



초등학생을 위한

공부기술

全彩漫画读本

风靡全亚洲的学习方法启蒙书

韩日学生人手一本的优等生学习法

我能考第一

5

优等生的100种学习习惯

[韩] 朴申植 著

[韩] 金美贞 绘图



比IQ、EQ
更重要的是习惯!



文化艺术出版社
Culture and Art Publishing House

图书在版编目(CIP)数据

我能考第一/(韩)朴申植著; 杨俊娟译. - 北京:
文化艺术出版社, 2005.11
ISBN 7-5039-2880-8

I. 我… II. ①朴…②杨… III. 学习方法 - 儿童
读物 IV. G791.49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 130271 号

103 kinds of Studying Techniques

Text copyright © 2004, 朴信植

Illustrations copyright © 2004, Kye Lim.com Publishing Co., Ltd. All rights reserved.

Chinese simplified translation copyright © 2005,

Beijing Hope Electronic Press, Culture and Art Publishing House

Chinese simplified translation rights directly arranged with Kye Lim.com Publishing Co., Ltd.
Seoul, Korea.

著作权合同登记号: 图字 01-2005-2722

我能考第一⑤

作 者 [韩]朴申植 文 [韩]金美贞 图
译 者 杨俊娟
责任编辑 李恩祥
出版发行 文化艺术出版社
地 址 北京市朝阳区惠新北里甲 1 号 100029
网 址 www.whyscbs.com
电子邮箱 whysbooks@263.net
电 话 (010)64813345 64813346 (总编室)
(010)64813384 64813385 (发行部)
经 销 新华书店
印 刷 北京佳顺印务有限公司
版 次 2005 年 11 月第 1 版 2005 年 11 月第 1 次印刷
开 本 797 × 1092 毫米 1/16
印 张 12
字 数 50 千字
书 号 ISBN 7-5039-2880-8/G·553
定 价 28.00 元

版权所有, 侵权必究。印装错误, 随时调换。



초등학생을 위한

공부기술

全彩漫画读本

风靡全亚洲的学习方法启蒙书

韩日学生人手一本的优等生学习法

我能考第一

5

优等生的100种学习习惯

[韩] 朴申植 著

[韩] 金美贞 绘图

杨俊娟 译



文化艺术出版社
Culture and Art Publishing House

前言

学习习惯 可以改变你的未来

所谓优等生，指那种努力发现自己的才能、并能把它发挥出来的孩子。想要成为这样的优等生，一个基本标准就是一定要学习好。因为，学习是实现所有目标的最重要的基础。

那么，优等生和那些所谓的差生，他们的差别在哪里呢？是有人脑子聪明、有人脑子笨吗？当然不是。其实他们的差别就在于学习习惯。

如果你觉得自己已经是一名优等生了，是不是就不再需要培养新的学习习惯了？如果你觉得自己还算不上是一名优等生，那么又该怎么做呢？或者说，如果你觉得自己没



有什么特别擅长的科目，又该怎么做呢？

要想让自己变得更好，就需要有一些改变，一些可以提高自己学习水平的全新变化，也就是说，要培养适合自己的学习习惯。因为这样做，才能改变你的未来。

有一句话是这样说的：“开始，我造就习惯，后来，习惯造就我。”这句话的含义就是：养成良好的学习习惯，就能取得巨大的学习效果。而一个好习惯的养成是很不容易的，即使是一个很小的习惯，也需要付出大量的努力。

本书就是想通过100个故事，告诉小读者们100种好的学习习惯。希望大家都可以把这些好习惯变成自己的财富，坚持努力，打好基础，人人都成为优等生。

朴申植



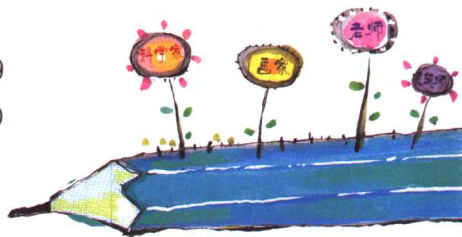
目录

- 01. 为什么要学习?8
- 02. 培养适合自己的学习习惯.....10
- 03. 优等生们都在想什么?11
- 04. 优等生与差生的差异.....12
- 05. 我有哪些学习习惯?16
- 06. 是学不好, 还是没有学?18
- 07. 优等生的真正标准是什么?20
- 08. 有梦想才有希望.....22
- 09. 我一定行!24
- 10. 我最崇拜的人是谁?26
- 11. 永不言弃.....28
- 12. 自我暗示.....30
 - 13. 懂得爱自己.....32
 - 14. 发现自己的优点.....34
 - 15. 肯定自己.....36
 - 16. 学习需要持久的毅力.....38
 - 17. 要想学习好, 早饭不能少.....40
 - 18. 有利于和不利于大脑活动的食物.....42
 - 19. 采用正确的学习姿势.....44
 - 20. 我们爱运动.....45
 - 21. 一定要睡个好觉.....46
- 22. 神秘的大脑.....48
- 23. 我是左脑型, 还是右脑型?50
- 24. 听听莫扎特和贝多芬的音乐.....
- 25. 会休息, 才能会工作.....54





- 26. 钢琴和围棋有助于开发大脑……56
- 27. 你看到什么? ……58
- 28. 同时使用左脑和右脑……59
- 29. IQ (智商) 高不一定就是优等生……60
- 30. IQ (智商) 测试中会出现什么题? ……62
- 31. EQ (情商) SQ (社会性指数) MQ (道德指数) ……64
- 32. 怎样进行EQ (情商) 测试? ……66
- 33. 智力是遗传的吗? 还是环境造成的? ……68
- 34. 出了什么事? ……69
- 35. 皮格马利翁效应……70
- 36. 发现自己的个性特点……72
- 37. 永远怀着好奇心……74
- 38. 学习就要集中精神……76
- 39. 找到容易集中精神的地点和时间……78
- 40. 多培养课余爱好……79
- 41. 在房间里学习的各种类型……80
- 42. 各种记忆方法……82
- 43. 理解比死记硬背更重要……84
- 44. 嚼东西可以提高记忆力……85
- 45. 通过做游戏, 提高注意力和记忆力……86
- 46. 培养创造能力……88
- 47. 我是个有创造性的人吗? ……89
- 48. 通过多说多写培养创造力……90
- 49. 通过画画培养创造力……94
- 50. 通过小发明培养创造力……96



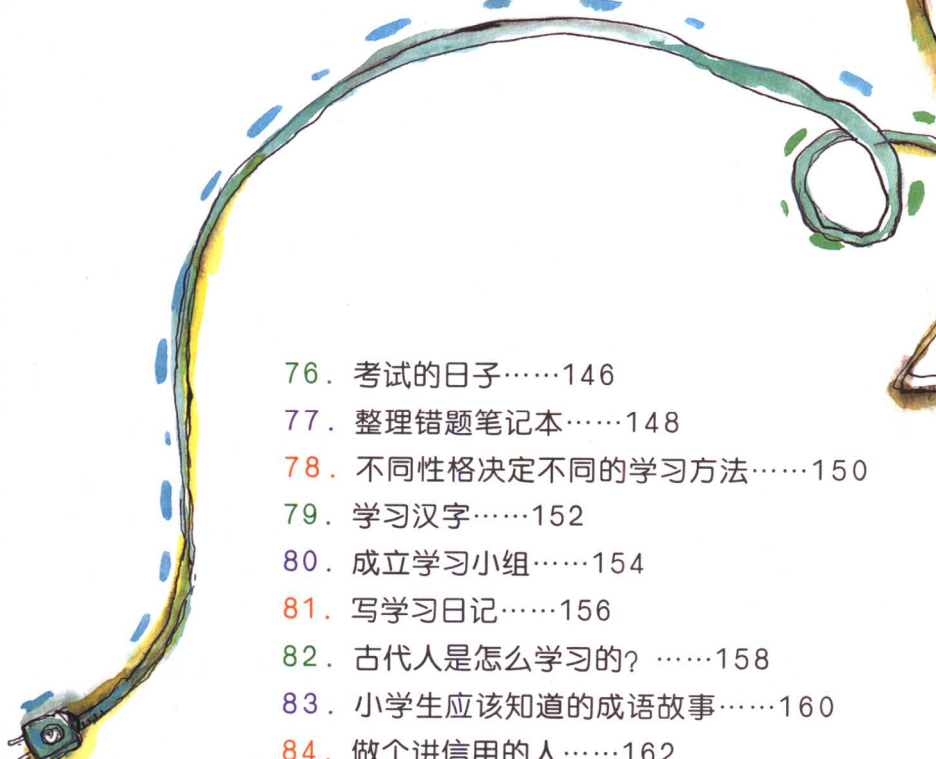
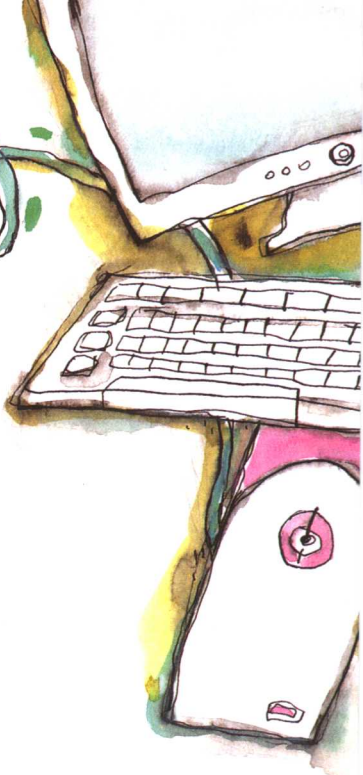
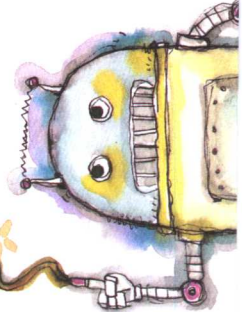


吃早饭啦……



- 51. 制定每周计划……98
- 52. 学校是个快乐的地方……
- 53. 学会整理……102
- 54. 课堂是基本! ……104
- 55. 上课态度最重要……106
- 56. 充分掌握教科书的内容……108
- 57. 学会预习……110
- 58. 通过复习, 把学过的知识变成自己的……112
 - 59. 作业既是预习又是复习……114
 - 60. 整理好练习本……115
 - 61. 多问问题……116
 - 62. 学会利用零散时间……118
 - 63. 学会整理笔记……120
 - 64. 不要偏科……122
 - 65. 语文一定要多读多写……124
 - 66. 数学要完全理解课本内容……126
- 67. 社会需要了解我们生活的环境……128
- 68. 科学就是满足好奇心……130
- 69. 快乐学英语……132
- 70. 积极参与各种文体活动……134
- 71. 参考书和练习册……136
- 72. 养成独立学习的习惯……138
- 73. 学会利用辅导班……140
- 74. 伟人们的学生时代……142
- 75. 不必担心结果……144



- 
- 
- 
- 
- 
- 
76. 考试的日子……146
77. 整理错题笔记本……148
78. 不同性格决定不同的学习方法……150
79. 学习汉字……152
80. 成立学习小组……154
81. 写学习日记……156
82. 古代人是怎么学习的? ……158
83. 小学生应该知道的成语故事……160
84. 做个讲信用的人……162
85. 多读书……164
86. 养成写备忘录的习惯……166
87. 勇敢尝试各种体验……168
88. 学会利用电视和电脑……170
89. 远离电脑游戏……172
90. 假期不是玩的专用时间……174
91. 校园法则……176
92. 多看报……177
93. 理解父母的爱……178
94. 我的座右铭……179
95. 学习说话的艺术……180
96. 多结交好朋友……182
97. 学会抵御诱惑……184
98. 关于学习的名言……186
99. 培养领导才能……188
100. 一起学习, 共同进步……190

01 为什么要学习？

现在，很多孩子为了取得好成绩，为了将来考上一个好大学，每天奔波于学校和各种辅导班之间。可是很少有人认真思考一下，真正的学习究竟是什么，以及为什么要学习。

学习，不是为了应付父母或老师的要求，也不单纯是为了积累更多的知识，当然更不是为了得到周围人的称赞和夸奖。

实际上，学习可以让我们获得对人生有价值的知识和正确的生活态度，也可以让我们发现自己的才能，并最大限度地发挥出来。

换句话说，学习的目的，在于提高自身价值，为实现梦想打下坚实的基础。学习越好，自身的价值就会越高，梦想也会越宏大。而如果学习很差，不仅自身价值会降低，对未来的梦想也会变得微不足道。

想想看，我们长大以后，如果没有能力做自己喜欢的事情，心情会怎么样啊？

到那个时候，我们会意识到，学习的目的，原来就是让自己成为一个有用的人。

你想不想让自己成为一个对社会有用的人？如果想，就从现在开始，

认真学习吧。

学习是一项非常公平的游戏，只要你努力，就一定会有收获。好了，
现在就来向这个公平的游戏发起挑战！



02

培养适合自己的学习习惯

有时候你是不是很厌倦学习，是不是觉得学习很无聊、很枯燥？那是因为你还没有真正了解学习的含义，没有养成正确的学习习惯。

我们每天的生活都是这样开始的：早上起床，然后叠被子、刷牙、洗脸、吃早饭，偶尔是不是也会觉得挺麻烦？其实，如果把学习也看成需要每天重复做的事情，心态可能会平和得多。

进入小学以后，才开始正式学习，在这个阶段，培养一种适合自己的学习习惯，要比单纯的学习重要得多。因此，在这时候，一味地追求成绩的快速提高，并不是一种正确的解决方法。

在韩国有一句俗语是这样说的：“得到一条鱼可以活一天，学会抓鱼的方法可以过一辈子。”如果你懂得了这句话的含义，那么对于实现未来的梦想，将会有更大的把握。



03

优等生们 都在想什么？

那些成绩优秀的优等生，他们心里都在想些什么呢？让我们来看一看吧：

“我常常会想象自己 20 年后的样子。如果现在连自己为什么要学习都不知道，又怎么能全力以赴地去努力呢？”

“课堂是最重要的。我做小动作的时候，别的同学都在认真听讲，那我肯定会落后。”

“生活一定要有规律。只有这样，才能保持和谐的学习节奏。”

“必须坚持预习。这样的话，上课时就可以把不明白的问题全弄懂。”

“周末和节假日也不能浪费，否则，不管平时多用功也没有用。在这些日子，也一定要有计划。”

“没有人可以永远都不用考试。既然考试是无法逃避的，就该积极地迎接它。”

“父母是最好的老师，应该尊敬、热爱他们。”



04

优等生与差生的差异

① 即使没有考试，优等生平时也会坚持认真学习。而差生总是到了考试的前几天，才临阵磨枪。

② 优等生即使没有计划，也会生活得很有规律。差生的学习计划总是定得很漂亮，但他们只能按计划去玩，不能按计划去学习。





③ 脑子聪明的优等生，会**坚持用功**。脑子聪明的差生，却不知道努力。

④ 优等生遇到已经学过的知识，仍然**专心听讲**，差生却背着老师做别的事情，根本不听讲。





⑤ 优等生都有明确的目标，把那些成功的伟人当作自己的榜样。差生却只记得那些经常逃学或者学习很差但也成功了伟人。

⑥ 优等生经常会把朋友当做自己的竞争对手，有时也会拒绝朋友去玩的邀请。差生觉得和朋友在一起比学习更重要，只关心与玩有关的事情。



⑦ 优等生通过对健康和情绪有好处的运动或欣赏音乐等活动来缓解压力，差生则认为，只有看电视或玩电脑游戏，才能解除压力。

⑧ 优等生在学习的时候就专心地学习，在玩的时候就痛快地玩。差生在学习的时候想着玩，在玩的时候又担心学习，结果既学不好也玩不好。