

人大学生

走近名校

系列丛书

刘 烨 编著

成功学习法

方法·思考·创新·勤奋

- ◆ 人大人的**学习秘笈**
- ◆ 人大人教你快速提升自己的**学习成绩**
- ◆ **好方法**是成功的添加剂
- ◆ 人大学生**成功定律**：
“**勤奋+方法=成功**”

中央民族大学出版社

走近名校

系列丛书

人大学生

刘 焯 编著

成功学习法

方法·思考·创新·勤奋

中央民族大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

人大学生成功学习法/刘焯主编. — 北京:中央民族
大学出版社,2002,5

(走进名校系列丛书)

ISBN 7-81056-639-3

I. 人… II. 刘… III. ①高等学校—入学
考试—经验②中学生—学习方法—高中
IV. G632.474

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 028424 号

责任编辑:方 圆

封面设计:刘 昕

走进名校系列丛书(1-5)

人大学生成功学习法

中央民族大学出版社出版

(北京西郊白石桥路 27 号)

(邮政编码:100081)

新华书店发行

固安印刷厂印刷

850×1168 毫米 32 开 55 印张 1200 千字
2002 年 5 月第 1 版 2002 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 7-81056-639-3/G·147

定价:80.00 元(全五册)

目 录

第一部分 人大学子成功学习的法宝

梦想是高效学习的动力

梦想是高效学习的动力，是迈向成功的第一步。每个人都希望自己的梦想得以实现，这也是人们达到自己最终目标的原动力。没有梦想的人什么事都干不成，刻板艰苦的学习只会使他们心灰意冷，失去创造的激情，与成功失之交臂。

- ☞把梦想变成现实 (3)
- ☞学习一定要有目标 (14)
- ☞学习方法决定学习效果 (20)

高效学习的必备条件——超强的记忆力

一个不懂得学习方法的人，是一个呆板的读书人，他在自己的脑子里给别人跑马；

只掌握一种学习方法的人，是一个肤浅的观察者，他用自己的见识去空想“井”外的世界；

掌握多种学习方法的人，是一个深沉的思索者，他用自己的眼睛去读经典的历史和人世的书。



培养强大的记忆力	(24)
兴趣是增进记忆的因素	(26)
怎样记忆最有效	(30)
增进资讯记忆	(33)
集中你的注意力	(40)
集中注意力便能成功	(42)

培养自己的阅读能力

一位好的读者不但能够做到理解每一层次，而且能发展出一种本能。亦即他能够分辨哪些读物只需搜集事实，哪些读物只要理清主要观念就可以了。

读书要有目的	(45)
广泛搜集材料	(50)
提高阅读速度	(53)
善于做一个挑剔的读者	(55)

做时间的主人

不会把握时间是多数人共同的弱点。我们不可能让时间快速前进，也不可能让时间过得慢一点。我们需有更多的时间，但却不知哪里可以找到更多的时间我们也无法得知时间都消逝哪里去了。

有效安排时间	(61)
成为时间的主宰	(68)



管理好自己的时间	(74)
----------------	------

学会解题

今天教育的内容百分之八十以上都应该是方法，方法比解题更重要。要想学得更好，更快，更高兴，就必须得有一个良好的解题方法，即运用优良的解题方法。

什么是解题	(81)
解题策略的重要性	(85)
经验的负性影响及其消除	(86)

学贵在思

学习知识，积累知识，不要把前人的知识一成不变地记录下来，而是要有创新发展。只有这样我们的学习才有价值。

培养创造思的方法	(88)
如何发展创新思维	(97)
如何提高逻辑思维能力	(104)
思维能力训练技巧	(105)

怎样在听讲中“拿来”

倾听既是对他人的尊重，又是对自己的充实。从中我们可以获知许多闻所未闻的见解，得到许多



目

录



不曾有过的经验。

课前预习至关重要	(109)
向 45 分钟要效益	(115)
好记性不如烂笔头	(128)

学会复习

复习是把已经学过的知识进行长久的记忆、以深刻为要求的理解、以领会为目标的思考，进而能判断、分析、乃至综合运用知识的过程。它的最终目标是让各科目的知识系统化、完善化，切实实现真正的融会贯通。

复习中应注意的问题	(135)
养成复习的好习惯	(145)
各种复习的微观分析	(147)

掌握考试技巧

好的考试信念只有一个，那就是：恰如其分地展示自己的知识水平。必须先有知识，然后方有展示的可能，不要期望出现“超水平发挥”之类的奇迹。但是，有了知识，还必须善于表现。

临考前的心理分析与指导	(159)
临考前的准备	(164)



答题技巧	(180)
------------	-------

第二部分 人大学子自述成功之道

发奋和方法如车之轮

说实话，从上学的第一天起，母亲就给予我最大限度的自由，几乎从不过问我的学习，只要我能在学期末交上一份对得起自己的成绩单就行了——也许这就是妈妈从小教会我的第一点，要对自己负责！原则上，高三可以分为以下几个阶段：首次抉择；储备战资；冬练三九；疲劳四月；模考五月；走进六月；考场上见！

高考菜单：夏练三伏，冬练三九	(192)
语文：不在技巧在复习	(197)
数学：技巧先行	(200)
英语：积累和方法同样重要	(202)
历史：兴趣是最好的老师	(205)
政治：确保基本分	(209)
地理：理科的精确文科的思想	(210)
文科综合：三部曲同台演出	(213)

话说各科怎样学

英语是一门语言，语言强调语感。因此，学英语要注重建立语感，一切能增强语感的方法就是行之有效的英语学习方法。提高听力，首先练的不是



耳朵，而是嘴巴；后来练耳朵的时候，还是通过练嘴巴。惟有胸中有成竹，才能下笔如有神。要想在考场上作文行云流水，必须肚子里装上几十篇优秀范文。学英语是学个入门，能写会说就足够了，学语文、考语文则是从语言文学的层次深度着眼，建立语感就更是不可或缺的。数学的“难”想必早已打击迫害了众多少男少女的信心，其实数学没那么可怕，咱们用数学的方法算算账，就明白了数学试卷真是纸老虎。



☞ 英语：增强语感，跟着感觉走	(218)
☞ 语文：建立语感不可忽视	(227)
☞ 数学：舍不得孩子套不住狼	(228)
☞ 考场战略——“将欲取之，必先舍之”	(229)

浅谈高考经验

有许多人认为语文的复习无从下手，似乎范围过广，没有确定的复习内容，我不这样认为。我觉得语文的题型分成几块，应区别对待。要注意的是解题技巧，一般第一遍通读了解大意，第二遍细读并敲定答案，不一定全部做完，一些不很肯定的可先留着，也许下文会有提示，最后再通读一遍，最终选定答案并加以检查。

☞ 总说复习与考试	(232)
☞ 语文：学会分块学习	(234)
☞ 英语：要的是技巧	(235)

- ☞ 政治和历史：理解很重要 (236)
- ☞ 高考复习：学海无涯乐作舟，劳逸结合 (238)

讲究方法，不可掉以轻心

我学语文一向很轻松，可能就是由于我从小学一年级开始就是乖乖女，学习用功，基础知识一点一滴地积累。“题海战术”就好比是一只虫子，在树上跳来跳去，只盯到眼前的一片叶子，每次只有一片而已，奔忙一整天也不想想自己都见过一些什么样的叶子，更不知道整棵树长什么样子，结果力气费了，却迷失在茫茫的“叶子海”中，毫无效率可言。

- ☞ 语文：题海战术害人不浅 (241)
- ☞ 数学：不可掉以轻心 (247)
- ☞ 预习 (250)
- ☞ 要会用“拿来”主义 (250)
- ☞ 课后复习巩固及完成作业 (252)
- ☞ 英语：兴趣和热情是成功的沃土 (253)
- ☞ 历史、政治：教训和经验的差别 (259)
- ☞ 结语 (262)

学习经验总结

“兴趣是最好的老师”，如果一个人把学习当作一种乐趣，而不是一种负担，我想他学习的劲头一定会很大，而且学习的效率也会有很大的提高。我



目

录



以我的实际经历向大家说明在一定时期“挺住”是多么重要。学好语文关键是要下苦工夫，舍得花时间。

学习方法总论	(264)
寓学于乐	(265)
会学还得会思	(266)
学问不分家	(268)
学习与毅力	(269)
语文：欲速则不达	(272)
数学：付出就有收获	(275)
英语：下苦工夫	(279)
政治：深入思想	(285)
历史：掌握规律	(289)
后记	(292)

基础，方法，心态

准备高考的时候，高人的指点是非常必要的，这是成功的要素之一。我在高中阶段最大的收获和心得就是：不以规矩，难成方圆。

数学：名师指点，醍醐灌顶	(293)
语文：规矩之中成方圆	(296)
英语：巩固基础，一鸣惊人	(299)
政治：考试得有技巧	(301)
历史：在科学的方法中苦读	(311)

附录 人大概况

人大简介	(317)
人大院系设置	(320)
人大报考方法	(329)



目

录

第**1**部分

人大学子
成功学习的法宝

梦想是高效学习的动力

梦想是高效学习的动力，是迈向成功的第一步。每个人都希望自己的梦想得以实现，这也是人们达到自己最终目标的原动力。没有梦想的人什么事都干不成，刻板艰苦的学习只会使他们心灰意冷，失去创造的激情，与成功失之交臂。



梦想是高效学习的动力

把梦想变成现实

一、你能把梦想变成现实

在学习中，运用你的强项，你便可以实现目标。在考入人大的才子中，很多同学都十分善于发挥自己的强项，正因为如此，他们才得以成功，进入人大。

有一位人大才子在总结自己的成功经验时，曾提出以下几点，是十分值得注意的。

目标的专一和精力的集中是保证学习良好的客观条



件，然而我发现这些远非主要，勤奋才是真正意义上决定我的成败的砝码。面对同是初中毕业生中的佼佼者，智力并不出众的我没有优势可言，然而一旦有了勤奋这一因素，优势的天平便就倾向于我这一边。就好比虽然0.1比1小了许多，但一旦乘上了勤奋因素，它的潜力就无限增大，很有可能超过。记得小学毕业前，班主任老师曾给我们每人送一句哲言。当我站在她面前时，她对我说，洒下一片汗水，便有一份收获。经过七八年来成功和失败受挫的磨练，特别是高中三年脚踏实地的奋斗，我终于领悟了它的深刻内涵。但愿面对着这本书的读者您能早日体会到这句话的分量。

没有人能比自己更了解自己。如何利用自己的强项、优势，也曾是我苦思冥想的问题。在许多事实面前，我不得不承认这样一个现实，我的多向、多角度的思维能力一般，但我有很好的理解能力和归纳能力，也就是善于吸收消化他人的思想并加以分析总结。这决定了我的学习策略就是：博采众长，将各种优秀的见解分析整理，转化为自己的知识。这在各类学习参考书中尤显重要。

老师也是学生的一份宝贵的学习资源。为了利用这一“资源”，我常常去向他们请教问题，无论是课上还是课后。从老师的角度上讲，即使问题很幼稚甚至自相矛盾，他也会相当高兴，因为至少学生已经开始学会独立思考，而这正是一切科学创造的开端；从我的角度讲，即使老师的回答并不是我所希望的甚至是不明确的，但我还是获益匪浅，因为我锻炼了在别人面前表达自己见解的能力，同时从老师回答的过程中我也学到了他对于这类问题的思路；更重要的是，融洽的师生关系也正从这一问一答中逐渐形成，而并非教师只管教，学生只管

听的单向师生关系。

谈过了老师，再来谈谈同学。我认为高中时代同学关系并不是简单的竞争关系和友情关系，而是两者的相融。人与人之间存在竞争，这一点毋庸置疑，但由于年龄相仿，同处于一个时代、一个文化背景，同学之间有着相似的心态和理想，因此感情和思想的交流更容易、更有效。尤其是在学习交流上，双方相近的知识水平有利于问题的阐述和表达，同时不同的思维方式也有利于产生不同的结果，这正是相互交流所期待实现的。高中三年是考验人意志的三年，面对大大小小、数以百计的考试和测试，如何才能不迷失方向？如果说许多人把考试视作畏途的话，那我更愿意把它看作检阅自己学习的一次机会。把考试当作朋友而不是敌人，这首先就消除了大部分的焦虑和紧张。再进一步，如果你明白你的竞争对手是你的同龄人而不是命题老师，你就不会一遇到难题就发怵了，毕竟考试最后只重视相对成绩而不是绝对成绩。

记得有位编纂辞典的教授曾在他著作的序中写道，考验人的意志力和耐力的最好办法就是让他去编辞典。但我认为，从某种意义上讲，读高中参加高考可能更能考验人的意志品质，因为他时刻都会遇到新的挑战，而每次留给他迎接挑战的时间都是很有限的。

二、坚持目标就能扭转自己的人生

目标可以吸引我们的注意，引导我们努力的方向，至于最终是成功还是失败，就全看我们是否能始终走在正确的方向上了。柯维经常给别人讲述已经过世的迈克·兰顿的故事。迈克就因为能够坚持而扭转了自己的人生，



梦想是高效学习的动力

