

张绍民 / 著

介绍最好的学习方法
最著名最实用的智力训练方法
智力读物最佳版本·素质教育必备书籍

智
力
训
练

智

实用智力训练测试宝典

修订珍藏版

中国青年出版社

前言

《实用智力训练测试宝典》是一部关于智能培养、智力训练、智力测试、以提高与开发人的智力潜能为主旨的图书。它适合青少年学生、中小学教师、父母以及一切关心自己的智力发展水平、关心智力话题的人们阅读。

这本宝典首次系统地介绍了智力的组成因素、培养各种潜能的窍门,为青少年、家长、教师及各层次读者提供了较完整的有关智力开发的必要知识。我们可以通过有效的捷径、有效的训练来提高子女、学生或自己的智力水平。我们可以通过 IQ 测试来了解我们的智能水平,同时也为录用、选拔人才方面提供参考。

本书语言流畅,可读性强,好看有趣,极具实用价值,是素质教育首选的读物。它真正体现了“课本学不到,生活真需要”,让你在快乐轻松的阅读中获益匪浅。它是一本极具收藏价值,影响你一生的好书。

如何阅读、使用这本《智力训练》

这本趣味《智力训练》包括以下章节：这样学习最有效、趣味 IQ 训练、快乐脑筋弯弯转、推理 IQ 过关冲刺、就怕你想不到、赢家知道答案共计六章内容。主要介绍了几十种最有效的学习方法，学习方法对 IQ 训练极为重要，好的方法可以让 IQ 迅速提高。本书还介绍了各种有趣的 IQ 训练捷径。全部的 IQ 训练既妙趣横生又惊险刺激，既轻松快乐又增长知识，令你大开眼界，爱不释手。有了这本书，你的 IQ 提高触手可及！你的 IQ 会得到全面的开发！你会惊喜地发现自己的潜力和自己身上爆发的智慧是那么令你自豪！

怎样阅读使用这本书呢？

你可以与你的朋友分享 IQ 训练提高的收获喜悦，你也可以一个人进行自我独立的学习、训练、提高。你也可以与你的亲人共同探讨。

你手中的这本书是最好的 IQ 训练读物，所以你千万不要错过，好好珍惜。通过它，你的 IQ 得到了完美的提升。你的人生就会进入美好的幸福！



目 录

第一章 这样学习最有效

学习方法对提高 IQ 与培养智能无疑是相当重要的。对于 IQ 训练来说,方法得当,可以取得事半功倍的效果。掌握好的学习方法是 IQ 训练的最关键的一环。IQ 训练是时刻存在的,存在于我们的学习中。

1. 温故知新	3	19. 筛选层次学习	18
2. 困境苦读	4	20. 反复三遍学习	19
3. 餐前睡前的学习	5	21. 跳跃读书法	20
4. 双勤学习	5	22. 提要钩玄法	21
5. 复述改写	6	23. 四精学习方法	22
6. 借书抄录	7	24. 学习从简到繁	22
7. 超前想象学习	7	25. 抓住要点学习	23
8. 知文知人	8	26. 渗透扩展学习	24
9. 抓住机遇	9	27. 层层深入学习	24
10. 两个要素学习法	10	28. 坚持四多	25
11. 携手联合学习	11	29. 快速阅读	26
12. “三个不做”学习法	12	30. 掌握规律学习	28
13. 目标明确的学习	12	31. 观测归纳学习	29
14. 重复温习	13	32. 制作卡片学习	30
15. 自我否定的学习	14	33. 积累笔记	30
16. 读书提问	15	34. 边听边写	31
17. 攻破一卷	16	35. 系列组合学习	32
18. 边角批注学习	17	36. 集中精力学习	33



37. 制定计划学习	34	44. 警枕提醒学习	39
38. 家庭课堂学习	35	45. 横向思维学习	40
39. 聆听批评	36	46. 学习时想睡觉怎么办	42
40. 比较研究学习	36	47. 有效利用清醒的时间	44
41. 从尾倒读法	37	48. 让不拿手的科目变得拿手	48
42. 逆向激励学习	38	49. 复习三次不如预习一次	49
43. 避开五种失误去学习	38		

第二章 趣味 IQ 训练

阅读趣味的故事,寻找故事的答案,从中提升你的 IQ,是一件轻松、快乐的事情,这远比进行那些枯燥呆板的 IQ 训练效果要好得多,可谓真正做到了“寓教于乐”!

1. 指路	53	19. 红宝石	66
2. 读书	53	20. 枪响后的红月亮	67
3. 考画	55	21. 退兵术	68
4. 下棋	55	22. 进门难	69
5. 捉獭	55	23. 听“魔曲”	69
6. 洗手	56	34. 智退强盗	70
7. “神兵”	57	25. 催长的药	71
8. 一只表	57	26. 王妃开刀	72
9. 救百姓	58	27. 自己上山	73
10. 讲故事	59	28. 油漆城墙	74
11. 公鸡蛋	60	29. 舍己救人	75
12. 金门槛	62	30. 性命攸关	75
13. 昭平君	62	31. 冻雨洒窗	76
14. 金扁担	63	32. 妙计破敌	76
15. 送寿礼	64	33. 葡萄串儿	77
16. 刘罗锅	64	34. 解缙献宝	78
17. 救罗程	65	35. 李泌做诗	79
18. 游华山	66	36. 唐寅推窗	80



37. 用画治病	80	47. 木匠的经验	87
38. 张飞写信	82	48. 舍命画圣像	88
39. 机智回答	82	49. 汉武帝遇险	90
40. 许而不给	83	50. 张释之执法	92
41. 管仲买鹿	83	51. 樱桃和麻雀	92
42. 巧取王冠	84	52. 极刑变奖励	93
43. 陪皇帝钓鱼	85	53. 诸葛亮的妙计	93
44. 小孙女解围	85	54. 欧阳修追苏东坡	93
45. 宰相盖学堂	86	本章答案	94
46. 送给全江西	87		

第三章 快乐脑筋弯弯转

从文化、军事社会、生活等各种知识中汲取 IQ 营养,既能提升一个人的智能,又能增长一个人的涵养,何乐而不为呢?从我们我们也可以悟出:知识是一种智力的积累。所以,从知识中你可以找到 IQ 的源泉!

1. 巧用标点	113	15. 百担榆柴	120
2. 解结化险	113	16. 解解元	120
3. 祝枝山写春联	114	17. 乐乐乐	121
4. 和珅求匾	114	18. 相国之妻	121
5. 巧对苏小妹	115	19. 巧记圆周率	121
6. 德国水手维勒	115	20. “绝妙好辞”	122
7. 图画信	115	21. 故意写错字	122
8. 横看成岭侧成峰	116	22. 巧加一字	123
9. 国王选女婿	117	23. 变字	123
10. “隐语”拾趣	117	24. 猜猜看	124
11. 一箭双雕	117	25. 谁是冠军	124
12. 妙用数词	118	26. 字谜	124
13. 打字寄情	119	27. 一首绝妙的回文词	125
14. 同音词的误会	119	28. 重组回文诗	125



29. 回文趣话	125	58. 只管涂肥皂,不管刮胡子	136
30. 回文	125	59. 理发收费不是为了剪头发	137
31. 李白和杜甫的写诗秘诀	126	60. 这棵树上结 7 个苹果	137
32. 诗句填动物	126	61. 买马不付钱	138
33. 赛马取胜	127	62. 阿凡提赛过“大力士”	138
34. 士兵减灶	127	63. 毕加索回答德国军官	138
35. 智退匈奴兵	128	64. 林肯反唇相讥	139
36. 什么心意	128	65. 萧伯纳对付敲竹杠	139
37. 林中藏有劫匪	128	66. 钱钟书妙喻谢绝求见	140
38. 撒豆能制胜	129	67. 失言后巧解	140
39. 金蝉脱壳	129	68. 拒绝日本记者的采访	140
40. 将火把绑在猴背上	129	69. 妙答警察	141
41. 在路上撒下了什么	130	70. 改一字就消除了误会	141
42. 让敌船任意漂流	130	71. 为战斗英雄解围	142
43. 蒙骗敌军	131	72. 想的什么办法	142
44. 堵住河水	131	73. 说“没有本事”	142
45. 送女人衣服	131	74. 怎样“诈骗”新闻	143
46. 棺材里真是霍乱病死者吗	132	75. 钓鱼没有被罚款	143
47. 毛泽东机智脱险	132	76. “挺胸”和“弯腰”	144
48. 甩掉密探	132	77. 弹奏“弹不了的乐曲”	144
49. 希腊人用计谋进入特洛伊城	133	78. 巧释“上桥”与“下桥”	144
50. 鸡蛋有秘密	133	79. 将军解“结”	145
51. 间谍消失	134	80. 叫阿凡提多多保证	145
52. 找到密码	134	81. “骂人”治病	146
53. 联系方式	135	82. 巧称西瓜	146
54. 树叶上有空心字	135	83. 没撞着穿黑衣的醉汉	146
55. 让长线变短	135	84. 军舰有什么缺点	147
56. 说谎娶公主	136		
57. 随机应变	136		



85. 保守军事秘密	147	95. 魔手	151
86. 推销自己的著作	148	96. 长寿老人	152
87. 施巧计写奏本	148	97. 比幽默	153
88. 解缙敢打皇帝	148	98. 尼古拉分油	153
89. 赚得国王的 1000 银币	149	99. 哭泣的男孩	154
90. 不淘金却发了财	149	100. 最佳裁缝	154
91. 智救工匠	149	101. 头上悬着剑	155
92. 怎样取胜	150	102. 聪明画家	155
93. 先做什么	150	103. 聪明青年	156
94. 发光鸟的死	151	本章答案	157

第四章 推理 IQ 过关冲刺

像一个名侦探推理破奇案充满妙趣,同时又有百米冲刺的刺激。知道案件的答案后又恍然大悟,或者你比名侦探更具有智慧……推理 IQ 过关冲刺,让你尽情发挥潜能,进行 IQ 训练!

1. 一发必中的枪靶子	171	15. 焚尸灭迹案	178
2. 开保险柜	171	16. 秘密机关	178
3. 神枪瞎子	172	17. 智斗抢劫犯	179
4. 窄口瓶内的钻石	172	18. 发现秘密	179
5. 快速送信	173	19. 花猫和蚂蚁破案	180
6. 揭穿伪证	173	20. 赎金哪去了	181
7. 神钟断案	174	21. 白色的圣诞节	181
8. 一场闹剧	174	22. 谁无礼了	182
9. 贼踪难觅	175	23. 断水三天的航海人	182
10. 偷佛珠的是谁	175	24. 送出情报	183
11. 盗窃案	176	25. 玉佛被盗	183
12. 无指纹的原因	176	26. 走错了房间吗	184
13. 古玉失踪	177	27. 停电	185
14. 古代壁画	177	28. 测字先生之死	185



29. 纯正的咖啡	186	47. 谁偷喝了蛋汤?	195
30. 灵人	186	48. 谁是妈妈?	196
31. 偷回人	187	49. 撬门	196
32. 聪明的林肯	187	50. 讹诈者	196
33. 孪生兄弟	188	51. 谁的旅行包	197
34. 小小侦探	189	52. 双燕争巢	197
35. 守财奴	189	53. 婚配案	197
36. 一笔救命	190	54. 猎人	198
37. 为何打不中	190	55. 化学家的鉴定	199
38. 完善的计划	190	56. 柴车断案	199
39. 离奇的凶杀案	191	57. 证据	200
40. 鞋印破案	191	58. 一瓮金子	200
41. 长颈鹿的嘶鸣	192	59. 骗子	201
42. 海瑞断案	192	60. 毒蛇和钻石	201
43. 蒙混过关	193	61. 真假名画	202
44. 算式后的秘密	194	62. 拾金不昧	202
45. 明察秋毫	194	63. 偷瓜人	203
46. 船上的缎面被	195	本章答案	203

第五章 就怕你想不到

说到底, IQ 有时是急中生智, 有时是出人意料! 无论从哪个角度, 你最好把自己的思维拓宽得更辽阔一点, 那么你思维的视野能够深入问题的任何地方, 你的 IQ 就会是无所不能的! 就像许多名人的智慧一样!

1. 聪明的张胖	213	7. 教授的问题	214
2. 师徒斗智	213	8. 分豆子	214
3. 张牛和李伟	213	9. 居里夫人的问题	215
4. 小铁让座	213	10. 聪明的孩子	215
5. 护送宝马	214	11. 坐在哪里	215
6. 免费辩护	214	12. 你能做到吗	215



目 录

13. 火车和汽车	216	45. 县官为什么要“突然……”	227
14. 聪明的小胡	216	46. 青铜器皿摩擦后会生火花吗	227
15. 笼中还有几只脚	216	47. 狗热得直流汗吗	228
16. 他使用了什么办法	216	48. 公平的秤却称不准	228
17. 这究竟是幅什么画	216	49. 谁是假养鸟专家	228
18. 聪明的毕加索	217	50. 要抓卖仁丹的	229
19. 国侄的谎言	217	51. 奇怪的爆炸案	229
20. 老者说的是什么	218	52. 如何巧识烧碱	230
22. 只有一个说实话	218	53. “1263”是什么意思	230
23. 请你找出犯错的孩子	218	54. 偷马贼是怎样上钩的	230
24. 一幅伪作	219	55. 包公为什么要审石板	231
25. 光信号与电话铃	219	56. 火车朝哪个方向开	231
26. 是与不是	219	57. 杀牛贼自投罗网	231
27. 萧伯纳的回信	219	58. 真是遭天雷轰吗	232
28. 奥林匹克竞赛	220	59. 开心果、盐水鸭、猕猴桃的暗示	232
29. 数学家与间谍	220	60. 招收研究生	232
30. 谁是凶手	220	61. 兔子跑到哪里去了	233
31. 福尔摩斯探案	221	62. 华盛顿为面对壁炉作解	233
32. 后花园里的谋杀	222	63. 丘吉尔还丢掉了什么	233
33. 有没有晒日光浴	222	64. 希特勒像精神病人	234
34. 血样从何而来	223	65. 戴高乐不让设副总统	234
35. 思乡的青年在说谎	223	66. 准备一个大废纸篓	234
36. 布是谁的	223	67. 向身处险境的朋友举枪	235
37. 喊话中露出了什么马脚	224	68. 林肯惟一的依靠	235
38. 排除张弥罪嫌	224	69. 丘吉尔是怎样顺势回击的	235
39. 解决财产纠葛	224	70. 用萧伯纳的名字命名狗	
40. 茶水中的秘密	225		
41. 悔恨诗	225		
42. 挖蚯蚓喂鹅	226		
43. 追捕或等候	226		
44. 把鸡判给谁	226		



.....	236	95. 一休烧水	244
71. 谢甫琴科怎样维护自己的尊严	236	96. 一无所获	244
72. 海涅为什么要寄石头	236	97. 谁是偷鱼者	244
73. 雨果是怎样巧拒邀请的	236	98. 卖坛子	244
74. 雨果为什么高兴	237	99. 诸葛亮与张飞的比赛	245
75. 观众对希特勒说了什么	237	100. 晒麦子	245
76. 威廉不带小提琴	237	101. 放风筝	245
77. 毕加索不理睬抗议	238	102. 汽车的后窗	245
78. 真诚的告诫	238	103. 杂技演员过桥	246
79. 眼福和机会是什么	238	104. 有趣的现象	246
80. 要有观察力	238	105. 潜水艇	246
81. 李政道是怎样看待成绩的	239	106. 炒栗子	246
82. 刘墉为什么会上当	239	107. 秦始皇防刺客	247
83. 晏子是怎样刀下救人的	240	108. 烟要上升	247
84. 怎样让百匹马驹各自找到 自己的母亲	240	109. 生锈的铁棒	247
85. 郑成功为什么赏识他	241	110. 诸葛亮的感慨	247
86. 济公修塔	241	111. 阿凡提的故事	247
87. 小溪潺潺	241	112. 针如何漂在水面	247
88. 闪电与雷声	242	113. 北极取水	248
89. 聪明的小猴子	242	114. 饮料中的冰块	248
90. 树叶不能烧	242	115. 转椅的力量	248
91. 异口同声	243	116. 鸽子喂奶	248
92. 乒乓球与软木塞	243	117. 黄鳝为什么没有妈妈	248
93. 蓝色火球现象	243	118. 老鼠咬木头	249
94. 哪些冰块先化	243	119. 老牛多大了	249
		120. 金鱼眨眼	249
		121. 哪支蜡烛先灭	250
		122. 包公判羊	250
		123. 用灰搓绳子	250
		本章答案	251



第六章 赢家知道答案

我们当然充分相信你是 IQ 赢家,你的 IQ 让你轻易知道不少智力题的答案。那为什么还要你练习这些智力题呢?就是为了让脑瓜子更为灵活好用。你是知道的——常用的大脑不生锈!

1. 握手之间	265	25. 天文爱好者	272
2. 歌碟之谜	265	26. 三江口的城市	273
3. 时装模特	265	27. 夫妻之谜	273
4. 卡通画家	266	28. 女友观灯	273
5. 生日贺卡	266	29. 节日的彩灯	274
6. 香港回归	266	30. 实验室的窃笑	274
7. 员工猜“横批”	267	31. 盲人挑灯	275
8. 魔球现象	267	32. 先生女士配夫妻	275
9. 江北机场	267	33. 斑驳的古城门	275
10. 大有作为	268	34. 超短挽联	276
11. 太阳照射在旗杆上	268	35. 电车上的座位	276
12. “国嘴”妙答	268	36. 古柏森森	276
13. 隔壁邻居	269	37. 三堆棋子	276
14. 武僧画图	269	38. 永康宝塔	277
15. 牧羊人与过路人	269	39. 玲珑剔透的玻璃球	277
16. 花园城的中学生	269	40. 宾客盈门	277
17. 科学家与研究生	270	41. 百鸡问题	278
18. 百花洲电影院	270	42. 职业推理	278
19. 端午节赛龙舟	270	43. 犬兔赛跑	278
20. 旅游景点好热闹	271	44. 割肉官司	279
21. 醉翁的“隐语”	271	45. 健忘森林	279
22. 迎击敌人	271	46. 过关卡	279
23. 飞行表演	272	47. 庞贝古城	280
24. 航海奇闻	272	48. 影星的“芳龄”	280



49. 印度“荷花池”	280	68. 天然动物园	286
50. 比萨斜塔	281	69. 兔子的繁殖	286
51. 巴林格陨石坑	281	70. 地球与赤道	287
52. 那天星期几?	281	71. 富翁破产	287
53. 鲸鱼俱乐部	281	72. 哥伦布竖鸡蛋	287
54. 运动员聊天	282	73. 索尼公司的招聘	288
55. 蓝呢与黑呢	282	74. 圣诞老人送礼	288
56. 天鹅出版社	282	75. 古埃及人分面包	288
57. 曼德森卖马	283	76. 吹牛皮的伪善家	289
58. 谁对谁错	283	77. 弟弟反比哥哥大	289
59. 黑白棋子	283	78. 更夫德克尔的懊丧	289
60. 森林女巫与蓝精灵	283	79. 拿破仑的“子弹”	290
61. 斐济小岛上的商店	284	80. 爱因斯坦的“阶梯”	290
62. 住宅与纳税	284	81. 真正的凶手是谁?	290
63. 从赤道起飞	284	82. 欧拉掐指算克朗	291
64. 农夫卖鸡蛋	285	83. 古罗马的法律	291
65. 荷马挑重担	285	84. 赤道线上的城市	291
66. 罗马有条河	285	86. 旅游船追帽子	292
67. 贵妇买帽子	286	本章答案	292



第一章

这样学习最有效

学习方法对提高 IQ 与培养智能无疑是相当重要的。对于 IQ 训练来说，方法得当，可以取得事半功倍的效果。掌握好的学习方法是 IQ 训练的最关键的一环。IQ 训练是时刻存在的，存在于我们的学习中。



1. 温故知新

巴金是中国的著名作家。他一生刻苦学习，勤于笔耕。他总结出一种独特的学习方法。他在《读书》上写道：“在我第二次住院治疗期间，每天午睡不到一小时就下床坐在沙发上，等护士同志两点钟来量体温。我坐着一动也不动，但并没有打瞌睡。我的脑子不肯休息，它在回忆我过去读过的一些书，一些作品，好像它想在我的记忆力完全衰退之前，保留一点美好的东西。”

巴金常常这样静坐回忆和默诵以前读过的书。

他的这种回忆读书法，是一种奇特的方法。它是在没有书的情况下，通过回忆来进行学习。

这种温故知新、用大脑储书的好处很多。

巴金亲身经历过十年动乱，他深有体会地说：“文革期间要是造反派允许我写日记，允许我照自己的意思去写，我的日记中一定写满了书名。人们也许会奇怪，我的书房被贴了封条，加了锁，封闭了十年，我从哪里找到书来阅读呢？他们忘了人的大脑是一个大仓库，里面储存着别人拿不走的东西。”

这个经历说明一个人在条件差时，可以不受条件和环境的限制，而利用大脑储备库来进行回忆学习。

巴金把以前读过的书进行再现式地“拿”出来，一点点地咀嚼，细细地品味，深入吸收其中的营养。就像牛反刍一样，更进一步地消化吸收。与此同时，每回忆一次之后，在认识和理解上，比以前都有很大的提高，在“温故”的基础上学到了新知识。

温故知新，是一种有益的“读书”学习方法。它能有意识



地、分门别类地按一定计划在头脑里“储书”，它是在读书学习时的一项基础工程。

2. 困境苦读

狄更斯是19世纪英国的批判现实主义作家，也是一个自学成才的典范。

他出生在一个贫穷的家庭，父亲是个小职员。他十岁时，父亲因负担不了八个孩子的生活费用而负债入狱，他也因家庭经济危机被迫辍学。从此，他用稚嫩的双肩挑起了生活的重担：照顾幼小的弟妹，探望狱中的父亲。为了谋生，他做过童工、广告模特、律师事务所的信差等工作。在生活的磨难中，他没有放弃读书。他从小酷爱文学，通过长期的刻苦读书，他掌握了大量的文学知识，并开始练习写作。他二十多岁时当上了报馆的采访记者，经常到国会记录辩论情况，耳闻目睹了官场的黑暗和腐败，同时在写作上也得到了锻炼。

1837年狄更斯发表了第一部长篇小说《匹克威克外传》，尖锐地讽刺了英国的资产阶级假民主，获得了极大的成功。两年后，他先后发表了反映儿童在资本主义社会中悲惨命运的长篇小说《奥列佛·退斯特》和《尼古拉斯·尼克尔贝》。1842年去美国旅行后，发表了《美国札记》和长篇小说《马丁·朱述尔维特》，揭露了美国的假民主、种族歧视和金元崇拜。19世纪50年代，是他创作的鼎盛时期，发表了长篇小说代表作《大卫·科波菲尔》及《董贝父子》、《荒凉山庄》、《艰难时世》等，进一步揭露了资产阶级的贪婪、伪善以及司法和行政机构的腐败。1859年完成的长篇小说《双城记》是以法国革命为背影，以资产阶级的人道主义为出发点，表示了对生活在苦难中的人们的同情和对革命暴力的恐惧，引起了很大反响。