

一个CEO给青少年的最有效学习方法

千百万青少年受益终身的自我励志读本

— 青少年励志教育第一品牌 —

# 你在 为谁读书

尚 阳◎著

第三季

最有效学习方法

ZUIYOUXIAO DE XUEXIFANGFA

NIZAI WEISHUI DUSHU

亲爱的读者朋友，你一定不能忽略学习方法的重要性！时光易逝，少年不返。下苦功掌握有效的学习方法，你不仅会事半功倍，还将受益终身！

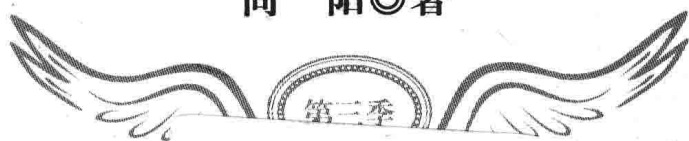


长江出版传媒  
长江文艺出版社

# 你在 为谁读书

NIZAI WEISHUI DUSHU

尚 阳◎著



最有价值的学习方法



长江出版传媒

长江文艺出版社

新出图证(鄂)字03号

图书在版编目(CIP)数据

你在为谁读书(第三季):最有效的方法/尚阳著

武汉:长江文艺出版社,2012.8

ISBN 978-7-5354-5811-7

I.你… II.尚… III.①学习方法—青年读物②学习方法—少年读物 IV.G791-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第073878号

选题策划:尹志勇

责任编辑:何海李潇

封面设计:异一设计

责任校对:陈琪

责任印制:左怡邱莉

出版:

 长江出版传媒



长江文艺出版社

地址:武汉市雄楚大街268号

邮编:430070

发行:长江文艺出版社

电话:027-87679360

<http://www.cjlap.com>

印刷:荆州市翔羚印刷有限公司

开本:640毫米×960毫米 1/16

印张:18.75

版次:2012年8月第1版

2012年8月第1次印刷

字数:244千字

定价:24.00元

版权所有,盗版必究(举报电话:027-87679308 87679310)

(图书出现印装问题,本社负责调换)

# 序

前不久应《课堂内外》杂志社的邀请，我在重庆做了三场题为《如何才能读好书——成就最好的自己》的演讲，反响很强烈，课后许多家长、同学排着长队向我这位所谓的教育专家请教解疑。

我主要是从事企业管理咨询工作的，五年前，在一次教育儿子的时候，偶然想到了将自己的企业管理研究成果之一——《品格第一——提升员工执行力的九项修炼》用书信体的文学形式改写为青少年励志读本——《你在为谁读书（第一季）：一位 CEO 给青少年的礼物》，目的是为了能够更好地帮助广大青少年朋友们学习、成长。没料想，该书出版后得到了广大读者的喜爱和好评，被评为 2008 年中国十大青少年励志畅销书，并获得了浙江省社会科学进步奖。

《你在为谁读书（第一季）》，是以杨略、余振等中学生的故事为主线，针对他们身上存在的品行、个性、习惯的缺陷，通过神秘的来信，从目标、坚持、惰性、网迷、爱心、自信、热情、善良、沟通、早恋、卓越十一个方面进行深入浅出、深刻有趣的剖析和教诲。

去年又出版了续集《你在为谁读书（第二季）：成就最好的自己》，以杨略、陈之浩等中学生的故事为主线，通过本书独创的“心灵探测仪”的测试，发现了他们五个人的智能特长和性格缺陷。每当他们遇到学习、生活上困难不知所措的时候，一封封“心仪”的来信，不断鼓励他们战胜困难，克服学习问题和性格缺陷，帮助他们变苦读为乐读，成就最好的自己。

在与读者的沟通交流中得知，青少年的成长不是基础品格的修养

问题,更重要的是核心潜能和主要短板的发现和改造,还有更普遍的需求是如何提升学习成绩。

《你在为谁读书(第一季)》,解决的是品格修养问题;《你在为谁读书(第二季)》,解决的是潜能与短板的问题;今年我又研究完成了《你在为谁读书(第三季):最有效的学习方法》。计划明后年,还会有更多的研究成果陆续奉献给亲爱的读者。

本书《你在为谁读书(第三季):最有效的学习方法》,分别以七位中学生的学习故事为主轴,通过七位家长交叉辅导、教育,以各种不同的通信手段,将学习方法以寓教于乐,孩子们喜闻乐见的方式传授给了他们,让他们在各自的学业上有了显著的进步和提高。

读书、学习是有方法的。《你在为谁读书(第三季)》的主题是方法篇,主要通过不同类型的“问题同学”如何通过有效的引导,改变了学习态度,提升了学习兴趣,掌握了学习方法,最终找到了适合自己的有效学习路径,使之改“苦读”为“乐读”,变“死学”为“活用”,在快乐的学习过程中得到了有效的进步,这就是本书的核心——“3+1”学习方法。

“3+1”学习方法不同于以往其他常见的一般学习方法,它比一般的方法更高、更宽、更有目的性和系统性,它是学习方法的系统论。“3”是基础学习方法,是显性的知识、经验和方法,是三维立体的基础方法,是对学习方法理性、外在的掌握与运用。“1”是因地、因时、因人而异的有机重组,是隐性的知识、经验和方法,是三维之外、四维空间的方法,是对学习方法的本质把握感悟和灵性运用。

本书的主要研究成果有:

“3+1”学习检测法,是用来检测学习效率不高的问题出在哪里。只要我们找到了短板就可以对症下药了。

“3+1”系统学习方法:基础知识要认真学好;锁定关键的知识点;以点连线,以线连面;知行合一,活学活用。

“3+1”系统记忆法,可以帮助你提高记忆力。记忆是学习的基础和母体。特别是应试教育,记忆是最重要、有效的学习方法。很多同学对学习没有兴趣,主要是因为记忆不得法,学了忘,忘了再学,越学越没意思,最后轻易给自己下定义——我笨,我不是学习的料!自动放弃,未战先败。

“3+1”学习钻研法,介绍了如何有效培养和提升钻研能力。钻研能力是学习的核心能力之一,没有钻研能力的人,最多只能学个皮毛,是不可能取得优异成绩的。钻研能力是可以培养的,其中“闭着眼睛用心灵往前走半步”——心神合一训练法,教你如何高度集中注意力、如何调动自己的潜意识,如何开启自己的智慧之门。

亲爱的读者,你一定不能忽略学习方法的重要性!否则会事倍功半,时光易逝,少年不返。一定要下苦功掌握“3+1学习方法”,会让你事半功倍,不仅可以“赢在起跑线上”,还可以受益终身!

本书得以顺利完成,我要衷心感谢我的学生高大伟,因为他的辛勤劳动、优美文笔,为本书增添了生动的典型人物和校园故事;我还要感谢基础知识辅导部分的编写老师,因为他的努力才使得本书的知识辅导内容更贴近中学生的需求;要感谢我的儿子尚策和志洲,他们与我一起探讨、总结出了“3+1”学习方法;我还要感谢长江文艺出版社编辑的大力支持和配合,本书才得以最快的时间与亲爱的读者见面。

最后,衷心希望各位读者朋友能从书中有所收获。

尚 阳

2011年2月19日于杭州西港新界

# 目录 CONTENTS

你在为谁读书(第三季)

序.....	1
开 篇 神秘组织成立.....	1
第一章 黛玉的通关天书——如何学好数学.....	7
一 数学有一种惊人之美.....	8
爱上数学	
小书记:数学天才高斯	
二 数学是一门世界语言.....	18
思维风暴改变你的大脑	
公式:自己推导,才能灵活运用	
小书记:哥德巴赫猜想	
三 学会给自己答案.....	26
多做题,才能“见多识广”	
小书记:阿拉伯数字	
四 理解才有好记性.....	38
$ax+bx-c>0$ ——巧妙记忆	
小书记:古代印度的数学文明	
五 口诀到心是高手.....	45
初中数学学习口诀	
小书记:几何的由来	
六 数学的根本是计算.....	51
QQ 题:雏菊螺线 六边数字 中字变方	
心算,让数学变简单	
QQ 题答案	

<b>第二章 数学天才的“之乎者也”——充满乐趣的语文学习</b>	59
一 舌战:和“中国通”比双语	60
小书记:超前作家凡尔纳	
二 语文:你的“人生魔杖”	68
横看成岭侧成峰:学会给作文立意	
妙手偶得好文章:给内容添新意	
小书记:勤奋作家巴尔扎克	
三 阅读:解放你的灵魂	82
小书记:“苛刻”作家巴金	
四 军规:妙笔生花 18 条	89
QQ 题:长联句读 连环诗篇 巧组成语 一笔新字	
五 读库:会读而后能写	98
附:林语堂谈读书	
QQ 题答案	
<b>第三章 国画家的国际路——讲规律的英语学习</b>	113
一 给苹果和 Apple 搭座桥	114
英语哪有那么难	
小书记:季小军——我的央视不是梦	
小书记:张璐——温总理身边的美女翻译	
二 单词与我心相印	121
三 请用英语跟我谈国画	129
与语法化干戈为玉帛	
四 “一站式”搞定听说读写	139
“听”“说”从来都是一家子	
“读”与“写”,交心之后是好友	
小书记:PROVERB——谚语	
QQ 题:头脑风暴 英文绕口令 我来做翻译	
五 在不同的跑道上起飞	153
QQ 题答案	



<b>第四章 科学怪人引发的大事件——行知合一的理综合</b>	157
一 “大爆炸”提炼思维纯度	158
逻辑思维——解决理科的“主要矛盾”	
小书记:色盲症的发现者	
二 “丁丁”工厂的秘密启动	169
态度决定一切	
小书记:意外的发明	
三 打磨好理科学习工具	176
小书记:伟大的药品——青霉素	
四 机器人的短板在数学	184
用实践出真知	
小书记:电磁感性定律	
QQ 题:圣火采集 认识水 魔力舞台	
五 用进废退的研发才能	195
小书记:农妇与科学家的“合作”	
QQ 题答案	
<b>第五章 蛋白质女孩的明星成绩单——文综合造就由内而外的美丽</b>	207
一 学习的材料长啥样儿	208
历史是个什么玩意儿	
小书记:史上最委屈的太史公司马迁	
二 文综是不是你的王牌	216
串起历史项链	
地理只当旧相识	
小书记:司马光与《资治通鉴》	
三 好记性不如烂笔头	226
记忆是智慧之母	
小书记:金字塔之谜	
QQ 题:文字功夫 学习与生活 活学活用	

四	一个人至少有一种天分.....	235
	文学与历史是一对孪生姐妹	
五	联通你的思维导图.....	240
	指点江山,激扬豪情	
	第56号教室的奇迹	
	小书记:赵汴妙计救粮灾	
	QQ 题答案	
第六章	小冤家的悠长假期——神奇的应试方法.....	251
一	考试不是学习的痛.....	252
二	难题只是小云豹.....	262
	未雨绸缪方能百战百胜	
三	调出五分好味道.....	266
	考场四项原则	
四	抬头看路,低头拉车.....	271
	QQ 题:答好阅读分析题 如何评价诗歌 挑战逻辑思维	
五	好心态才有好未来.....	276
	QQ 题答案	
尾 声	一位陌生学长的来信——关于“3+1”学习方法 ..	279
	“3+1”学习检测法	
	“3+1”系统学习法	
	“3+1”系统记忆法	
	“3+1”学习钻研法	

## 开篇 神秘组织成立

梅雨过后紧接着的就是三个艳阳天，使滨海市今天的气温从 20 多度一下子蹿升到了 36 度。今天虽然是星期天，但是湿闷、燥热的天气中夹杂着大城市里特有的那种喧嚣，还是让每个人的心里平白无故地添加了几分焦虑和无奈。

尽管每次家长会时，校长在广播里大同小异的讲话，几乎总能使某些人不停地打着哈欠，不过大多数家长们还是竖起了自己的耳朵，听得相当仔细，生怕漏掉了一个字。他们无非希望能够比别人更多地捕捉到某些所谓的“内部消息”。似乎人在社会上闯荡久了，就会认为别人所说的每句话甚至每个字的背后都隐藏着别的什么含义，而且这就像是理所当然的事情一样，何况家长会上所涉及到的内容都无一例外地关系到了自己的子女，在这方面任何玩笑可都是开不得的！

其实家长们最关心的还是班主任的说法，毕竟现在的孩子们和老师相处的时间比和父母在一起的时间要长得多。关于孩子们平时在学习生活中的很多事情，身为家长也许反而会不甚了了。可是，孩子们学习成绩的好坏往往成为父母们最关心的问题，所以在这个不能输在起跑线的独生子女时代，殚精竭虑、惴惴不安的人，永远是那些“可怜”的家长们，相比之下孩子们倒是轻松幸福了很多。

家长会似乎永远是在运行固定程序、套路一般：校长的广播讲话，班主任的总结学期工作，期末考试成绩的公布，然后再公开表扬、奖励某些同学，叮嘱家长们注意假期中学生的功课、安全等等事宜。至于某些“个别学生”的父母们当然会被班主任在会后留下来“开小

灶”——这种单独谈话，也是被留下来的家长们最关心的事情。

黑板上方悬挂着的时钟已经指向了晚上七点半，身体和精神上的双重压力考验教室里的每个人。

“在座各位望子成龙的心情我非常理解，不过由于时间关系，今天和每位家长的交流就到此结束了。可能再次见到大家的时候就是在初三的家长会上。我会和各位继续保持联络，如果有什么问题的话也欢迎你们和我随时沟通，谢谢大家。”

初二（3）班的班主任刘老师的话音还未落下，就有二十多个家长迫不及待地一拥而上，抢上前去将她团团围住。

“刘老师，我儿子比期中考试时名次落后不少，您看这可怎么办？”

“麻烦刘老师多费费心，我家孩子实在是太调皮！”

.....

家长们你一句我一句地说个不停，每个人都想和老师深入探讨自家孩子的学习情况，虽然刘老师之前有一定的心理准备，不过面对情绪“激动”的家长们她还是颇有些应接不暇。

“刘老师，我太太已经订好酒店了，希望您和您先生明天晚上肯赏光，一起吃个便饭如何？”一个身材修长、戴着眼镜，看上去很有书卷气的人，好像费了很大的力气才从人群中挤了过来。

尽管带班已经一年多了，刘老师还是觉得说话的人略有些陌生，顿了一下才想起来，忙说：“哦？您是林晓梅的爸爸吧？您好！您好！”

“呵呵，唉！出版社的工作忙、应酬多，平时都是孩子她妈妈来的，今天刚好有时间，就……”诚惶诚恐的林爸爸脸上还略带着些许期盼地看着刘老师。

“您的好意我心领了，不过实在是不好意思，我明天有事要办，还是谢谢您了！时间不早了，各位也该早点回去，多陪陪孩子了！我现在还要找校长谈些事情。”

“那既然刘老师的事情多……不过没关系，机会还多，咱们改天、改天……”林爸爸涨红的脸上有些尴尬，尽管心有不甘，但是既然刘老师没时间，他也就不好意思再继续纠缠下去。

不一会儿，刘老师的背影在走廊的转角处便消失了，大多数家长也就随即陆陆续续地散了去。

按照常理，每次家长会后，回到家的“问题学生”们普遍会面临着一场暴风雨般的“革命洗礼”。不过初二（3）班有七位家长今天却似乎有些不同往常，并没有急于回家各自向孩子们阐述“成绩问题”的严重性与紧迫性，这些人反而留在了教室里，相互之间就孩子的“学业”热烈地讨论起来了。

“我家晓梅真是让我为难啊，整天不是张爱玲、席慕蓉，就是学人家写博客，功课落下那么多，这次因数学成绩太差被刘老师点名了，我……”林爸爸一脸的无奈。

“晓梅多乖啊！作文写得好全校都知道，看看我们家那个，整天鼓捣那些发明创造，不是放烟，就是点火，每门成绩亮红灯。说还不听，满嘴歪理，我头大得要命！”每次一提到丁晓磊，丁妈妈就气不打一处来。

“成绩要一点一点提高，急也没有用，终归要想个好办法才是！”许久没有开口的郭爷爷，一句话就说到了问题的本质。

“郭老有什么好点子？”赵玲玲的爸爸问道。

“具体的，我也不晓得，还是搞教育的人最清楚，是不是啊？”郭爷爷把头转向了做过大学物理老师的罗奶奶。

“是啊！罗奶奶您有什么好办法？”被数学天才陈超润的“偏科”问题一直困扰着的陈先生略显焦急地说道。

“听大家聊了这么久，我也基本了解了个大概。其实，我们换个角度想，也许事情就简单了。”罗奶奶顿了顿，接着道，“每个孩子既有问题，也有特长。相对而言，作为家长，我们每个人也算是身怀‘绝技’，我们为什么不成立一个学习互助小组呢？”

“还是罗奶奶说得很对，我刚才怎么没想到！不过最好还是不要直接告诉他们好，不然孩子心里会有压力的。”为人朴素、老实的袁爸爸作为滨海市动物植物园的管理员，有些时候确实是不太擅长如何与“人类”做沟通。

“好，那我就来做学习互助小组的工作计划。”不愧是做企业咨询工作的赵爸爸，当大家还在热烈讨论的时候，已经拟好了一页简要的

说明，递给众人传阅：

“1号”丁夫人，滨海市人民医院主任医师，擅长心理、身体健康管理。

“2号”赵爸爸，一家知名企业管理咨询公司的总裁兼咨询师，擅长分析、研究，英语、日语极佳。

“3号”罗奶奶，原大学物理教师，擅长物理、化学、机械等科目。

“4号”陈先生，园林设计院设计师、滨海市艺术家联合会副秘书长，擅长绘画、美术，英语水平非常高，而且有很多“国际上”的朋友。

“5号”郭爷爷，退休前是矿业高级工程师，擅长数学、物理、地理、工程建设等。

“6号”林爸爸，出版社编辑，擅长文学，精通写作，文科知识非常丰富。

“7号”袁爸爸，滨海市动物植物园的动物管理员兼杂工，动手操作技能不凡。

大家一致同意，选举擅长组织管理的林爸爸作为小组的组长，而“2号”赵爸爸作为副组长和“军师”协助大家展开工作，每个人都在计划书上留下了自己的联系方式。

“各位叔叔阿姨还没回去啊？我是我们学校学生会高中部的杨略。”一个男孩的头从教室的门口探了进来。

七位家长这才意识到时间有些晚了。

“我们马上就走！”林爸爸说。

“没关系的，只是请你们离开的时候要将门窗锁好，灯关掉。”

“你看这孩子可比我家赵阔细心多了！”赵爸爸不由得又是一句感慨。

杨略不好意思地笑了笑，说：“你们刚才的谈话我不小心听到了一些，有个建议不知道是否合适？”杨略本来是要转身离去的，却又转身回来说道：“各位可以尝试一下用孩子们最乐于接受的沟通方式采取引导式教育，可能问题沟通、解决起来就容易一些。”

“还是孩子们相互之间最了解！”罗奶奶善意地点了点头。

“也许，我也可以帮上些小忙呢！”杨略觉得帮助学弟学妹也是自己的责任。杨略其实知道这里面的秘密和故事。自从他接受过神秘来信的帮助后，他认为自己在适当的时候也应该去帮助别人，将这份人与人之间的善意传递下去！

“那真是太好了！”赵爸爸和林爸爸一样，恨不得把全天下孩子们的优点全都安置在自家女儿的身上。

“这是我的联系方式，有事情可以找我。”杨略将自己的联系方式很认真地写在纸上。

夜幕下，滨海市第七中学的校园里依旧显得一片静谧、美丽，除了学校的行政楼外，便只有初二（3）班的教室亮着灯光，还不时传出隐隐约约的交谈声。

一场帮助孩子们读书、学习的活动就这样在一次普通的家长会后，悄无声息地展开了。

家长们合计了一下，决定给每个孩子发一封信，首先谈谈一些基础的学习方法。这样可以让他们从一开始就不要因为刻意追求一些学习方法而忽视了课本的学习。否则就是舍本逐末，得不偿失，到头来还是不能取得好成绩。

信的内容大致如下：

亲爱的同学：

我知道你现在已经让你的QQ上线了，所以我发了封信在你QQ邮箱，请查收。需要说明的是：这封信将是教你获得最有效学习方法的开始和节奏，请你保持耐心认真阅读后面的内容。

今天就先发给你这个信息，以后我会在合适的时间与你进行在线交流，并发给你一些相关学科的基础学习方法，请你务必经常查看一下你的邮箱。今天就谈到这里吧。请你认真阅读，好好思考发到你邮箱里的内容，争取能在学习中运用并重视这些方法。

祝你成功！

你

——你的大朋友

这封信同时在七个同学的 QQ 邮箱里出现。这让他们感到不可思议，同时也产生了极大的好奇：这封神秘的来信是谁写的呢？这是一个疑问！





## 第一章

# 黛玉的通关天书

## ——如何学好数学

数学之所以比其他科学受到尊重，一个理由是因为它的命题是绝对可靠和无可争辩的，而其他的科学经常处于被新发现的事实推翻的危险……数学之所以有高声誉，另一个理由就是数学使得自然科学实现定理化，给予自然科学某种程度的可靠性。

——爱因斯坦