

北大清华 高效学习丛书

QINGHUAGAOXIAOXUEXIFA

# 清华高效 学习法

肖卫/主编

内蒙古文化出版社

北大清华高效学习丛书

# 清华高效学习法

肖卫 主编

内蒙古文化出版社

QINGHUAGAOXIAOXUEXIFA

# 清华高效 学习法

肖卫/主编

内蒙古文化出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

清华高效学习法/肖卫主编. —海拉尔:内蒙古文化出版社, 2001. 12

(北大清华高效学习丛书; 3)

ISBN 7-80675-045-2

I. 清.. II. 肖.. III. 学习方法

IV. G791

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 089456 号

北大清华高效学习丛书(1-5)

## 清华高效学习法

肖卫 主编

---

出版发行	内蒙古文化出版社 (海拉尔市河东新春路 08 号)
经 销	新华书店
印刷装订	北京市通州京华印刷制版厂
责任编辑	铁 山
封面设计	缪 萌
开 本	850×1168 毫米 1/32
印 张	55 字数 1250 千
	2001 年 12 月第 1 版
	2002 年 1 月第 1 次印刷
	印数 1-10000 套

---

ISBN 7-80675-045-2/G·014

全套五册定价:80.00 元

# 序一

## 寄语千千万万的中学生

对于现在的每一位中学生来说,搞好成绩,考上一所理想的大学,几乎是整个中学时代最强烈的愿望。于是,为了实现这一目标,不知花了多少时间和精力扑在学习上,惟一的目的就是使自己的成绩更优秀。

学习和做别的事情一样,都是有方法可通的,方法正确,学习起来就轻松,有效率;如果方法不对劲,学习起来就会很费劲,成绩也上不来。那么,学习方法从何而来呢?事实上,只要是善于学习的人,总是善于寻找学习方法的。一般来说,学习的方法无不出自以下几种情况:1. 依靠自己的经验总结;2. 借鉴别的成绩优秀者的经验;3. 从老师那儿获得;4. 通过书籍或杂志的介绍获得。可见,在学习的时候,我们不光要多钻研,更要学会从别的地方寻找方法,突破学习的困境。

为了使广大的中学生能够获得好成绩,考上理想的学校。我们根据北大清华学子们的成功经验编写了这一套北大清华高效学习丛书,本丛书共五本,分别为《北大高效学习法》、《北大高考成功学》、《清华高效学习法》、《清华高考成功学》、《跟北大才子学作文》。

**《北大高效学习法》** 本书介绍了近年考进北大的学子们的学习之道,通过研究这些才子们的成功经验,从中总结出了一套完整而详细的北大高效学习法。相信本书会对无数的高考学生

会有极大的帮助。每一位考进北大的学子都曾是高中时代的佼佼者,他们的读书方法使自己走向了成功,相信也能引导你走向成功。

**《清华高效学习法》** 本书介绍了近年来考进清华的才子们的学习之道,作者根据这些学子的成功经验,总结出了一套十分有益于高中同学们的系统的成功学习法。无数的清华学子利用本套成功学习法取得了卓越的成绩。

**《北大高考成功学》** 本书介绍了近年来考进北大的学子们的考试成功之道,高考不仅仅是对一个人知识的检验,更是一个人的整体素质的检验,包括心理素质、自信度、学习效率、考试技能等。同时,家庭、老师对高考也有着极其重要的影响,本书作者根据北大学子们在高考中的个人成功经验,系统而全面地整理出了一套有益于每一位读者的北大高考成功学。

**《清华高考成功学》** 本书介绍了近年来考进清华的学子们高考成功之道,这些学子们均为高中时代的佼佼者,高考让他们走进了人人向往的清华园。他们的成功方法,对每一个参加高考的同学一定十分有益。本书作者根据清华学子个人的成功经验和他们的家长、师长们的成功经验,整理出了一套系统而完备的清华高考成功学,但愿本书能让你在高考中取胜,让走进清华园不再是梦想。

**《跟北大才子学作文》** 本书介绍了近年来考入北大的学子们的作文方法,作文在高考中具有十分重要的地位。每一位中学生都想写好作文,本书让你明确作文的基本知识,提高写好作文的基本功,掌握高效快速写好作文的方法。

大家都知道,北京大学与清华大学是我国一流的大学,每一位考入北大清华的学子都是在高中时代十分优秀的学生。通过对他们成功经验的了解,对于正处于学习阶段的中学生来说,具

有十分重要的意义。

这套书中介绍的方法均是这些学子们整个中学时代的宝贵学习经验,正是这些极其有效的学习方法使他们走入了自己渴望的北大与清华。相信这些促使他人走向成功的经验对你来说一样有效。

学习成功包含的因素十分多,学习方法是最重要的因素,本套书对学习中的方法、复习中的方法和考试中的技巧都作了十分全面的介绍。

相信通过本套书,你将能轻松地应付学习中的难题,认识自我,改进自我,使自己的成绩得到大幅度提高。在不久以后,你也能像今天走入北大、清华的才子一样走进你心中理想的大学。

——编者

2001年冬于燕园

## 序二

# 寄语千万中学生的父母

作为父母,最关心的莫过于自己的孩子的,而关心孩子最关键的就是关心孩子的学习。

随着我国经济的迅速发展,入世后的中国将进入一个竞争更加激烈的时代,时代将对我们有着更高的要求。这一代正在成长着的孩子,明天就将成为社会的中坚力量,可是,你的孩子准备好了吗?

“可怜天下父母心”,不知有多少的父母为了孩子的一生不断操劳,然而,我们所做的一切是否真的对孩子的一生受用呢?

我们教育孩子并不是要给孩子一个养尊处优的环境,而是要让他们发现自我,塑造自我,走自我成功之路。

孩子的事情是由他们自己来决定的,父母们都帮不了他们。作为父母,最需要的就是能够指引孩子往健康的方向发展。

你的孩子是不是因为成绩不行而心存自卑?

你的孩子是不是因为整日泡在学业中暗暗叫苦?

你的孩子是不是根本无心学习。

而作为父母的您,是不是想让自己的孩子出类拔萃?

是不是想让孩子学得轻松,玩得愉快?

是不是想让孩子考入北大、清华这样的名校?

这一切,或许是所有父母们的美好愿望。可是,怎样才能实现这些美好的愿望呢?



从心里面开始去关心孩子地学习。

学习成功的基础,最重要的就是要有好的学习方法,有效省时的复习技巧,合理的学习计划和时间安排、有信心,有毅力等。

学习方法不是天生就有的,应该在平时多引用他人的方法,在这个基础上让孩子去创造。作为父母,任务就在于为孩子多引进学习方法,辅助孩子创造属于他的学习方法。

此外,有效省时的复习技巧,合理的学习计划也十分重要,尽管这些都是孩子们的事,但是父母也不应该不闻不问。

尊敬的家长,您想让你的孩子得到快速提升吗?那么,这一套“北大清华高效学习丛书”将是您的最佳选择。

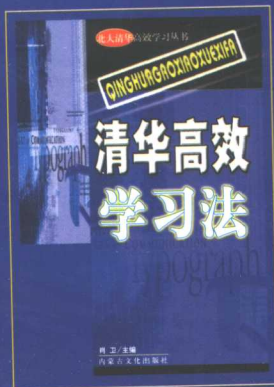
这些来自一流学府的学子们的成功经验,对你的孩子来说一定是一笔巨大的财富。本套书中介绍的方法、技巧,相信会使您的孩子能从中汲取更多的营养,让您的孩子视野变得开阔,思想变得活跃,精神变得饱满。

孩子们处在黄金般的中学时代,这是他们一生中最重要的一个时期,作为父母,要让他们从这时起就开始积累人们的财富,那就是有方法地学习,有效率地学习,这份财富,会让你的孩子一生受用。

——编者

2001年冬于燕园

- **清华才子为什么成功**
- **清华才子的上课学习法**
- **培养高效的学习能力**
- **高效复习有方法**
- **各科高效学习**
- **清华才子高效学习个案研究**



本书介绍了近年来考进清华的才子们的学习之道，作者根据这些成功学子们的个人成功经验，总结出了一套十分有益于高中同学们系统的成功学习法。无数的清华学子利用本套学习法取得了优异的成绩，相信本书对参加高考的同学们一样有着十分有益的帮助。

BEIDAGAOXIAOXUEXIFA

责 编 / 铁 山  
策 划 / 阳 洪  
封面设计 / 缪 萌

ISBN 7-80675-045-2



9 787806 750452 >

ISBN 7-80675-045-2/G·014

全套五册定价：80.00元

试读结束：需要全本请在线购买：[www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)

# 目 录

## 第一章 清华才子为什么成功

- 1. 清华才子与普通学生的区别 ..... 3
- 2. 清华才子的四大成才因素 ..... 10
- 3. 学习习惯与应试技能自我测查 ..... 23

## 第二章 清华才子的课堂学习法

- 1. 清华才子的课前预习法 ..... 31
- 2. 4种课前预习的方法 ..... 42
- 3. 3种阶段预习法 ..... 45
- 4. 高效听课的方法 ..... 47
- 5. 怎样面对老师的课前提问 ..... 52
- 6. 怎样做好课堂笔记 ..... 58
- 7. 课堂学习的几个关键问题 ..... 63
- 8. 做作业的高效策略 ..... 68

9. 上课不要养成坏习惯 ..... 78

### 第三章 培养高效学习的素质

1. 提高你的自信心 ..... 83  
2. 提高你的个人智能 ..... 88  
3. 培养最优的情绪来学习 ..... 91  
4. 提高你的想象力 ..... 98  
5. 提高你的思维能力 ..... 109  
6. 培养你的心理素质 ..... 114  
7. 培养你的观察能力 ..... 117

### 第四章 高效复习有方法

1. 复习的作用与任务 ..... 125  
2. 高考复习一定要做到有效 ..... 128  
3. 学会合理安排复习时间 ..... 132  
4. 选择适合自己的复习方法 ..... 139  
5. 如何做好考前复习 ..... 147  
6. 高考复习的几大原则 ..... 150  
7. 复习要“四到” ..... 153  
8. 分散记忆效果佳 ..... 156  
9. 读背结合记得牢 ..... 158  
10. 历史的复习方法 ..... 161

11. 数理化的复习方法 .....	163
12. 十种有效的复习方法 .....	166
13. 清华才子“超级学习”复习法 .....	170

## 第五章 各科高效学习法

1. 怎样学好各门功课 .....	175
2. 形成有效的学习方法 .....	181
3. 做一个好人 .....	185
4. 千万别偏科 .....	186
5. 如何听好语文课 .....	189
6. 适合语文的记忆技巧 .....	192
7. 学会分析文章 .....	197
8. 对知识内容的归纳 .....	205
9. 怎样学好外语 .....	209
10. 怎样面对英语考试 .....	218
11. 物理的学习方法 .....	219
12. 数学学习的方法 .....	222
13. 化学的学习方法 .....	226
14. 史政地的学习方法 .....	232
15. 如何搞好每一科的复习 .....	235
16. 各科的复习方法 .....	238

## 第六章 考入清华有方法

1. 总复习要注意方法 ..... 245
2. 严谨的学习习惯 ..... 249
3. 学习一定要有方法 ..... 255
4. 学习要有效率 ..... 261
5. 学习方法和经验 ..... 265
6. 在高中学习中,如何提高成绩 ..... 269
7. 每一条路都通向成功 ..... 271
8. 博闻强记 ..... 276
9. 让学习更上一层楼 ..... 281
10. 在竞争中取胜 ..... 288
11. 详尽的计划明确的目标 ..... 293
12. 找到适合自己的学习方法 ..... 299
13. 心理素质与学习方法 ..... 308
14. 高中学习心得 ..... 317
15. 用坚强注释生命 ..... 325
16. 写作文要有创造性思维 ..... 330

# 第一章

## 清华才子为什么成功

我能考进清华大学，我想关键是在于我自己的努力。在中学时期能够做到听好课，探索适合自己的学习方法，加上有能够吃苦的精神，所以才取得了最后的成功。

——清华大学 2001 级学生 王林



