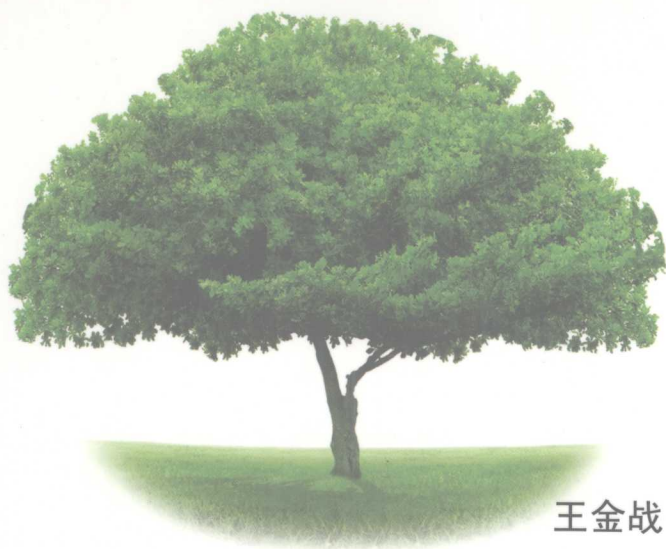


●中国式教育的典范之作●



王金战 ◎ 著

王金战育才方案

学习哪有那么难

一位超级教师的育才奇迹，他的方法竟如此简单！

他带的一个班中有**37人**被**北大、清华**录取
另有10人被**牛津、剑桥、耶鲁**等世界名校录取
他带的一个复读班，**83个**复读生**100%**考上大学
他的同名讲座在**山东教育卫视**等多家电视台轮番热播



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS



随书附赠光盘

王金战◎著

王金战育才方案

学习哪有那么难



NLIC2970426903



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

王金战育才方案: 学习哪有那么难/王金战著. —北京: 北京大学出版社, 2009. 5

(名家论坛)

ISBN 978-7-301-15137-2

I. 王… II. 王… III. 学习方法 IV. G791

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 053310 号

书 名: 王金战育才方案——学习哪有那么难

著作责任者: 王金战 著

责任编辑: 于海岩 袁 博

标准书号: ISBN 978-7-301-15137-2/G · 2596

出版发行: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区中关村成府路 205 号 100871

网 址: <http://www.pup.cn>

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672

编辑部 82893506 出版部 62754962

电子邮箱: tbcbooks@vip.163.com

印 刷 者: 北京楠萍印刷有限公司

经 销 者: 新华书店

787 毫米 × 1092 毫米 16 开本 13.5 印张 165 千字

2009 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

定 价: 28.00 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有, 侵权必究

举报电话: 010-62752024; 电子邮箱: fd@pup.pku.edu.cn

《名家论坛》是山东教育电视台 2002 年推出的大型教育培训栏目,开播以来,先后有几十位国内外的学界精英登台演讲,他们渊博的学识、独到的眼光、睿智的见解、敏锐的思维、深入浅出的表达形式、引人深思的深厚学理、催人奋进的人生智慧,使《名家论坛》成为思想者的殿堂、管理者的精神家园,赢得了广大观众的欢迎和好评。

追求精品,打造品牌栏目,一直是我们努力的目标,《名家论坛》能为广大的观众,提供各领域的前沿理论、先进经验,这是我们媒体的责任,也是我们的荣幸。

回首《名家论坛》数年来的风雨历程,期间的坚持与努力、执著与求索,是一件很不容易的事情,没有相当的信心和定力,没有各方面的支持,是断难坚持下来的。而今天得到广大观众的认可,而且青睐有加,要求将专家的讲稿结集出版,是我们推出《名家论坛》系列丛书的缘由所在,可以说这是意外的收获,也是我们当初所不敢奢望的。

电视有媒体的魅力,出版有书籍的芬芳。满足观众不同的需求,就是我们的动力和责任。也希望大家在观看我们栏目的同时,多读书,读好书。



最后,借此小序,请允许我代表山东教育电视台的同仁,向一直以来关心和支持我们的电视观众、读者朋友表示感谢,同时感谢我们《名家论坛》的各位专家学者,感谢我们的合作伙伴北京大学出版社博雅光华公司、北京时代光华图书有限公司。

山东教育电视台台长

工作快三十年了,其实我只干了一件事,就是帮助学生成功。在帮助不同的学生走向成功的过程中我也逐步体会到,学习其实很简单,只要找到学习的门道,人人都将是潜力无限的天才!

现在,有很多关于我的“神奇传说”,说什么只要高考前被我面对面辅导两小时,就能提高 20 分。听起来似乎有些不可能,但其实这里的道理就是:我通过和学生交谈,找到他的知识盲点,然后加以指点,短时期内提高成绩是有可能的。在这本书里,我就讲到了很多这样的具体方法,以供大家参考。

人们常说,未来的文盲就是那些没有学会怎样学习的人;还说,文盲就是想要学习却不知道学习策略的人。学习这件事,在今天显得越来越重要,但如何才能学好,却困扰了很多学生以及想要帮助学生成长的家长和老师。如果说学习一定有捷径的话,这条捷径就是科学的学习方法。

学习方法没有最好的,只有最适用的,最适合自己的就是最好的。世上并没有一种“放之四海而皆准”的方法,但学习中确实有一些具有共性、规律性和策略性的东西是我们应该去认识和把握的,抓住了



这些东西我们就能保证学习的高效率。例如,一个人每天要干很多事情,有时觉得很累,有时却觉得一点不累,其中的道理是看你喜不喜欢这件事。这一点提示我们:要让自己喜欢所学的东西。同样一个内容,理解了再记忆不仅记得快还记得牢,很多数学的公式、定理只要理解了甚至都不用记也忘不了,但如果不理解,死记硬背的效果肯定很不好。这一点提示我们:学习的时候要善于思考联想、类比归纳。本书中将有大量通过多次试验已证明行之有效的做法提供给你,引导你走向事半功倍的学习之路。

在本书中,你还会了解困扰了很多学生的数学究竟该怎么学。其实当你领悟到多种多样的数学之美,感受到数学给你的震撼,你就一定能学好数学,能够陶醉在美中轻松驾驭它。

当你找到了学习的门道,你就会逐步建立自信,从而相信自己是潜力无限的天才!几乎所有学有所成的人都有这样的体会,学习的过程就是一个先苦后甜、苦尽甘来的过程。一个学生如果不想吃苦,就不可能享受到学习的快乐。换句话说,你要享受到学习的快乐,就必须有一个吃苦的前提。就是这么一个简单的道理,却困扰了很多青少年学生。那些厌学的学生,成绩落后的学生,不思进取的学生,大多不是因为学习本身,而是心态没有调整好,或是对学习的认识不够,或是因为厌恶老师、家长导致厌学。翻开本书,大量鲜活的事例将告诉你如何成为心态的主人,如何成为学习的强人。

最后,如果你对本书有什么体会或其他要求,欢迎拨打我的热线电话400-678-3963,或者到我的金战网(www.wangjinzhan.com)里谈天说地,等待着你的消息。

王金战

2009年4月17日

总序	/1
自序	/3
找到学习的门道	/1
人人都能学习好	/3
有自信必然有好结果	/3
兴趣是学习的第一动力	/5
用快乐的心情去学习	/9
别让手机干扰学习	/11
勤动手才能少出错	/13
错题千万别放过	/14
保持好学习的节奏	/15
科学计划要坚持	/16
好习惯是成功的保证	/18
决定学习成绩的三点因素	/18
用高标准要求自己	/21
几种优秀的习惯	/21
养成良好习惯的六个秘诀	/23

- 26/ 好头脑创造好成绩
- 27/ 饥饿伤胃更伤脑
- 27/ 饭后学习毫无效率
- 28/ 污浊的空气更有害
- 28/ 要养成规律的生活习惯
- 29/ 通过锻炼身体来锻炼大脑
- 31/ 保证睡眠质量
- 33/ 拥有好的记忆力才能事半功倍
- 33/ 小小压力提升记忆
- 34/ 心无杂念天地宽
- 35/ 理解的内容才好记
- 37/ 喜欢才能记得快
- 38/ 系统记忆更有效率
- 40/ 听课也要有效率
- 41/ 完成作业是提高听课效率的前提
- 42/ 预习功课才能在听课时有的放矢
- 43/ 老师讲课要留有余地
- 44/ 别让记笔记影响听课的效果
- 45/ 调整好自己的作息时间
- 46/ 听课要紧跟老师的思路
- 46/ 积极思考、大胆发言

数学其实很好学	/47
数学是一个换脑子的学科	/47
数学是一个挑战智慧的学科	/48
数学语言最准确	/50
数学有一种惊人之美	/51
高考考什么	/58
利用考试说明摸清高考内容	/58
“三基四能一创新”和难度分布	/62
为自己设计得分点	/67
用好复习资料	/68
注意知识点交汇处	/68
克服高考前的“高原反应”	/70
影响高考的不良反应	/70
复习越针对越有效	/71
准备万全，考试不难	/78
做好物质准备是考好的前提	/78
做好心理准备才能有好成绩	/80
做好技术准备才能决胜考场	/82
如何看待奥数这件事	/92
14岁之前是智力开发的关键时刻	/93
奥数适合谁来学	/96



- 103/ **每个人都是潜力无限的天才**
- 105/ 有好方法更要有好心态
- 105/ 千万不能输在心态上
- 111/ 好心态使你终生受益
- 116/ 学到尽头方知甜
- 120/ **倒数第一也不可怕**
- 120/ 不要让“学习障碍”毁了孩子
- 122/ 家庭纠纷是学习的绊脚石
- 126/ 学校不应该成为“差生工厂”
- 131/ 让一个差生变好真的很简单
- 136/ **起伏不定的成绩“K线”**
- 136/ 成绩起伏是正常现象
- 139/ 怕输的结果是常输
- 144/ **补足学科的“短板”**
- 144/ 尊其师才能信其道
- 146/ 学生偏科，老师责无旁贷
- 152/ **做合格的优等生**
- 152/ 莫让“聪明”绊住脚
- 154/ 学习不能“小富即安”
- 157/ 好学生更要有好心态

高考冲刺，心态决定成败	/161
自信是成功的第一把钥匙	/161
别让成绩波动摧毁你的信心	/164
抓住一句话的机会	/168
拥有一颗感恩之心	/168
一个眼神胜过一顿批评	/169
关键时刻有一句话就够了	/171
从批评中找到前进的动力	/173
走出孤独的世界	/175
孩子的心为什么离家长越来越远	/175
做孩子最好的朋友	/179
培养发现快乐的心态	/181
贫穷不是平庸的借口	/184
绝不承认自己不行	/185
人穷志不穷	/190
早恋，成长路上的“美丽陷阱”	/192
学习是宁静才能致远的事情	/192
别把安慰当爱情	/195
把美好的感情留到高考后	/197

找到学习的门道

俗话说：“难者不会，会者不难”。学习这件事，如果摸清了其中的规律，其实一点也不难。一旦深入进去，探索其中的奥妙，你甚至会觉得，学习这件事挺好玩的。学习的道路是曲折的，充满了艰辛和汗水，但学习的过程又是美妙的，因为它能令你感到生活的意义和价值。



人人都能学习好

“ 如果一个人在学习的过程中，背负着太多与学习无关的东西，反而会让这个学生垮掉。因为学习本身其实是一件很快乐的事。古人说，书中自有黄金屋，书中自有颜如玉，就是说学习本身可以给人带来一种非常快乐的享受。” 

学习的效率直接决定了学习的结果，所以我们要调动各种积极因素，把我们学习的效率提高。

有自信必然有好结果

有很多实验证明，用同样的时间干同样的事情，有没有信心，差距是很大的。

1992年，山东省搞了一个自下而上的演讲比赛。我当时在沂水一中，学校要求每个教研组出一个节目，结果数学组就把我给选出来了。我一想这个演讲比赛，自己一点优势都没有：第一，我是搞数学的，压根儿就不懂文学；第二，普通话讲得也这么普通。要是跟语文组、历史组、政治组的老师比起来，我只是做个陪衬。但是数学组把任务给了我，我就当个任务来完成，潦潦草草地写了几张纸。工会要求提前把演讲稿交给工会，我因为比较磨蹭，交得最晚。工会主席当时跟我说：“这次比赛，估计第一名非语文组莫属，他们的稿子写得特别好，另外参加演讲的张老师普通话讲得非常纯正。”

工会主席很随意的一句话，不知怎么触动了我哪根神经，我当时就



想：欺负人也没有这样欺负的，演讲比赛还没开始，你就把第一名定了。我原先确实想着糊弄糊弄就得了，但是工会主席说了这句话以后，我必须要把这个第一拿过来。于是我说：“我这个稿子写得太差劲了，影响不好，我带回去再修改修改。”

这个时候再写稿子，就是以拿第一为目标。当时正好是期中考试，我要监考，反正监考也不是个好差事，不能说话，也不能走动，只能傻傻地看着。我正好利用监考的时间，思考怎么写演讲稿，怎么拿第一。本人形象不行，普通话不行，要想拿第一，就得从内容上下工夫。所以在写稿子的时候，就站在这样的高度和立意上来写，没想到越想思路越多。有一句话叫你想打动别人，必须先打动自己。到最后，我自己写的稿子，自己看着，都感动得流眼泪。我想，挺好，估计能拿第一。

但我迟迟不交这个稿子，我怕提前交了，把秘密武器给暴露了。直到比赛的前半天，才把稿子给了工会主席，说：“主席，你现在必须当着我的面把这个稿子看一遍。”

工会主席就拿起我的稿子看，可以说看了第一句他就眼睛发亮，看完以后，眼泪汪汪地看着我，说：“这个第一就是你的了。”

本人非常自豪地笑了一下，信心也有了。到了晚上，一共12个组参加演讲比赛，我是第三个上场，语文组的张老师是第九个上场。当时全校上下都有一种共识，这次来就是看语文组以什么样的作品拿第一的，结果没想到我第三个闪亮登场以后，把大家都弄懵了：怎么突然之间有这么一个大放异彩呢？我的评分出来，去掉的最低分比前边两个人去掉的最高分还要高。大家顿时感觉到有看头了，语文组的竞争对手找到了。听完我的演讲以后，语文组的组长就召集骨干教师出去开会：“咱们语文组要在演讲比赛上败给王金战，就丢人了，咱能不能调整调整思路？”

马上要上场了，再去调整思路，这不是自乱阵脚吗？

不过语文组的稿子写得确实好，普通话又讲得好，我也捏了一把汗。但最后总分一出来，我的分数比语文组高，于是我就夺得演讲比赛的第一名。

这一次使我感觉到，一个人只要有信心，想干成一件事，确实能把自身的潜能挖掘出来。不久之后，我又参加教育局组织的演讲比赛，层层选拔，直到最后拿了全省演讲比赛的一等奖。

像我这样一个普通话讲得实在很普通的人，一个一点儿文艺细胞都没有的人，竟然就凭着一种信念，一路过关斩将，拔得头筹。这件事也使我认识到，一个人非常有信心地去干一件事和非常不在乎，甚至没有信心地去干一件事，效果差距很大。所以我说提高学习效率的第一个问题就是你要自信，你才能够学好。

兴趣是学习的第一动力

有一句话说，兴趣是最好的老师。一个人的兴趣是学习的第一动力。我发现，中小学生对很多学科的兴趣来源于老师。一个学生对老师的印象好了，学习兴趣就来了，拼了命都行。但是一个学生对老师的印象不好，这个学科就不想学了。

正因为现在中小学生在很大程度上不是给自己学，而是给老师学，这个问题就把较大的压力推给了老师。作为一个老师，一定要加强自身的业务修养、职业修养，让自己成为真理的化身，才华横溢，风趣幽默，性格阳光，这样的老师往往给学生带来信心，带来力量，带来兴趣。反之，如果一个老师表现得心态灰暗或者缺乏幽默感，死板、教条，甚至用一些过时的僵化的理念教育面向未来的学生，一般得不到学生的接受，最终影响的是一个班的学生对这个学科的兴趣。