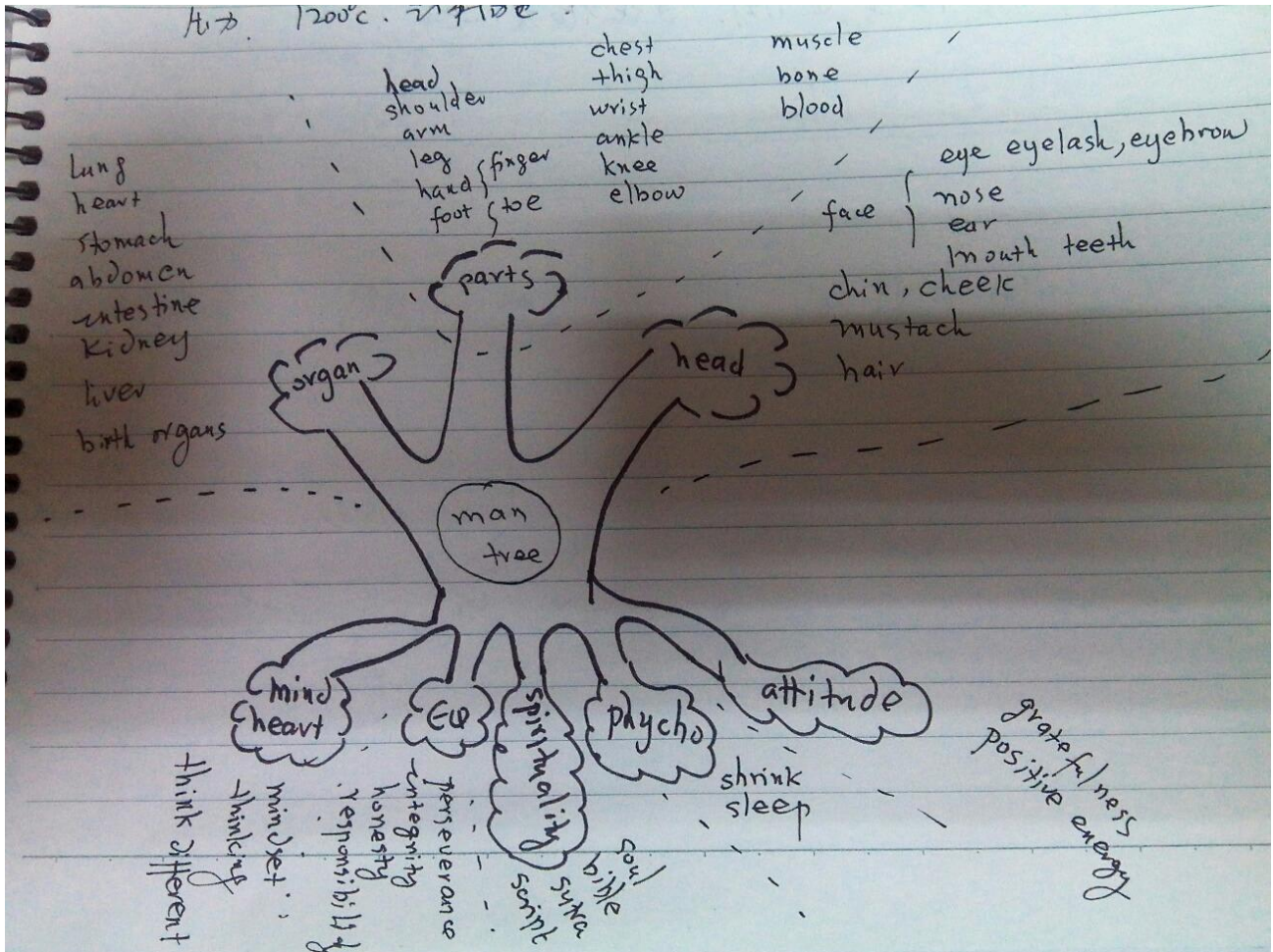
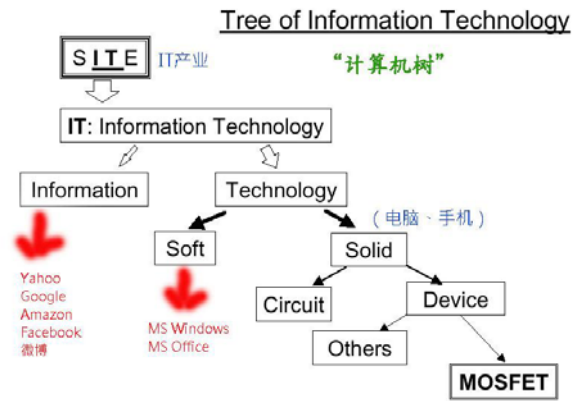


后来的知识，是在添枝叶，如果没系统或不相干，学完了也是还给老师或书本了

中学的物理化学改革（上海高考可任选物理、化学一科，就是因为从智力层面，两者不甚相干，基本可以看做是两棵树）

→ 工程学树，the engineering tree





思考

- ④ 思考，要思考什么呢？
- ④ 1. 是怎么来的？我们学习的不仅是简单的知识更是前人对知识的理解和对工程的看法，要了解是怎么来的，多读传记有好处。
- ④ 2. 5W1H：常用5W1H来分析和学习科目。5W1H是原因（WHY）、对象（WHAT）、地点（WHERE）、时间（WHEN）、人员（WHO）、方法（HOW）。这种思考办法，可使思考大纲化、科学化、具体化。



与时俱进

- ④ 继续学习，与时俱进，学习使人年轻，紧跟科技发展的脚步是必须的。持之以恒和常规化的计划习惯是一个好办法。（例子）
- ④ 猎枪和干粮
- ④ 知识与创造知识
- ④ 实事求是是万事的精髓。实事求是是什么？兵法书与实际应用。
- ④ 差不多先生的故事，实事求是的例子

