



“影响教育”丛书

优秀的学生不是老师“教”成的,而是“影响”造就的。
“教”只能几年,“影响”却是一生。

家长和老师影响孩子的方法有四种:引导 督促 分享 榜样。

王飞 邱羽◎著

学习快车

——王飞博士问答式
学习方法课



任何时候,都可以开始培养任何习惯。好习惯开始越早受益越大。

学生的优秀,是通过科学的方法,用良好的习惯塑造而成的。

观念改变人生;方法成就人生;习惯塑造人生。

普通人多做少想;聪明人边做边想;智慧人精做勤想。

XUE XI
KUAI CHE

黑龙江教育出版社

“影响教育”丛书

学习快车

——王飞博士问答式学习方法课

王飞 邱羽 著

黑龙江教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

学习快车:王飞博士问答式学习方法课/王飞,邱羽著.
—哈尔滨:黑龙江教育出版社,2007.4
ISBN 978-7-5316-4740-9

I.学… II.①王…②邱… III.中小学—学习方法
IV.G632.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 054181 号

学习快车

——王飞博士问答式学习方法课

XUEXI KUAICHE

——WANGFEI BOSHI WENDA SHI XUEXI FANGFA KE

作 者:王 飞 邱 羽

选题策划:宋舒白

责任编辑:宋舒白

封面设计:大象设计·胡晶爽

出 版:黑龙江教育出版社

发 行:新华书店

印 刷:北京市文林印务有限公司

开 本:640×960 1/16

印 张:15

字 数:180 千

版 次:2008 年 1 月第 2 版 2008 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5316-4740-9/G·3637 定价:28.00 元

黑龙江教育出版社网址:www.hljep.com.cn

目录

序言	5
----	---

理念篇

快车教育理念	17
“影响教育”理念	19
“影响教育”操作方法	20
“影响教育”语录	22

学生篇

学习快车学习法

1. 什么是学习快车学习法?	27
2. 如何最大程度地利用课堂 45 分钟,保质高效地听好每一节课,或者,课上如何记好笔记?	32
3. 想知道吗,一招引起老师注意,百试百灵的绝招?	35
4. 怎样在课后短时高效巩固课堂上获得的知识点?	36
5. 在考试时怎样避免“审题”失误?	38
6. 政治、历史类文科的主观题如何得高分?	40
7. 数学、物理、化学类大题的解题思路如何入手剖析?	43
8. 如何使用演算纸,保证运算准确,杜绝一切出错的可能?	45
9. 如何运用“合并同类项”的技巧,干净利索地解决繁琐计算?	47
10. 一位一线的老师问:“‘会做的题做不对’对很多学生是个‘老大难’的问题,如何提高数学运算能力,使学生不再马虎呢?”	49

11. 为什么平时作业都会,而考试的成绩总是不理想?	52
12. 如何学会运用真正把书本上散落的知识点在人的大脑里真正“立体架构化”?	53
13. 学生如何根据自己情况运用学习快车学习法,学好各个学科?	56
14. 怎样把地理课学到“炉火纯青”?	59
15. 如何提高记忆效率,用最短的时间长久记住学过的内容呢?	62
16. 如何灵活运用“粘连记忆法”——巧妙利用掌握的知识获取新的知识?	65
学习快车复习法	
17. 什么是学习快车复习法?	68
18. 学习快车的“层进式”复习与传统的“渐进式复习”有何不同之处?	69
19. 如何克服考试成绩不稳定,即人们常说的“心理素质不好”的问题,或者,考前复习时,如何全面量化问题,树立全局意识?	71
20. 怎样把学习中的复杂问题简单化,简单问题重复做,克服对考试的紧张?	75
21. 如何使用学习工具:知识盲点备忘录,把一切问题在考试前全部消灭?	77
22. 怎样训练运算准确度,使之达到 100%的计算准确率?	79
23. 什么是神奇的“零缺陷”测试,怎样检验“一遍做对”?	82
24. 如何使用学习工具——错题档案,让犯过的错误永不再犯,学过的知识真正掌握?	83

contents

25. 一个学生的问题:高中真的很忙,有些不适应,老师留的作业也做不完,还有自己的习题,简直就是题海!想弄“错题档案”,想“一题多遍做”,可是没时间啊,这样的情况,该怎么学呢? 87
26. 怎样运用“试卷分析系统”,分析错误的真正根源,采取针对性训练? 88
27. 语文阅读理解题怎么做,不会做怎么办? 93
28. 如何运用“笔写记忆法”,让优秀的学生得“满分”? 94
29. 如何活学活用复习法,机动灵活应对所有考试? 96
30. 什么是训练解决学习中所有问题的思维方式——“四问宝典”? 99
31. 学习有不喜欢的科目,严重偏科,怎么办? 101
32. 沈阳一个家长的问题:今天在沈阳听了王博士的讲课,深受启发。我孩子刚上初三,成绩不理想,一说他就不耐烦,成绩就是提不上去,一让他学习就是只坐着看,从不动手去做,现在我们不知该如何办,请王博士指点。 103

规划学习

33. 怎样学会利用时间提高日常学习效率? 104
34. 怎样妙用“黄金五分钟”,用零散时间解决重大问题? 110
35. 如何制定合理可行的学习计划? 112
36. 如何订立明确的学习目标? 117
37. 保持什么样的正确心态,才能把计划未来变成生活中的习惯? 119

38. 怎样把每一个学习行动落实到具体时间上,保证真正完成?	120
39. 如何自己改掉“恶习”——坏习惯、坏毛病?	121
40. 什么是“成功”? 如何主动体验“成功”的感觉?	126
41. 中、高考前,如何在总复习中做好统筹安排?	128
42. 如何正确看待中、高考前的模拟考试成绩?	134
43. 中、高考前,复习时如何合理协调差科、一般科目与优势科目的关系?	136
44. 中、高考前复习中常出现哪些心理现象,应如何克服?	138
45. 重大考试临场的得分策略、得分手段及注意事项有哪些?	141
46. 有辅导能力的家长,或家庭教师如何在家里高效地辅导学生学习?	148
47. 语文考试时,作文怎样列提纲,打草稿,以确保作文的质量?	152
48. 写书的人的写作能力是如何练就的?	155
49. 你知道读书有多么快乐吗?	162
综合问题	
50. 如何灵活地在学好新课的同时补上以前的缺漏?	167
51. 如何通过四步解题法,把会做的题全做对,解决马虎、粗心的问题?	169
52. 如何培养做事情的持久毅力?	170
53. 如何培养自制力?	177
54. 爸爸、妈妈常拿自己撒气,怎么办?	179

contents

英语篇

55. 什么时候是学习英语的最佳时机? 183
56. 孩子在学习英语时遇到发音不太好的老师怎么办,多换几个英语老师好不好? 185
57. 小学和初中低年级时,如何解决英语单词问题? 187
58. 初中和高中以及更高年级同学,该如何解决英语单词问题? 189
59. 如何系统复习英语所有时态? 191
60. 如何学习英语语法? 194
61. 如何做英语中的阅读理解题? 200
62. 如何在初、高中阶段提高英语的写作水平? 205
63. 高中阶段还要像初中那样去背课文吗? 214
64. 如何进行英语听力的练习? 215
65. 我是如何纠正我的英语发音的? 217

育儿篇

66. 一位三岁孩子的母亲问道:王老师,你是从事语言工作的,你的孩子在语言上又做得那么优秀,你认为如何在小时候培养孩子的语言能力呢? 221
67. 如何引导女儿写书? 225

68. 一位齐齐哈尔的家长问：“我一直教育孩子说，善良的好人都知道讲礼貌，讲谦让。坐公共汽车时要给老人、残疾人及儿童让座。可是前几天我和我五岁的儿子去了北京，很是尴尬。公共汽车上有个座，孩子刚想坐，一位 20 多岁的姑娘就抢着坐上去，没事人似的。孩子看着我就哭。在肯德基吃饭前，孩子在洗手处正洗着手，一个 40 来岁的中年妇女伸手在孩子的手的上面接水洗手，洗完后扬长而去，丝毫不脸红。我真不知道该怎么跟孩子说了。” 228
69. 现在孩子的“逆反心理”非常严重，家长应如何与之沟通？ 229
70. 孩子做事情拖拉，写作业慢，效率低下，怎么办？ 232
71. 孩子学习时比较懒，不动脑筋，学习新的内容不求甚解，只做自己一眼能看出答案的题，遇到难题不思考，如何解决？ 233
72. 少儿时期，如何引导孩子学习古典名著？ 235
73. 有没有必要让孩子参加各种各样的补习班？ 237
74. 孩子让买电脑，但又怕孩子上网，该如何办？ 238
75. 如何戒掉“网瘾”？ 239

学习快车

——王飞博士问答式学习方法课

“影响教育”丛书

学习快车

——王飞博士问答式学习方法课

王飞 邱羽 著

黑龙江教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

学习快车:王飞博士问答式学习方法课/王飞,邱羽著.
—哈尔滨:黑龙江教育出版社,2007.4
ISBN 978-7-5316-4740-9

I.学… II.①王…②邱… III.中小学—学习方法
IV.G632.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 054181 号

学习快车

——王飞博士问答式学习方法课

XUEXI KUAICHE

——WANGFEI BOSHI WENDA SHI XUEXI FANGFA KE

作 者:王 飞 邱 羽

选题策划:宋舒白

责任编辑:宋舒白

封面设计:大象设计·胡晶爽

出 版:黑龙江教育出版社

发 行:新华书店

印 刷:北京市文林印务有限公司

开 本:640×960 1/16

印 张:15

字 数:180 千

版 次:2008 年 1 月第 2 版 2008 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5316-4740-9/G·3637 定价:28.00 元

黑龙江教育出版社网址:www.hljep.com.cn

序言

自今年3月份我与邱羽老师提出“影响教育”理念以来,在全国各地的讲座近百余场,听众也有几万人了,有了更多的机会与众多的家长、学生和一线教师交流关于学生学习方法方面的问题。

听众开始提出的问题总是:王博士,作为博学之士,希望您能帮我们解决一些学生学习与家庭教育方面的困惑。

我的回答也总是:博学之士的“博士”我真的不敢当,但历经考试的“博试”,我倒是受之无愧。国内的中、高考,四、六级,考研、考博,国外的托福、GRE等主流的考试十几个总是有了。谈些个人体会吧。

家长、学生的问题往往如下几种:

考试时,粗心、马虎的“性格问题”如何改变?

学习中遇到难题,不愿深挖、遇难而退的“性格”如何改变?

孩子记不住,学不会,这样的“智力问题”如何解决?

一遇到大型考试就心慌,不能发挥出自己的真实水平,有“心理障

碍”，怎么办？

随着孩子的成长，家长还能不能对孩子的学习有大的帮助？

“影响教育”的理念认为：学习当中的问题绝大多数不属于“性格”、“智力”、“心理”等问题，而是“技术问题”——即完全可以通过技术进行训练，在短期内予以彻底解决。这些问题的解决，首先要从“观念”上正本清源，然后通过正确的“方法”进行技术训练，最后落实成“习惯”从而塑造出优秀的自己。这也就是“影响教育”反复强调的核心理念：观念改变人生；方法成就人生；习惯塑造人生。

曾经有一位母亲领着自己的孩子去找印度的“圣雄”甘地求助。她说：“我的孩子太爱吃糖，能不能劝说他改掉这个坏习惯？”甘地低头沉思了一会儿说：“一周后你再来吧。”一周以后，那位母亲领着她的儿子又来了，甘地成功地让孩子改变了。事后，那位母亲问道：“你为什么不当时就告诉孩子，而一定要一周后呢？”甘地回答：“你不理解，因为那个时候我和他一样也陷于糖中不能自拔，现在不是了。”

全书汇集的 75 个问题，同样也是我当年学习中遇到的困惑，以及我从技术上解决的方法与感受。或许这就是这本书之所以大受读者欢迎的原因吧。

我们看到过蓝天上白云的美，读到过诗文中白云的饶，你可曾听人说起过白云的韵味？“乐山飞人”衣瑞龙就曾多次品到过白云的韵味。他曾几次用自己制作的滑翔机从峨眉山的“舍身崖”上纵身跳下，置身于云霞之中，他尝到了……

这是一本关于学习方法的书。

我们在这里试图与读者朋友分享学习征途中我所见到的一路风景以及身临其境时的自豪的心情。师者,当是一位导游,其责任在于告知他身边的人山巅景色的旖旎和途中的感悟。

希望这些文字能如提出“影响教育”理念的本意,对各位读者朋友产生些微的“影响”。

作 者

2007 年 11 月于北京

目录

序言	5
----	---

理念篇

快车教育理念	17
“影响教育”理念	19
“影响教育”操作方法	20
“影响教育”语录	22

学生篇

学习快车学习法

1. 什么是学习快车学习法?	27
2. 如何最大程度地利用课堂 45 分钟,保质高效地听好每一节课,或者,课上如何记好笔记?	32
3. 想知道吗,一招引起老师注意,百试百灵的绝招?	35
4. 怎样在课后短时高效巩固课堂上获得的知识点?	36
5. 在考试时怎样避免“审题”失误?	38
6. 政治、历史类文科的主观题如何得高分?	40
7. 数学、物理、化学类大题的解题思路如何入手剖析?	43
8. 如何使用演算纸,保证运算准确,杜绝一切出错的可能?	45
9. 如何运用“合并同类项”的技巧,干净利索地解决繁琐计算?	47
10. 一位一线的老师问:“‘会做的题做不对’对很多学生是个‘老大难’的问题,如何提高数学运算能力,使学生不再马虎呢?”	49