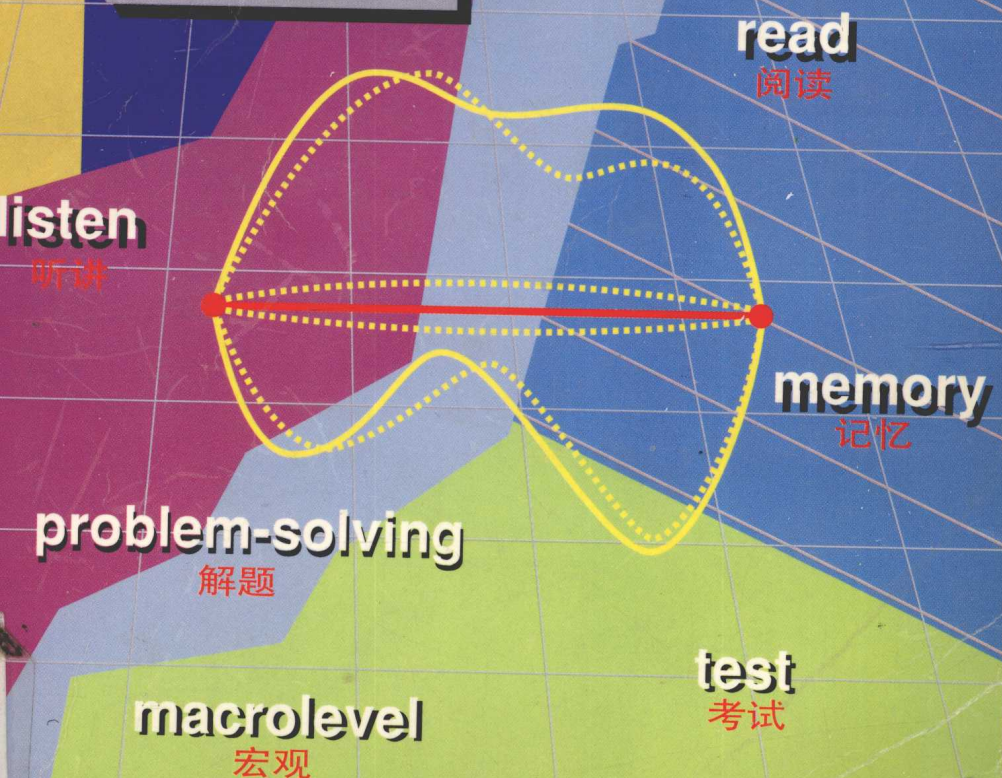


THE STRATEGY OF LEARNING

学习的策略

怎样学得更好，更快，更高兴

学习策略课题组



红旗出版社

THE STRATEGY OF LEARNING

28071

学习的策略

► 怎样学得更好，更快，更高兴 ◀

学习策略课题组

红旗出版社

图书在版编目(CIP)数据

学习的策略/学习策略课题组编

—北京:红旗出版社,1999.4

ISBN 7-5051-0342-3

I.学…

II.学…

III.学习方法

IV. G791

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 09588 号

学习的策略

——怎样学得更好,更快,更高兴

学习策略课题组编

责任编辑:王农媛

封面设计:吴 进 版式设计:史君梅

红旗出版社出版发行

发行部电话:64049470

(邮政编码:100727 北京市沙滩北街 2 号)

北京市京安达明印刷厂印刷

1999 年 4 月北京第 1 版 1999 年 4 月北京第 1 次印刷

开本:850×1168 毫米 1/32 印张:14

字数:274 千字 印数:1-500000 册

ISBN 7-5051-0342-3/G·17

定价:26.80 元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换

献 给

全国所有学生、教师、家长，
以及“终身学习，不亦悦乎”的人们

学习的策略就是那只生金蛋的鸡。

——佚名

学会求知。

——联合国教科文组织

今天教育的内容百分之八十以上都应该是方法……方法比事实更重要。

——联合国教科文组织总干事纳依曼

未来的文盲就是那些没有学会怎样学习的人。

——联合国教科文组织

想要学习却不知道学习策略的人叫做文盲。

——《第三次浪潮》作者阿尔温·托夫勒

学得更好,更快,更高兴

——因为更策略

我们大家都想学得更好,更快,更高兴。

那么,怎样才能实现这个愿望呢?

回答是:必须学得更策略。

有一首歌谣说:

智商功夫到,
努力程度高,
学习策略妙,
效果自然好。

当代科学研究的最新成果表明:

学习效果 = 50% 学习策略 + 40% 努力程度 + 10% 智商。

由此可见,在影响学习效果的三个因素中,智商和努力程度固然重要,但学习策略尤其重要。

所以,要想学得更好,更快,更高兴,就必须学得更策略,即必须运用优良的学习策略。

优良的学习策略使我们学得更好:理解深刻,记忆牢固,应用出神入化,创造海阔天空。

优良的学习策略使我们学得更快：事半功倍，省时高效，用最少的时间学到最多最有价值的知识。

优良的学习策略使我们学得更高兴：在学习中体会到无穷的乐趣，感到学习本身就是一种享受——学习本来就不应该是苦役。

总之，优良的学习策略使我们学得更好，更快，更高兴，因而越学越会学，越学越爱学，越学越想学，就会达到“活读书，读活书，读书活”的光明境界，而不会陷入“死读书，读死书，读书死”的悲惨境地。

学习策略不但在很大程度上决定了学习效果以及作为其表现形式的考试成绩，而且，学习策略还构成了素质和能力的基础。

有人形象地说：“学习的策略就是那只生金蛋的鸡。”

联合国教科文组织谆谆教诲：“学会求知。”

联合国教科文组织总干事纳依曼特别阐述道：“今天教育的内容百分之八十以上都应该是方法……方法比事实更重要。”

联合国教科文组织的埃加·富尔早就一针见血地指出：“未来的文盲就是那些没有学会怎样学习的人。”

《第三次浪潮》的作者阿尔温·托夫勒也反复强调：“想要学习却不知道学习策略的人叫做文盲。”

人的生存和发展是适应，是滚动优化，所以也是学习。
掌握了优良的学习策略，就具备了最主要最根本的素质和

能力,就可以产生素质和能力的其它要素,就可以立于不败之地,就可以在激烈的竞争中出类拔萃。

正因为当代教育学、心理学发现了学习策略的极端重要性,所以欧美发达国家十分重视学习策略的推广,一方面把学习策略贯穿于学科知识的教学之中,另一方面又专门设置学习策略课程,双管齐下,图收大功。我国教育界有识之士也日益关注学习策略,采取各种措施传授学习策略。

在这种背景下,学习策略课题组特意编写了普及读本《学习的策略——怎样学得更好,更快,更高兴》。

《学习的策略》具有如下五个特点:科学性,实用性,普适性,系统性,可读性。

该书的内容是科学的,是以教育学、心理学(特别是认知心理学和学习心理学)、脑科学、事理学为准绳的,是以实验数据、调查资料 and 统计分析结果为依据的,都经过实践的检验。书中的任何具体技术,都绝非随口道来的什么“学习十八招”。那些所谓“学习十八招”,看起来很煽情,实际上却没有科学道理。

该书是科学的,同时也是实用的。书中的技术都是切实可行、拿来就用的操作方法,是立竿见影、行之有效的规范方法。抽象的观念和空洞的口号,只会让普通读者如堕五里雾中,不知所云,也不知所措。

该书还是普适的。书中的具体技术普遍适用于任何人学习任何知识。不管是中学生、中专生,还是大学生、成人

大学生、成人中专生,抑或是终身学习者;不管是学习语文、数学、英语,还是学习物理、化学、生物、历史、地理,抑或是学习经济学、政治学、法学、社会学、心理学、管理学等等,学习的基本方法是相同的、通用的。

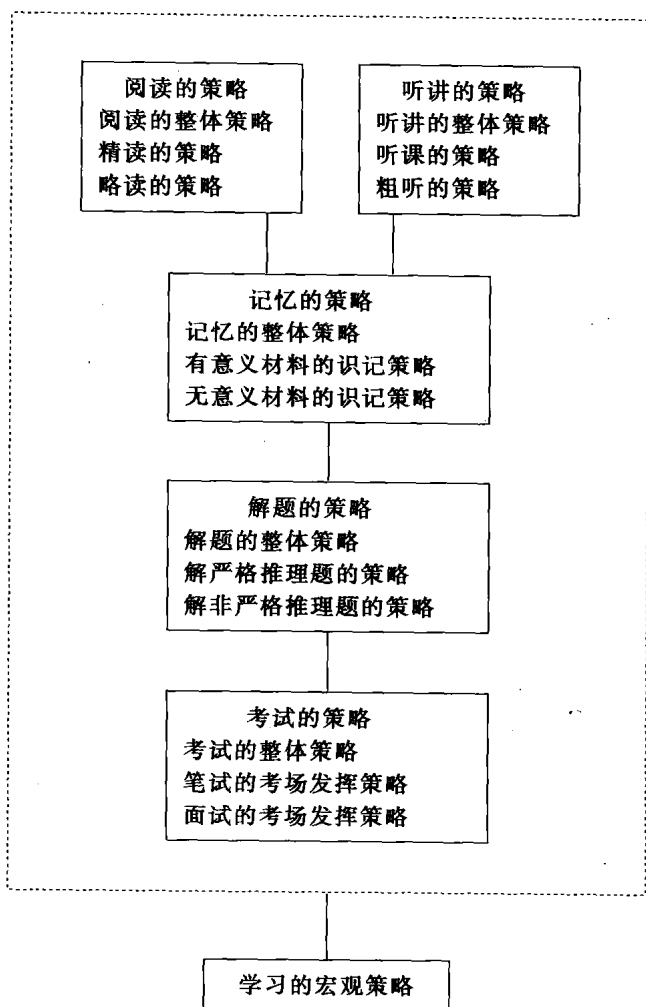
该书还是系统的。许多人有自己的一些学习方法,但往往狭隘、残缺、零碎、散乱。该书涉及学习活动的各个层次、各个方面,包容学习策略的基本知识,按照学习策略的内在逻辑安排全书的结构,鲜明地突出学习策略的系统性,以帮助读者建立自己的学习策略系统。

可读性强也是该书的一个特点,表达深入浅出、简明扼要,文字通俗易懂,图表一目了然,决不晦涩,决不故意艰深。只要具有中学文化水平,就可以轻松愉快地读这本书了。

《学习的策略》是献给我国所有学生、教师、家长,以及“终身学习,不亦悦乎”的人们的一份礼物——它就是那只生金蛋的鸡。

《学习的策略》使我们大家学得更好,更快,更高兴。

全书结构



注意！

第二百一十七条 以营利为目的，有下列侵犯著作权情形之一，违法所得数额较大或者有其他严重情节的，处三年以下有期徒刑或者拘役，并处或者单处罚金；违法所得数额巨大或者有其他特别严重情节的，处三年以上七年以下有期徒刑，并处罚金：

（一） 未经著作权人许可，复制发行其文字作品、音乐、电影、电视、录像作品、计算机软件及其他作品的；

（二） 出版他人享有专有出版权的图书的；

（三） 未经录音录像制作者许可，复制发行其制作的录音录像的；

（四） 制作、出售假冒他人署名的美术作品的。

第二百一十八条 以营利为目的，销售明知是本法第二百一十七条规定的侵权复制品，违法所得数额巨大的，处三年以下有期徒刑或者拘役，并处或者单处罚金。

——摘自《中华人民共和国刑法》

版权所有 盗印必究

对盗版或售卖盗版书的举报电话

单 位

联系电话

新闻出版署扫黄打非办	010—65233456
北京市新闻出版局	010—84251190/89
天津市版权局	022—28335745
河北省版权局	0311—7756500—2611
山西省版权局	0351—4044922
辽宁省版权局	024—23872508/3321
吉林省版权局	0431—5644760
黑龙江版权局	0451—4616590
上海市版权局	021—64339268
江苏省版权局	025—3359836
浙江省版权局	0571—5175660
安徽省版权局	0551—2846150
福建省版权局	0591—7532711
江西省版权局	0791—8513698
山东省版权局	0531—6061783
河南省版权局	0371—5714182/4481
湖北省版权局	027—86792531
湖南省版权局	0731—4302557
广东省版权局	020—87769411
广西省版权局	0771—5851577
海南省版权局	0898—5337894
四川省版权局	028—6636481
云南省版权局	0871—3610552
重庆市版权局	023—63852507
陕西省版权局	029—7274206
沈阳市版权局	024—2734230
大连市版权局	0411—3645450
长春市版权局	0431—8967647
南京市版权局	025—3307836
青岛市版权局	0532—5814611—76
武汉市版权局	027—2839620
广州市版权局	020—83395370
深圳市版权局	0755—2060655
长沙市版权局	0731—2252325
西安市版权局	029—7295629
成都市版权局	028—7771687

目 录

1 导 言

第一篇 阅读的策略

5 第一章 阅读及其重要性

5 第一节 什么是阅读

一、阅读的概念

二、精读与略读

7 第二节 阅读的重要性

一、间接交流信息的方式

二、高效交流信息的方式

三、获取知识的基本方式

9 第二章 阅读的整体策略

9 第一节 阅读整体策略概要

一、阅读整体策略的模式

二、阅读整体策略的具体技术

11 第二节 阅读整体策略详析

一、制定阅读计划

二、构建阅读结构

三、循序渐进

	四、打好基础
	五、选择业余读物
	六、调动阅读情绪
	七、做好读书笔记
	八、利用工具书
22	第三节 不良阅读习惯及其克服
	一、读出声音
	二、逐字阅读
	三、移动手指
	四、转动颈部
	五、纠缠生字
	六、不当返读
	七、忽略标题
	八、病态读书姿势
	九、不讲读书卫生
26	第三章 精读的策略
26	第一节 精读策略概要
	一、精读策略的流程
	二、精读策略的具体技术
28	第二节 精读策略详析
	一、浏览全书
	1. 查看封面信息
	(1) 书名
	(2) 作者
	(3) 出版单位

	2. 查阅内容提要 and 目录
	3. 查阅序言 and 后记
	二、扫读一章
	三、逐节详读
	1. 提问
	2. 细读
	(1) 圈点划线
	(2) 边注眉批
	3. 思考
	4. 复述
	四、小结一章
	五、总结全书
	1. 由薄到厚
	2. 由厚到薄
39	第三节 应用举例
	例一：精读《图解当代科技》
	例二：精读《广告》
	例三：精读《蝙蝠》片段
46	第四章 略读的策略
46	第一节 略读策略概要
	一、略读策略的流程
	二、略读策略的具体技术
48	第二节 略读策略详析
	一、浏览
	二、扫读正文

	1. 快速阅读
	2. 敏捷思考
	3. 推断和预测
	三、细读重点
	四、概括全文
52	第三节 应用举例
	例一：略读《发展心理学》
	例二：略读《书中之书——圣经》
	例三：词组训练
	例四：短文训练

第二篇 听讲的策略

63	第五章 听讲及其意义
63	第一节 什么是听讲
	一、听讲的概念
	1. 听讲的目的
	2. 听讲的过程
	二、聆听与粗听
65	第二节 听讲的意义
	一、促进文明进步
	二、协调人际关系
	三、提高工作效率

68	第六章 听讲的整体策略
68	第一节 听讲整体策略概要
	一、听讲整体策略的结构
	二、听讲整体策略的具体技术
69	第二节 听讲整体策略详析
	一、用心去听
	二、避免偏见
	三、保持稳定情绪
	四、关注无声的言语
	1. 观察面部表情
	2. 注意语调和音色
	3. 注意姿势表情
	五、做出恰当的反应
	1. 不要提太多问题
	2. 不要轻易打断别人
	3. 适当用眼睛交流
76	第七章 听课的策略
77	第一节 听课策略概要
	一、听课策略的流程
	二、听课策略的具体技术
78	第二节 听课策略详析
	一、课前预习
	1. 选择预习重点
	2. 明确预习任务
	3. 施行三层次预习