

怎样学出好成绩

“学习大王” 李晓鹏 / 主编

改变学习方法 人生从此不同



怎样学出好成绩

李晓鹏 主编

新世界出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

怎样学出好成绩/李晓鹏主编. —北京: 新世界出版社,
2007. 9

ISBN 978-7-80228-431-9

I. 怎… II. 李… III. ①中学生—成功心理学②中学生—学习方法
IV. B848.4 G632.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 130713 号

怎样学出好成绩

主编: 李晓鹏

责任编辑: 慧 钰 子 寒

封面设计: 大象工作室

出版发行: 新世界出版社

社址: 北京西城区百万庄大街 24 号 (100037)

总编室: +86 10 6899 5424 6832 6679 (传真)

发行部: +86 10 6899 5968 6899 8705 (传真)

网址: <http://www.nwp.cn> (中文)

<http://www.newworld-press.com> (英文)

电子信箱: nwpcn@public.bta.net.cn

版权部: +86 10 6899 6306 frank@nwp.com.cn

印刷: 北京迪鑫印刷厂

经销: 新华书店

开本: 720×970 1/16

字数: 240 千字

印张: 15

版次: 2007 年 9 月第 1 版 2007 年 9 月北京第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-80228-431-9

定价: 25.00 元

学习箴言



高中的经历给我这一辈子受用不尽的财富,它们是不轻易放弃、有耐力,能够忍受孤独,拥有勇气和良好的时间观念。



不要抱怨千军万马过独木桥的高考制度;不要怨天尤人说学校的水平不够高,师资力量不够强大,学习环境不够好;也不要心里暗暗不爽自己怎么没有像某些人一样具有超人的智商……相信我,这些都不是你成功与否的决定因素,最大的因素不是任何东西,而恰恰是你自己!



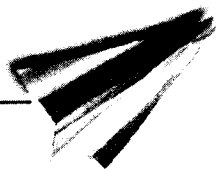
学习的最终目的不就是更好地适应环境,将你的生命旅程走得更为精彩么?一旦树立了明确的奋斗目标,一切都迎刃而解,所不同的只是途径。人各有体,相信聪明的你一定能够摸索出自己的学习风格。



学习的过程让我深深相信了这句话:全心全意朝你的目标前进,全世界都会为你让路。当时,我也抱怨过,失望过,可当高考越来越近,我发觉我的成绩比我预想得要好,真的全世界都在为我让路。



超越成绩你才能成为它的主人,如果束缚在成绩里永远走不出来,最终的结果还是失败。高考之前的任何考试都只是铺垫,可以犯任何错误,而这所有的错误都将是高考考场上的经验。





我不去想结果会如何，只希望自己做个幸福的赶路人，虽然不是心静如水，但也能够以一种平静的心态看待成功和失败。高三一年最大的收获并不是高考的成功，而是培养了这种平静而乐观的心态，它使我在挫折中一步一个脚印地走过来，也使我微笑着面对高考、面对人生。



看那背上食物的蚂蚁，翻山越岭，只顾寻找回家的路了。我觉得这就像有了目标的我们。目标未知或太小，以至于不足以激发斗志，我们东晃西逛，无所事事，甚至连学习生活都变得无聊起来，总想寻找别的来填补空虚，来逃避现实世界，学习成了次要。而一旦目标有了重量，生活便有了负重和质感，迷惘郁闷的情绪自然就少了，学习成了主角，梦想也在不知不觉中向你靠近，对比之下，我们想想看，自己应该选择哪种？



我们不能否认，其实学习是件孤苦的事情，别人对我们的帮助是不可或缺的，但是我们最终要依靠的是自己，学习永远是自己的事情。



在达成目标之前，最难能可贵的品质是不轻易放弃。高中是一个过程，我们都有一个共同的目标——高考，为了这个目标，我们要努力三年，可是这三年当中，我们还会面对很多的阻隔。记得高中的班主任曾经给我们说过这样一个比喻，他说：“高中生活就像出门旅行，我们都在一辆大巴车中，而有的人呢，看到沿途的风景很美，就提前下了车，却不知最美的风景在旅途的终点。”如果没有耐性，很可能，你就会是那些提前下车而错过了终点最美的风景的人。



高考要求我们不仅会学习，还要会生活会做人。坚持是种能力，是我们实现理想必备的。试想一个意志薄弱，缺乏毅力，耐不住孤独寂寞的人，怎能实现目标和理想呢？





模仿是最高明的学习

李晓鹏

如何找到最适合自己的学习方法？这是我这么多年演讲中，同学们问得最多的问题。不仅是我，还有很多和我一起出去做报告的朋友也曾遇到类似的提问，他们都是高考的优胜者，其中不少还是省级的高考状元。同学们在听完他们的演讲之后，在佩服之余，仍然忍不住问：“这些都是你的成功经验，但用在我们身上就合适吗？我们也采用你的方法就一定能够成功吗？”

对这样的问题，我的回答是：要想知道别人的学习方法、学习经验对你有没有用，最有效的办法就是去自己拿来用一下。再好的方法，不拿过来用，永远是别人的方法。用了之后觉得不好，就丢掉；觉得好，就继续用，在运用过程中不断加以改进、创新，只有这样，才能找到真正“适合自己”的学习方法。

在我们的学习中，有两种危险的倾向：

一种是只知道一味地闭门造车、埋头苦读，根本不理睬什么方法不方法。这种做法，只要功夫下得足够，能拿出头悬梁、锥刺股的精神来，最后肯定能够取得不错的成绩。但这个过程必然十分曲折，会多走很多冤枉路，效率也很低。正如俗语所说“磨刀不误砍柴工”，你硬是要拿一把没有磨过



的钝刀上山，甚至刀也不要，嘴啃手刨，我同样相信你总有一天能把大树折断。但既然有这样的精神，为什么不花一点时间把手中的刀打磨得更加锋利？如果那样，你的努力所收获的将不再是一棵树木，而是整片森林。所以我们的学习必须讲求方法，善于学习别人的成功经验。

另一种是走马观花、好高骛远。什么学习方法都看一看，觉得这也不错那也不错，但都不够尽善尽美，最后绕了一圈得出结论——还是没有找到“适合自己”的学习方法。如果我们永远都像一个旁观者一样看着别人成功的表演，却不愿意自己去动手尝试，就永远找不到适合自己的方法。知道了别人成功的经验，接下来要做的就是模仿。

在这个弘扬“个性”和“创新”的年代，提倡“模仿”也许确实是一件费力不讨好的事。但如果离开模仿，一切“创新”都无从谈起。假设有这么一个人，他跟牛顿一样聪明，跟牛顿一样努力，也像牛顿一样非常热衷于探究宇宙万物的运行规律。但他不愿意在课堂上学习物理，因为这不是“创新”。经过多年的独立思考，有一天他坐在凳子上，也像牛顿一样突然有个苹果掉下来砸在他脑袋上，顿时恍然大悟，高喊一声：“哎呀，万有引力！”这个时候，我们只能说，他这么多年的努力全都白费了，因为他的“创新”早

在几百年前就被牛顿“创”过一次了，任何一个初中毕业生也都知道。如果他这么聪明的大脑用来先学习前人的研究成果，再来创新，这才是真正有价值的创造。我们在学习中遇到的问题以及解决的方法，已经有很多人尝试过了，并且取得了成功，我们只有了解了这些，在学习中遇到相似的问题的时候，解决起来就会更加轻松，我们的学习才会更有效率，我们也才能有更多的时间和精力在解决新的问题，来探索真正“属于自己”的学习之路。我们的“个性”和“创新”才会有坚实的起点，才会更有意义。


所以说，为什么模仿是最高明的学习？因为模仿强调实践，并非坐而论道，它要求我们把知道的东西立即应用到自己的学习中去，去粗取精，最终变成自己的成功经验。

为什么模仿是最高明的学习？因为模仿强调积累，博采众长，然后自成一统，让创新有了一个更高更稳的起点。

模仿并不排斥个性和独立思考，在模仿之前，先有一个独立思考的过程，比如看到了别人解决某个问题的方法，自己并没有这样的问题，或者虽然遇到过类似问题，但已经用自己的方法解决了，那就当然不用模仿；或者这样的经验和方法自己曾经用过，但事实证明不起作用，那也就不再去模

仿。经过这样的鉴别，我们再来模仿，实践一段时间之后，再来鉴别和改进，这样，我们的进步才是真正扎扎实实的。

本书汇聚了众多很多代表性的学习方法，从刚刚走过高考的新科状元，到大二、大三、大四，直到已经大学毕业的“老同学”，每隔一个时间段来回头看自己的学习经历都会有不同的心得体会。内容既有个人的学习心得，也有具体科目的方法讲解，把自己学习中有趣的小故事和学习方法结合起来，读起来也饶有趣味。作者来自北大、清华、人大、复旦、浙大、武大等著名高校，既有真正顶尖的高考状元，也有很多通过自己的努力进入名校的普通学子，还特地加入了一篇来自普通专科学校的同学的学习经历。这样做的目的，正是为了强调：每一个人都有属于自己的梦想，不论你是想成为万众瞩目的新科状元，还是进入北大清华这样的一流高校，或者其他别的学校。这之间只有量的差别，却无高低贵贱之分，每一个梦想都是值得尊重、值得我们自己为之努力奋斗的。进入自己理想的大学只是我们人生奋斗的第一步，只要我们坚持不懈地努力，无论我们现在处于一个什么样的起点，都一定会取得成功！



目
录

1 / 前言：模仿是最高明的学习 中国人民大学 李晓鹏


综合篇

- 3 / 桃李春风一杯酒，江湖夜雨十年灯 北京大学 朱萝伊
13 / 第二次高考 北京大学 张 静
19 / “无网不胜”——网络时代的“网络化”学习 清华大学 高 浩
26 / “世界杯”与学习方法 人民大学 李晓鹏
35 / 北大之梦与武大之梦 武汉大学 于 洋
40 / 选择奔跑 浙江大学 刘 敏
44 / 我的高中生活 九江工学院 王义德

语数外篇

- 53 / 轻松快乐学语文 北京大学 谢宇宏
62 / 从语文高手到语文高手 人民大学 倪 艳





目
录

71 / 于细微之处见精神——语文学习的“众妙之门”

北京大学 董熠晶

74 / 通过模仿成为作文高手

中山大学 张佳娜

80 / 文科女生也能当数学状元

北京大学 张 静

88 / 数学铿锵三人行

人民大学 孙荣华

96 / My story, Your song

北京大学 王琳琼

105 / “七个面包”学数学

人民大学 董惠遥

110 / 用优秀的英语水平征服美国名校

美国加州大学 刘英迪

117 / 丹山夜话说英语

北京大学 朱萝伊

125 / 我的英语很糟糕

人民大学 孙荣华


文科篇

137 / 从“理科尖子”到“文科状元”

北京大学 赵晓凤

142 / 教你怎样学好政治

人民大学 倪 艳






目 录

- | | | |
|-----------------------|------|-----|
| 150 / “历史的沉淀”与“沉淀的历史” | 北京大学 | 张 静 |
| 158 / 我的历史故事 | 人民大学 | 帅天山 |
| 165 / 地理学习之我见 | 北京大学 | 刘云波 |

理科篇

- | | | |
|----------------------------|--------|-----|
| 175 / 感悟物理成功之道 | 清华大学 | 郭慧勤 |
| 180 / 物理的故事 | 清华大学 | 海 龙 |
| 187 / 物理，从迷茫到顿悟 | 人民大学 | 刘 激 |
| 196 / 化学的故事 | 美国加州大学 | 刘英迪 |
| 204 / 三个“巧”字学通化学 | 人民大学 | 刘 激 |
| 219 / 生物的故事 | 美国加州大学 | 刘英迪 |
| 226 / 后记：成功 = 正确的方法 + 坚持不懈 | 人民大学 | 李晓鹏 |
- 

综 合 篇



学习的最终目的不就是更好地适应环境，将你的生命旅程走得更为精彩么？一旦树立了明确的奋斗目标，一切都迎刃而解，所不同的只是途径。人各有体，相信聪明的你一定能够摸索出自己的学习风格。

——朱萝伊



高中的经历给我这一辈子受用不尽的财富，它们是不轻易放弃、有耐力，能够忍受孤独，拥有勇气和良好的时间观念。

——张 静



不要抱怨千军万马过独木桥的高考制度；不要怨天尤人说学校的水平不够高，师资力量不够强大，学习环境不够好；也不要心里暗暗不爽自己怎么没有像某些人一样具有超人的智商……相信我，这些都不是你成功与否的决定因素，最大的因素不是任何东西，而恰恰是你自己！

——刘 敏





桃李春风一杯酒，江湖夜雨十年灯

朱萝伊



人往往就是这样，有一点点的精神支柱，以此为基础不断地坚持就可以了。

倏忽之间，我已经 22 岁，在燕园这块众多学子憧憬的天地里生活了四载。如今忽然要回首往事，寻找自己成功亦或幸运的源头，心境与初入大学时的境况是如此不同，以致无法把以前写过的东西重新搬出来，只好静静地坐在电脑前，听着指尖在键盘上忽慢忽快的敲打声，那尘封已久的记忆如初春刚破冰的泉水淙淙流淌。

我打小就不是有慧根的女孩：数学老师写在黑板上的思考题永远都不可能第一个做出来；和小朋友玩游戏最怕被人问脑筋急转弯；从来没有被老师青睐到参加奥数班、提高班去拿什么全国大奖；上学前班时当的第一个官是小组长。父母都是再普通不过的老百姓，不知道该如何培养祖国的花朵，便只好放任自流——在遵守学校基本规定做个好孩子的前提下，随便我爱学啥就学啥，想干嘛就干嘛。于是乎，在这种宽松的家庭环境下，我——一个梳着羊角辫的小丫头茁壮成长了。

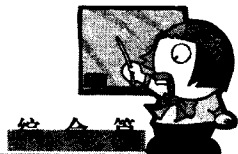
幼儿园的我调皮捣蛋，霸气十足：进园的第二天以锋利无比的指甲划破一个小男孩的脸；每次发玩具都能过关斩将抢到变形金刚；创下两年间没有



安安稳稳地睡过一次午觉的赫赫战绩……但终于还是顺利“毕业”了，还拿了不少小红花——自古英雄出少年嘛，我虽然是“皮”了一点，但特别爱露头：逢到讲故事，唱歌，练舞蹈什么的，不管会不会先上台再说，老师见了我会偶尔皱眉但也是慈祥的时候多。于是7岁那年我胸佩大红花风风光光地走出了县机关幼儿园的大门——这所由于我没有过硬的背景不得不从后门溜进去的地方。

小学时代的我完全是自由主义的忠实“卫道士”，也许是幼儿园的霸气作用，我很能镇人——心安理得地当了五年的班长兼中队长。我的课余时间是这样的丰富多彩以致各种各样的补课辅导班都插不进来：我学过画、跳过舞、练过书法、唱过歌、奏过器乐。每一样都能露一手，可惜的是：样样拿手却导致样样都不精。我会花上半天的工夫描一幅卡通图让美术老师在课上大大地夸赞一番然后拿个班级优秀奖（这是最高的级别）；没事的时候能摆几个POSE，被艺术老师一眼相中，召进校舞蹈团（但经常是戏台上最边上的那位）；写的钢笔字也还不错，如果你仔细地看，能够依稀地辨认出我当初练的是柳体字，棱角分明；五音很全，完全有资格在合唱团里担当女低音，不过有时候音位老爱跑出轨道，忽高忽低倒也错落有致；拿起竖笛会熟练地吹上一曲《樱花》让外行人认为我是内行；如此等等。也许读者会非常惊奇，在常人看来，考试能考到状元这个份上的人，必定是从早到晚接着书亲嘴，拿书当饭吃的痴子，怎能如此不务正业？但就在我父母的开明专制下，我过着与其他学习尖子生完全不同的生活：早上六点起床，走40分钟的路去上学，上课认真听讲，课间帮老师管理班务，中午来回80分钟回家吃饭，下午上完两节正课后，开始我的课外活动，排舞蹈，练合唱，电台播音；校学生处的日常工作，常常在看门大爷的呵斥声中，顶着星星月亮往家赶晚饭。吃完饭，六点钟的动画片时间是雷打不动，看完写作业，七点或七点半钻进被窝看课外书，八点安然入梦。周末，必定有半天的时间写作业，半天或一天的时间去少年宫练习才艺，半天的时间玩。小学五年我没有参加一天的奥数班、写作班或者英语提高班等十分火爆的补习班，在其他尖子学习的时候，我多半在参加课外活动或是玩耍。

本想：如果我的父母能够稍微理智一些，或及时地碰上一个好老师指点一下，我现在在某个方面可能已达到很深的功底，至少当初不会花那么多的



时间学了一堆“没用的东西”，但现在以过来人的心态仔细地分析一下，我不得不暗暗庆幸，幸亏碰上了没文化的父母让我有足够的空间“疯长”，在不断的选择与放弃中让我无形地领略到了很多东西。我发现了自己的长处也意识到了自身的先天不足（不管乐不乐意，你必须承认有些东西是天生的禀赋，你无法改变，但每个人的潜力各有不同，关键在于你如何挖掘）。尽管将大把大把的时间耗在无关紧要的地方，但我确实在很大的程度上得到了提高：各种活动的见识成为我日后学业的宝贵积淀，艺术与文化的熏陶令我的综合素质有了过硬的基础，丰富的课余生活开阔了我的思维与眼界，最重要的是——在没有压制的自主状态下，我的童年非常的快乐，心理素质相当好，在日后激烈的学习竞争中，我从来没有因不堪压力而被打垮。

初中阶段，我开始领略所谓的郁闷——成长的烦恼接踵而来。本无慧根的我为了今后的打拼不得不留心学业，而小学时代对数理化的疏忽让我吃了苦头。我拿过65分的数学卷子，被物理老师叫到办公室狠批过，老妈去开家长会拿到的见面礼是一纸成绩单外加一批语“如果不把数学成绩提上去，中考危险!!!”让一向风光的我大受刺激。不得已，无忧无虑惯了的我开始给自己加压，起早贪黑地做卷子，面对那长长的公式与铺天盖地的 x ， y ， z ，不禁苦叹：天亡我也！我明白自己在编织一张细细的网把本真的自我牢牢地束缚起来，看着多年积累的才华在悄无声息地流失，咀嚼着花季雨季最青涩的果子，年轻的心开始不安分起来。

曾经暗暗地喜欢过邻班的男孩，下课时在走廊相遇却只偷偷地瞥一眼又迅速地把视线移开；曾经走南山闯北海四处参加演讲诗朗诵比赛频频夺魁，但回来后必定得进数理办公室接受惨不忍睹的试卷；曾经梦想做一个自由职业者，像当年的杨澜那样挎个背包走四方，活出洒脱而美丽的自己，梦醒时分才发觉有大堆大堆的学习资料没有收拾。这个年龄段有太多的希冀与梦想，却偏偏开始接触现实的残酷与冷漠。曾不止一次在日记本里边哭边吐苦水，不止一次扎进雨幕在旷野里疯跑，不止一次张着迷茫的眼睛望着蓝天发呆，不止一次在没人的角落轻轻地哼：我是一只小小小鸟，想要飞却怎么也飞不高……

正当我的学习成绩像秋后的气温表直线下降的时候，家庭的一场变故给我的一生带来了转折。几乎是在一夜之间，我从一个衣食不愁的小康之女跌