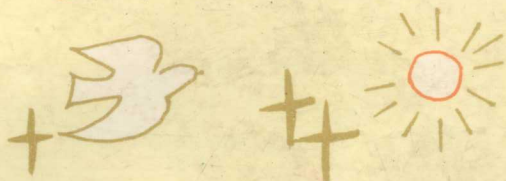


● 学习成功的巧诀



事半功倍

全柱 纪明 爱娣



中国广播电视出版社

事半功倍

全柱 纪明 爱娣

中国广播电视出版社

(京) 新登字097号

事半功倍
学习成功的窍诀

全柱 纪明 爱娣

中国广播电视出版社出版发行

(北京复外广播电影电视部灰楼 邮政编码100866)

石家庄北方印刷厂印刷

全国新华书店经销

※

787×1092毫米 32开 7.18印张 (千)字

1992年3月第1版 1992年3月第1次印刷

印数: 1-20000册 定价: 3.60元

ISBN 7-5043-1868-X/G·698

段晓玮 王春敏 王 玲

内 容 提 要

该书比较系统地介绍了如何从小学到中学一步步培养起良好的学习习惯、学会科学正确的学习方法，从而为更高层次的学习搭起成功的阶梯。

该书内容详实、可读性强，并附有可操作性措施。教师可将它作为学习方法课教材，家长可把它聘请为不见面的家庭教师。

该书由教育科研人员、有经验的教导干部和教师共同编写，部分内容曾在有关报刊连载，给学生讲授，反应甚好。

目 录

一、学习成功真有巧诀吗	1
○这样的同学真令人羡慕	1
○事半功倍不是异想天开	3
○少壮不会学 老大徒伤悲	5
○“无师”可以自通	8
二、绕过学习道路上的误区	11
○不用学习，岂不更好	11
○人类和学习有不解之缘	13
○学习若能代替多好	15
○是不是人人都需要学习	16
○有没有天生或飞来的本事	18
○先做工后上学行吗	20
○书到用时方恨少	22
○容易被随手扔掉的珍宝	24
○死学、学死，巧学、学活	25
○人生在世，要有所奉献	28
○天生我材必有用	29
三、成功学习的摇篮和营养剂	33

○在小学就养成好习惯、好品质	
——事半功倍预备期	33
○挖出被埋没的发动机	35
○多大年龄就能主动学习	37
○偏爱≠偏科	39
○保持旺盛不息的求知欲望	41
○学习也须求解放	43
○不得敷衍的几项习惯	45
○爱看课外书好不好	48
○课余爱好也有学问	50
○大脑高效运转的奥秘	51

四、事半功倍的关键期..... 54

○人生的奠基工程	54
○有趣的“关键期”	55
○“狼孩”的启迪	57
○现实生活中的悲剧	58
○早期教育育英才	59
○智力的“载体”——大脑	61
○“今日”与“明天”的思考	62
○如何适应初中三年的学习生活	64
○从小学到中学的过渡	65

○“动荡”、“分化”的初二年级·····	67
○初三，任重道远·····	70
○高中——驾轻就熟的时期·····	72
五、事半功倍的两尊支柱·····	74
○学习的特点是什么·····	74
○莫做学习活动的“旁观者”·····	77
要靠自己的大脑获取知识·····	80
○反复性——“盘山路”·····	82
○影响学习的因素有哪些·····	85
○素质——影响学习的潜在因素·····	86
○学习优劣的主要因素——智力因素·····	87
○观察能力是智力的“眼睛”·····	90
○注意能力是智力的“窗口”·····	93
○记忆能力是智力的“储藏器”·····	96
○思维能力是智力的“核心”·····	100
○想象能力是智力的“翅膀”·····	106
○学习优劣的决定因素——非智力因素·····	109
○学习动机是“发动机”·····	112
○学习兴趣是“催化剂”·····	115

○学习意志是“推进器” 118

○学习习惯是“恒动机” 120

○学习方法是“猎枪” 123

六、八环节成功学习法 128

○掌握学习的周期——八环节学习法···
..... 128

(一)

抓住它——自由学习时间 133

计划——抓住时间的助手 137

切实可行，学习计划才有用 139

(二)

幼儿学步对学习的启示 143

预习——通向“无师自通的桥梁”
..... 147

预习中学会预习 150

(三)

“专心”的学问 156

上课时“心”要“专”在哪里 162

(四)

重复——学习的母亲 171

忆、读、思、记 178

(五)

知识≠技能≠能力	181
作业的几个习惯	186

(六)

撞了南墙须回头	139
“错题档案”	192

(七)

“钻进去”与“跳出来”	196
让知识“各就各位”	199

(八)

把知识的网织得更大些	106
课外学习的磨刀石,会把思维的 刀磨得更锋利	108
课外学习与兴趣、成才	212
成功学习自我检查与调控	216
后记	220

一、学习成功真有巧诀吗

○ 这样的同学真令人羡慕

亲爱的同学们，你所在的班级里一定会有这样的同学很令你羡慕：他们平时学习好象并不用功，时间抓得一点儿也不紧，课下几乎就不见他们学习，一玩起来就忘掉了一切，课外书看了一本又一本，体育、文艺都挺棒，学习成绩还挺好。

羡慕之余，你心中不免有些纳闷：他们是怎样学习的呢？一定是人家脑瓜好使、聪明；要不就是暗地里用功，在家里找人辅导……

看看人家，想想自己，不由地怨天尤人、灰心丧气；自己脑瓜笨，又没条件找人辅导，活该学习不好！

如果我说人家学习好是因为有窍门，你也许不相信：学习怎么还能找窍门？

同学，你先不要吃惊，不要懊恼。我们现在郑重地告诉你：搞好学习是有窍门的。但是为了和投机取巧、不劳而获有所区别，我们称这些窍门为巧诀，即巧妙的方法。

一个人头脑灵活、思维敏捷、有某种技能、且动作熟练，我们就说他心灵手巧。如果一个同学学习方法巧妙、效率高，也可以说他心灵方法巧、心灵“法”巧。

大家一定急着知道这些好方法、这些巧诀，先别急，这本书将比较仔细、比较系统地给大家介绍。

现在，你先观察或回想一下班里的同学，他们平时的学习是不是有以下几种情况：

有的同学平时不专心、不用功、贪玩，不认真听讲，不好好做作业，或者积极性不能持久，忽冷忽热，因而他们的学习成绩一直不好，或者忽高忽低，我们可以把这些同学的学习叫做事半功半；就是说，没有付出足够的努力和辛苦，因而也没有好的成绩和收获。

还有的同学学习非常刻苦，早起晚睡，时间也抓得非常紧，几乎就没有见他们玩过，放下数学就是语文，写完作业又找复习资料上的题来做，按说学习成绩应该是不错的，可奇怪的是，学习效果总不理想，解答课本上原封不变的问题还可以，一旦遇到那些稍微变变形式的灵活题就不知所措。辛辛苦苦、费半天劲，成绩勉强维持在中等水平。这样的同学往往怨恨自己的脑瓜笨，因而学习的信心越来越不足，很容易自暴自弃、丧失信心。付出了辛勤的劳动，却没有应有的收获，就象终日忙碌在地头的农民，最终却没有收成一样，确实是很伤心的事情，我们把这种情况叫做事倍功半。

第三种情况就不同了，学习刻苦。时间抓得紧，学习成绩也不错。虽然苦点儿、累点儿，总还是有成效，辛勤的劳动换来了应得的收获，这种情况可以称作事倍功倍。

第四种情况就是事半功倍。就是开始提到的那种令人羡慕的情况：轻松愉快地就把知识学到了手，每次考试成绩总是名列前茅。有的同学甚至有些特殊本事：或擅长书法、美术，或能吹拉弹唱，或有体育专长，每次运动会总能拿到几

块奖牌……老师同学们都另眼相看，真让人有些嫉妒了！

少出力，多收获，就好象少花钱，多办事，谁不愿意！可天底下哪有那么便宜的事，不花费足够的代价就想得到好成绩！

教师、家长经常对你们说：“不要贪便宜、别想偷懒”；“有一分汗水，才能有一分收获”；“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟。”“世界上无直路可走，要准备走曲折的路”。

他们有时还把古人头悬梁、锥刺股的故事讲给你们听，用唐代文学家韩愈的名句“业精于勤荒于嬉，行成于思毁于随”告诫你们：贪玩、放任是搞不好学习的。

现在，这本书却要教你们找窍门，说什么事半功倍，莫不是要骗你们？

看来要小心着点儿，谨防上当！

○ 事半功倍不是异想天开

嘴上说要小心，可心里还是想知道：是不是真有事半功倍的学习巧诀呢？

大家都知道宝葫芦的故事，说那宝葫芦神极了，你要什么，它就有什么。其实那不过是梦想而已，天上怎么能掉下馅饼呢？

要想有收获，就必须付出劳动；要想取得好成绩，就要好好学习。这是非常正确的。

问题是，怎样才叫好好学习？在学习中付出了劳动，就一定有好的收获吗？

两个同学要过河，可是没有桥和船，只好游过去。幸好

两人都会水，可一人只会简单地打扑通，费好大的劲，水花飞得老高，可就是游不快；而另一位同学如鱼得水，又是蛙泳，又是自由泳，挥臂自如，轻松舒展，不一会儿就游到了对岸。

前者几乎是疲于应付，倒好象是水中挣扎；而后者熟悉水性，驾轻就熟，在水中如履平地。

一个费劲游不了多远，另一个轻松迅速地游到对岸。

一个是事倍功半，另一个则事半功倍。

每一株品质优良的小小果树苗，随着时间的推移，都会渐渐长大，根须越来越深广，枝条越来越粗壮，叶子越来越宽厚，一旦时机成熟，它们就会开花，并且结出丰硕甜美的果实。但是，如果只知一个劲地浇水、施肥，而不注意水、肥的适度、适时，不注意及时的锄草和正确的剪枝，果树的根、茎、叶可能很旺盛，但是它决不会结出好果实的。

我们同学们不正象那小果树吗？只是一个劲地耗时间，挑灯夜战，大量地做习题，闭门苦读，死记硬背，付出了大量的辛勤劳动，能收到理想的效果吗？

学习也象过河、种果树那样，掌握了规律，有了科学正确的方法，就能收到事半功倍的效果。

怎么？轻松愉快地学习也能获得好成绩？

著名的物理学家爱因斯坦有一句名言：成功=艰苦的劳动+正确的方法+少说空话。

尽管正确的方法很重要，但是成功离不开艰苦的劳动。艰苦和轻松大相径庭，让你们轻松愉快地学习，还不把你们引入歧途？

其实不然。艰苦不等于痛苦。低效的或者无效的学习，越

艰苦越痛苦，而正确方法指导的有效的或高效的学习，越艰苦越令人兴奋、令人愉快。学习的不断成功能使精神得到极大的享受，心理上得到充分的满足。

学习效率提高了，时间安排自然就轻松了，就可以腾出时间学些其它愿意学习的知识、干些其它高兴干的事情。

这就好比爬山，不付出艰苦就爬不到山顶。如若路线正确，就能提前到达顶峰，饱览山下如画的景色，岂不愉快？比起那些路线周折、总在山腰徘徊的登山者，难道不显得轻松吗？

在正确方法指导下，情绪昂扬、心情愉快地学习，一定能收到事半功倍的效果，这不是异想天开，后面还要介绍具体的要求和方法。

○ 少壮不会学 老大徒伤悲

古诗《汉乐府·长歌行》中说：

百川东到海，何时复西归；

少壮不努力，老大徒伤悲。

意在告诫人们，要珍惜少壮年华，努力学习，为成年干一番事业做准备。

尤其是后面这句话，已经成了前辈、师长训导后辈、学生的成语。把它改为“少壮不会学，老大徒伤悲”，是不是篡改了原意？

其实，这里没有否定要努力学习的意思，只是要强调学习方法的重要性。现在，科学技术已经相当先进，知识信息正在迅猛增长，如果还不讲究正确的学习方法，我们就无法

使学习成功。

联合国教科文组织曾经预言：“未来的文盲不再是不识字的人，而是没有学会怎样学习的人”。这不是危言耸听，而是科学正确的预言。你们这些在校学生，还无法预见将来所面临的社会，已有的知识、技术，很可能成为过时的东西，将有很多新知识、新技术需要你们从头学起。看看这些年你们周围的一些变化，会帮助我们更深刻地认识这一点：

你的父辈可能是一位工程技术人员，他们在学校里曾学过用计算尺做复杂的计算，那是一种带有滑尺、利用对数进行计算的工具。五、六十年代，几乎每位工程技术人员都会拉计算尺。现在，只能在博物馆去寻找这种工具了。小巧轻便的多功能电子计算器早已代替了它。会学习的人，很快就掌握了它，不会学习的人，只会用它做些简单的加减乘除，遇到稍微复杂的运算就不知所措。

你的父辈也许是作家、记者或者管理人员，他们对于查阅报刊资料、翻阅书籍、摘记卡片一定比较熟悉。然而，现在他们已经感到力不从心。不单是因为年龄大，主要是资料越来越多，信息量越来越大，要想迅速捕捉到所需要的最及时的信息，真好象大海捞针，非常困难。特别是如何利用现代化的信息手段：电子计算机、电子通讯、信息处理技术等，他们常感到怵头。单凭原来在学校学习的那些知识，已远不能胜任自己的工作。

再来看看我们的日常生活：前些年非常盛行的电子管收音机对你们来说都是陌生的字眼。你们的父辈年少时热衷于摆弄的矿石收音机早已不见踪影。若有机会见到过去使用的那种录音机，你一定会嘲笑它那傻大笨粗的模样。现在展示

在你面前的是各式各样的组合音响、双卡立体声收录机……洗衣机、彩电、电冰箱已走进你们的家庭。你们的父母在你们这么大时，只能在科幻小说中听到这些名词。时间仅仅过了20多年，就发生了这么巨大的变化。等到你们长大后，又将会遇到多少新鲜事？肯定将有很多东西要从头学起。

如若你从小就能掌握正确的学习方法，任凭科技水平怎样提高，到时你都能很快学会新知识、新技术，提出新的发明创造；然而，你若不会学习，面对迅速变化的外部世界，你就无法适应、一事无成，那将会多么困难、多么难堪、多么伤悲！

你能说学习方法不重要吗？

你若是一名小学生，可能已经习惯了老师手把手地教你写字、计算、朗读、唱歌……然而却没有养成良好的学习习惯，当你升入中学，学习科目越来越多、内容越来越深，可老师已不能整天伴随着你，你就会感到不知所措，甚至会远远落在同学的后面。

你也许是一名中学生，已经习惯于在教师的指挥棒下进行学习，而缺乏积极主动的学习能力，当你升入高等学校，面临学习主要靠自己的新环境你就会茫然无法适应，而对浩瀚的学海，你只能望洋兴叹，而无法驾驭学习的小舟，到达胜利的彼岸……

现在，你们坐在明亮的教室里，有教师跟在你们身边，他们可以随时解答你们不懂的问题。将来，你们走向社会参加了工作，要学习新知识，哪里去找学校这样好的条件，好多东西都要靠自己去寻找、去学习、去摸索，真正需要的是“无师”自通的本领。

真要具备了“无师”自通的本领有多好！面对未来，你们将什么也不怕。

可是，没有老师教，你们能学会新知识吗？

○ “无师”可以自通

老师是塑造人类灵魂的工程师，是给我们传播文化知识的再生父母，没有老师的辛勤培养，我们谁也别想成为合格的接班人。

现在，却说没有老师可以学会知识，这不是贬低老师的作用吗？

这里丝毫没有贬低教师作用的意思，只是要强调学生自身在学习过程中的重要性，是要帮助大家树立这样的信念：自己是学习的主人，社会主义建设所需要的科学技术知识，一定能依靠我们自己的努力学会。

同时，也应看到，随着科学技术的发展，教学手段的现代化，没有教师的直接面授，照样是会学到知识和本领的。

联合国教科文组织在研究 21 世纪教育时就指出：“由于教育技术的进步，即使一个文盲现在也可能成为一个终身学习者。”

其实，就是在过去教育条件落后的条件下，已有不少名人志士靠着顽强的自学而成才，以至做出了卓越的贡献。

无产阶级的大文学家高尔基、中国的保尔——吴运铎、小长工出身的解放军作家高玉宝……他们都没有条件进专门的学校学习，而是在社会的大课堂里、在革命的熔炉中顽强自学、不断提高，写了象《童年》、《我的大学》、《把一切献给