

风靡亚太地区，终结数学恐惧症的学习宝典！
你也能当数学天才，你也能拿数学满分！

千万别恨数学

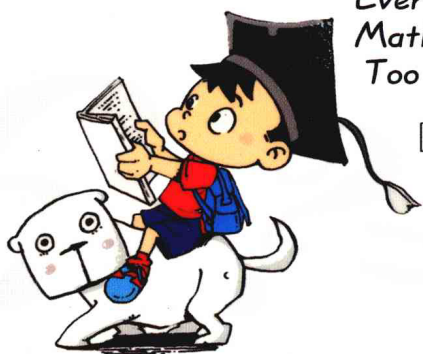
Don't

新版

*Ever Study
Mathematics
Too Much*

[韩] 韩昌洙 ©著

[韩] 李贞娇 ©译



自2003年出版以来，再版11次，销量突破50000册

全国各地中学数学老师一致赞誉，
指定中学数学辅助读物**TOP1**

精妙神秘的5阶段数学学习法，让你从此摆脱数学困境，
和痛苦不堪的题海战术说 **Bye-bye!**

对症下药，有的放矢，充分挖掘你的数学潜力，
让你越学越**high!**
例题求证，表格分析，让你一步到位成为**数学高手!**

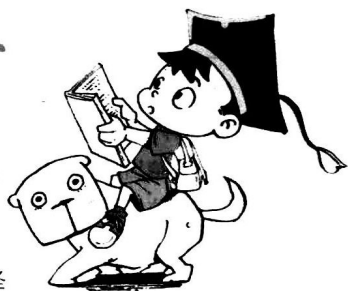


中信出版社
CHINA CITIC PRESS

千万别 恨数学

Don't

*Ever Study
Mathematics
Too Much*



[韩] 韩昌洙 ©著

[韩] 李贞娇 ©译

中信出版社
CHINA CITIC PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

千万别恨数学 / [韩] 韩昌洙著, [韩] 李贞娇译. —北京: 中信出版社, 2008.9

书名原文: Don't Ever Study Mathematics Too Much

ISBN 978-7-5086-1277-5

I. 千… II. ① 韩… ② 李… III. 数学课—学习方法—中学 IV. G634.603

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第122874号

Don't Ever Study Mathematics Too Much by Han Chang Soo

Original Copyright © 2000 by Han Chang Soo

Original Korea edition published by Suktop Publishing Co.

Chinese Translation Copyright © 2008 by China CITIC Press

The Chinese language edition published by arrangement with EYA Beijing Office

ALL RIGHTS RESERVED.

千万别恨数学

QIANWAN BIE HEN SHUXUE

著 者: [韩] 韩昌洙

译 者: [韩] 李贞娇

策 划 者: 中信出版社策划中心

出 版 者: 中信出版股份有限公司 (北京市朝阳区和平街十三区35号楼煤炭大厦 邮编 100013)

经 销 者: 中信联合发行有限公司

承 印 者: 中国农业出版社印刷厂

开 本: 880mm × 1230mm 1/32 印 张: 7.25 字 数: 103千字

版 次: 2008年10月第2版 印 次: 2008年10月第1次印刷

京权图字: 01-2003-5487

书 号: ISBN 978-7-5086-1277-5/G · 294

定 价: 22.00元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

服务热线: 010-84264000

<http://www.publish.citic.com>

服务传真: 010-84264033

E-mail: sales@citicpub.com

author@citicpub.com

卷首语

Don't Ever Study Mathematics Too Much

所有学生和家长都为了数学忧心不已。

不管问谁都束手无策的数学学习！

数学越学越难，越学越吃力。

年级越高，干脆放弃数学的学生也越多。

那些不肯放弃，立志与数学背水一战的人可谓是勇士。

所以就有了一个念头，要写一本对因数学学习而苦恼的人有所裨益的书。

本来只想说几句的东西，竟然渐渐多至编纂成书的地步。

出版前曾让一个高中生先看一下这本书，他熬夜读过后感慨地说：

“简直是在地狱里抓住了菩萨的手。”

闻此言，既喜且惧的心情油然而生。

让不管怎么学也不见起色、题海战术式的错误方法走开，
用越学越容易、终可成正果的方法，重新开始对数学的学习吧。

韩昌洙

2000年于大田市

千·万·别·恨·数·学
Don't Ever Study Mathematics Too Much



译者序

我本人是研究中国学的中文学者，同时也是北京师范大学的应用语言学博士研究生。2001年我在中国内地和台湾翻译出版了《千万别学英语》，从那时起，我开始兼任版权代理和翻译的工作。我向中国介绍了韩国的一些书籍，并将它们翻译出版。在这一过程中，我作为一个韩国人，颇有成就感和自豪感。

《千万别学英语》一书在韩国出版界受到了读者的热烈欢迎，销量达到150万册，因此各式各样的关于学习方法的书籍也如雨后春笋般涌现出来。当然，在《千万别学英语》出版之前，也有一些类似的介绍学习方法的书，但那些书只是介绍一些个人的成功事例，而没有专门将学习方法有体系地整理介绍出来。继《千万别学英语》之后众多介绍学习方法的书藉中，最受读者喜爱的就是这本《千万别恨数学》。

尽管有许多人认为英语是世界通用语言，我却认为只有通过符号沟通的数学才是全世界人民的共同语言。虽然到现在我已经把数学忘得无影无踪，并因此在翻译中遇到了不少困难，但是我上学时和作者韩昌洙老师一样，都因为数学无论何时都

有正确的答案，不管怎样都有解题的方法而被它吸引。每当解答出难题时，那份与众不同的喜悦使我喜欢上了别人厌烦的数学，成绩也相当不错。

是什么促使我向海峡两岸介绍这本书呢？

首先，大部分中学生在数学这副沉重的枷锁下挣扎，他们一提到数学就叹气，全都会抱怨上一两句。我看到这一情况，很想帮他们解开这个心结。

另外，通过分析图书市场我注意到，介绍英语学习方法的书不少，但是关于数学的书大部分却都只是以解题为主的习题集，没有一本像本书这样向读者们介绍能直接运用的、有体系的、行之有效的学习方法。

不管怎么说，如果这本书真的能如我所愿，为饱受数学之苦的读者们带来一线希望，那么我翻译时的压力和疲劳也都会如春雪消融般消失得无影无踪。

最后，我要感谢我亲爱的未婚夫林泰成先生和作者韩昌洙博士，他们在这本书的翻译出版过程中不断给予我热情的鼓励，同时也要感谢细致地帮助我进行翻译的李安钢和李悦同学，另外对于审阅本书的徐立民先生也表示衷心的感谢。

李贞娇

2004年3月14日于北京

前言

这件事发生在我教过的一个讨厌数学的学生身上。那个初中二年级的学生各个方面的学习能力都不怎么好，但更大的问题是他甚至没有一点点的学习欲望。虽然我也曾挖空心思地用尽了各种方法，但他的数学成绩还是没有什么提高。给他布置作业，他也总是找完这个借口找那个，敷衍一番了事，根本就不好好去做，布置10次的话，他能做上3次就不错了。作为老师，我很是头疼。

有一天我趁他解题的时候暂时离开了一下自己的位子，结果回来后发现他根本没在解题，而是在做“黑纸”（纸上写得密密麻麻，弄得跟复写纸一样到处都是黑的）。如果因为个人学习能力的差异而学不好，那我也是可以

理解的，但他在上课的时候竟然当着我的面把我的话当成耳旁风！我禁不住怒气横生。

“喂！‘黑纸’就那么重要吗？内容都没理解就在上面写什么写？……连什么内容都不知道，就知道在那儿做‘黑纸’，这算什么学习！”我吼道。结果，这个学生回答说：

“老师，我不这样写的话得挨打20下，要是写了也就挨打10下。”

这又是什么逻辑，写了也得挨打10下！

“胡扯！写了怎么还得挨打10下？”

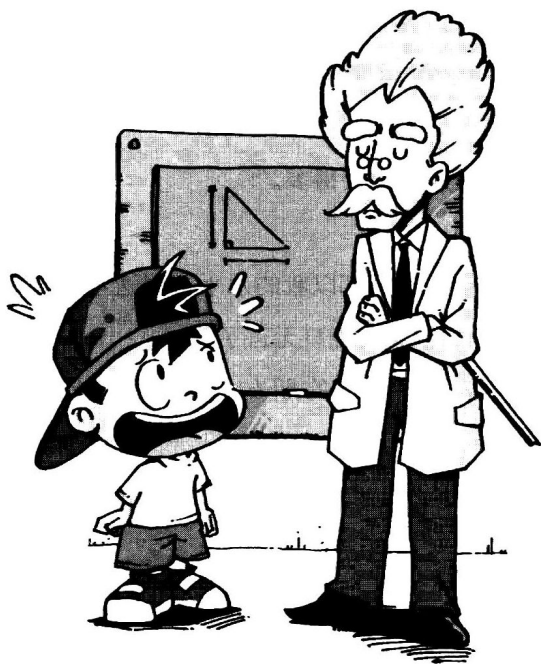
“老师在上课的时候会再让我做这些写过的题，我不会做，当然得挨打。”

真是荒唐的事情。我把授课抛在一边，听那个学生说。

交谈了一会儿方才得知，原来在他居住的城市里，中考竞争非常激烈，要是考不好的话，就只能去竞争不激烈的职高或者离家远的二流学校，所以学校对学生们要求都很严格。他所在的学校也是如此，尤其是数学占总分数的比例很高，所以学校对数学的要求也就更苛刻。

数学课上，老师每次都要把题目当作业布置下去，让他们把解题步骤写成“黑纸”交上来，上课的时候顺便测验一下。而他呢，“黑纸”倒是能交上，题目却不知道怎么做。他在整整一年的时间里几乎每天都得去学校挨10下打。要是连那个“黑

纸”也不做的话，就得挨20下打。他的朋友当中有一个人因为厌恶了这种挨打的生活而离家出走。这样的现实令我很是生气，心里隐隐作痛。



即使不至于到这种地步，数学也绝对是令很多学生耿耿于怀的一个科目。哪怕是现在已经成年了的人，一提到数学就直摇头的也大有人在。看起来，他们也都有那么一两个与数学有关的“不堪回首的记忆”。

难道就没有学好数学的方法吗？

问老师的话，老师会这样回答：

“多做题就是最好的方法。”

介绍数学学习方法的书更煞有介事地说：

“学习的时候要开动脑筋。”

“运算能力一定要好。”

“理解比死记硬背重要得多。”

“务必打好基础。”

但一问道：“是吗？那以我的水平，用这本辅导书，应该怎么去学呢？”他们就立刻哑口无言了。

即使问数学学得不错的朋友，他们也只能支吾出一句：“嗯？好好努力就行了吧！”话倒是没错，但这个回答对现实却一点儿帮助也没有。在我们这个以考试为评价尺度的现实中，这样的回答能有什么作用呢？

在长期对学生进行单独辅导的过程中，我一直在努力寻求这些问题的答案。刚开始，我按照初、高中时学习的方式去教他们，结果失败了。于是我就对学习产生了兴趣，通过回忆当初我自己的学习方法，留心观察我教的学生们，以及多次的实践，渐渐地，我终于发现了一套学习数学行之有效的方法。此后我教的每个学生成绩都有了很大提高，实力迅速提升。我对这个方法进行研究的同时，也在教授学生的过程中不断加以

完善。这个方法在很多学生身上都取得了良好的效果。



我所说的学习方法是指利用每个人手头上都有的教材（如教科书、辅导书、习题集）将数学实力提高一个层次的方法。

在高中的时候，我曾经把人手一本的数学辅导书反复学习了5遍，即便如此，仍像中了魔法一般，数学题看了又看结果还是糊里糊涂。

如果那时候就知道这种方法的话，恐怕就不会觉得数学那么难了。数学搞定了，也就能在其他科目上投入更多的时间了。不管是什么辅导书，只需学习两遍就能完全掌握；不管遇到什么题目，都能从容地解答出来。只要各位按照我说的学习方法去学习，具备这样的实力是指日可待的事情。

我在这本书里介绍了通过很多学生的失败和成功总结出来的

宝贵经验，并以这些经验为基础，有针对性地进行了分类整理。

这本书清晰地指明了把数学成绩从班级垫底提高到上游生水平的捷径，只要照着去做，成绩一定会有显著提高的。

现在该轮到大家下一个小小的决心去尝试一下了！

卷首语	VII
译者序	IX
前 言	XI

① 数学，越学越糟糕的原因

根基不实	3
贪多嚼不烂	7
不加整理	11
毫无计划	13
慢吞吞、准确性差	16

② 分阶段跟上数学

第一阶段

了解你自己——追根究底学习法

SK逃脱下游生行列	30
该怎样追根究底?	36
一口气追根究底	45
花絮1：童年的回忆	50





目录

第二阶段

跳过难题快速学一遍——骨架学习法

背诵令两个学生一喜一悲	56
骨架内容该如何筛选?	60
4个月内高考成绩提高20分的故事	65
骨架题该如何学习?	67
小习惯系列1: 无法理解题意	76
小习惯系列2: 学习的终点是检查	81
花絮2: 化侮辱为动力	84

第三阶段

听说了没有——表格学习法

面包与数学分数	89
必修类型题是什么?	92
必修类型题该这样来解	98
数学, 我一个人也能行喽!	102
为什么要进行“表格式学习”?	107
怎样制作表格?	112
灵活运用多种表格	121

目录

小习惯系列3：题目再怎么做的也 还是不会	131
小习惯系列4：一定要验算	136
花絮3：数学是要自己来做的	142

第四阶段

赶快克服你的弱点吧——弱点追踪学习法 “就业班”的传奇英雄	147
弱点，该怎样追根究底？	150
小习惯系列5：图与方程式， $1+1=3$...	159
花絮4：90分与100分是不同的	164

第五阶段

真的到开动脑筋的时候了——习题集学习法 失败与成功，两个故事	168
该用什么样的习题集，该怎样去 解题？	172
小习惯系列6：学习时间相同，水平却不 同的原因	180



小习惯系列7：共同解题法中一定有什么东西！	184
花絮5：牢牢占据第一名宝座的故事	188

③ 数学和学习习惯

不良的学习习惯，一定要纠正	194
绝不可能成功的三种情况	196
解题过慢有害	198
如果连自己的字迹都认不出来，一定会答错	204
复杂的题目，可以这样变简单	206
鼓励出成绩	211
后记	213

