

中学生素质教育阅读丛书 **智育系列**

进入学习成功隧道

国家教委指定中小学图书馆必备用书

韩作黎 主编



谈
心
角

中国和平出版社



谈心角

中学生素质教育阅读丛书·智育系列

进入学习成功隧道

中国和平出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

进入学习成功隧道/韩作黎主编. —北京:

中国和平出版社, 1997.10

(中学生素质教育阅读丛书·智育系列)

ISBN 7—80101—888—5/G·661

I. 进… II. 韩… III. 学习方法—中学生—课外读物 IV. G634

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 23136 号

进入学习成功隧道

(中学生素质教育阅读丛书·智育系列)

中国和平出版社出版发行

中国和平出版社电脑排版

(北京市西城区鼓楼西大街 154 号 100009)

电话: 84026161 84026019

北京泽明印刷有限责任公司印刷 新华书店经销

1997 年 12 月第 1 版 2004 年 1 月第 4 次印刷

开本: 787×1092 毫米 1/32 5 印张 100 千字

ISBN 7—80101—888—5/G·661 定价: 9.95 元

中学生素质教育阅读丛书

总顾问

邹时炎

顾 问

王 富

主 编

韩作黎

副主编

吴昌顺 原新晓 安俊芷（常务）

封面、封底人物摄自以下学校：

北京 161 中

北京 4 中

北京 61 中

北京 25 中

北京柳芳里中学

北京景山学校

北京实用美术职业学校

北京外事服务职业高中

北京通县二中

谨向以上学校的同学、家长及老师表示感谢。

序

韩作黎

少年朋友们，你们将荣幸地成为跨世纪的一代新人，你们将成为21世纪我国社会主义现代化建设的生力军和主力军。你们的整体素质如何，不仅决定和影响个人前途，而且直接关系到中华民族未来的命运。你们可知道，未来的社会成员要具备哪些基本素质？从现在起，你们应该做些什么？

首先，要养成良好的道德品质和行为习惯。未来社会是高度文明

的社会，随着社会生活的不断丰富，社会成员文化水准的日益提高，良好的社会风尚、和谐的人际关系日益成为生产和生活的需要。少年朋友们要学习和继承中华民族的传统美德，从小培养热爱祖国，热爱人民，热爱中国共产党，热爱社会主义，热爱科学和热爱劳动的好品质，增强与现代社会相适应的创业意识、竞争意识、时间观念、效益观念和协作精神，学会理解和尊重他人，而又自尊、自爱、自信、遵纪守法、敬业开拓、克己奉公、抵制诱惑和腐蚀，做一个道德高尚的文明人。

第二，要努力学好文化科学知识。实现现代化，就是要在我国进行一场伟大的技术革命，用当代最先进的科学技术武装我们的工业、农业、国防和国民经济的一切部门。要实现这个宏伟目标，需要一大批世界一流的科学技术专家，需要千千万万掌握现代化生产技能的工人、农民和其他劳动者，需要一大批懂得现代科学技术的各行各业的管理人员。要适应未来社会的需要，就要打好坚实的文化科学知识基础，而且要具有过硬的专业知识和能力。今天，少年朋友的主要任务是学习、学习、再学习，用人类创造的全部知识财富来丰富自己的头脑。“少壮不努力，老大徒伤悲”。要珍惜少年时代的美好时光，发奋读书，学好各门功课，取得优异成绩。

第三，要锻炼身心体魄，保持乐观情绪，铸造强健的身体素质和心理素质。人的生命只有一次，强健的体魄是人生活、学习和工作的物质基础，少年时期是人体发育的

重要阶段，身体基础不好，成年以后难以保持旺盛的精力。少年朋友从现在起就要重视身体健康，养成良好的生活习惯、卫生习惯，坚持参加体育活动，积极锻炼身体，增强体质，避免染上不良嗜好，这样当你走上工作岗位后，就不会为力不从心而苦恼，即使到了中年、晚年也能体力健壮、智力不减。

第四，要丰富自己的文化生活，培养审美意识和能力。生活中存在真、善、美，也不乏假、恶、丑。少年朋友年龄小，社会经验不足，更要培养和锻炼自己对真与假、美与丑、是与非、善与恶的理解，提高鉴别和判断能力，支持一切美好、善良的事物，反对一切腐朽、丑恶的行为。要学会感受、创造、欣赏自然美、生活美、艺术美，不断丰富自己的文化生活，培养健康的生活情趣，陶冶高尚情操，健全人格。

第五，要积极参加劳动，在实践中增长才干。人类的一切物质和精神财富都是劳动的结晶：祖国的现代化建设离不开各行各业的艰苦劳动，幸福生活靠劳动创造。少年朋友要从小培养自己热爱劳动和劳动人民的情感，珍惜劳动成果，艰苦奋斗，勤俭节约。要学会自我服务劳动，自己的事情自己做；学会家务劳动，减轻家长的负担；参加公益劳动，造福他人与社会。要学习和掌握一些生产劳动的基本技能，如：种植、饲养、计算机操作、家电维修等，在实践中学本领，长才干。

少年朋友们，希望你们牢记邓小平爷爷的教导，做有

理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义新人，立志为祖国、为人类做出较大贡献。要做到这一点，就需要从少年时代做好准备。这套《中、小学生素质教育阅读丛书》的出版，将会为你们全面提高自身的素质，提供一些有益的帮助。我希望并相信，你们会欢迎它，把它作为自己的良师益友。

智育系列

前言

一个人从小学读到大学毕业，少说也得 16 年，如果加上幼儿园和大学后再读硕士、博士，读书的年头就更长了。假如一个人能活七八十岁，他的一生就有近四分之一的时间是在学校度过的。用这么长的宝贵时间上学，如果还没学好、没学成，毕业后连一篇通顺的短文都写不好，连一道稍复杂点的算式都演算不出来，那不是虚度大好年华了吗？

学习不好的原因是什么呢？大体有三种情况：

一种是没有志向。这些同学把

上学当成父母给的任务，认为不上不行。至于上学究竟是什么原因，他们懒得去深想，因此，学习没有动力。二是没有毅力。这些同学因某种原因学习起来比较吃力，或考试成绩差，或作业完不成，结果是破罐破摔，把学习当成了苦差事，因此能躲就躲。三是缺方法。专家说，“学会很重要，会学更重要”，这是千真万确的道理。同在一个班上，同听一位老师的讲课，有人轻轻松松学得好，而有人费尽力气都没学好，为何？皆因方法不对头。

在这套丛书中的智育系列中，我们选了一些故事请同学们认真读读，相信对你会有启发的。你不是不知道为什么要努力学习吗？看一看《科学家成才之路》中那些古今中外曾做出过不朽贡献、创造过辉煌成绩的科学家们是怎样从一个普通青少年一步步成才的吧；你不是缺乏学习方法吗？《进入学习成功隧道》、《智力训练 1、2、3》和《成才的艺术》将给你以点石成金的手指头，教你科学的学习方法；你不是想成为一个有作为的人吗？在你读了《跟踪世界科学前沿》之后，你会大吃一惊：呀，未来的世界变化那么快，我将扮演怎样的角色呢？

这一代中学生是跨世纪的接班人。长辈们一再嘱咐：没有足够的知识，是无法适应高新技术飞速发展的新世纪的。这话听来并不具体，但请相信，这是千真万确的事实。人的一生既然有四分之一时间是在学校度过的，何不让这四分之一过得实实在在呢！同学，你说对吗？

学 山 有 路 勤 为 径

——写给中学生朋友的话

◎季英

亲爱的中学生朋友：

当你翻开这本书，就好像得到了一把开启知识宝库的钥匙，由你亲手打开门，到里面去寻珍觅宝，在知识的海洋中遨游……

也许在一堂作文评讲课后，也许在一次考试分析课后，你会情不自禁地问自己：我的付出并不少，我的努力也不亚于别人，可为什么我的学习成绩总是不见长进呢？难道真是自己笨吗？其实是你的学习方法不如别人。学会学好固然重要，但更重要的是要会学，要掌握正确的学习方法。在人生的历史长河中，坐在教室里听老师讲课是极其有限的一段光阴，绝大部分的时间要靠自己利用在学校打下的知识

基础不断学习、学习、再学习，来补充和完善知识结构，以适应工作的需要和社会的发展。我们编辑的这本小书从十个方面告诉你如何掌握学习方法，相信你读后会受到启发。

说起听课，同学们都觉得这还用教吗？谁不会呀，坐在教室里专心听老师讲不就行了吗。其实听课不是这么简单，怎样才能听好课是很有学问的。为什么同在一个教室里，同听一位老师讲课，而全班同学的学习成绩却有那么大的差异呢？这说明有的同学认真听讲；有的同学身在教室，思想却开了小差，注意力不能很好集中在课堂上，也就是说没能做到“专心”地认真听老师讲课。不能“专心”听讲也有多种原因，比如有的同学有偏科爱好，有兴趣的课就认真听，不感兴趣的课就不好好听；有的同学因为没有合理安排作息时间，睡得很晚，第二天早上起不来，起床后因匆匆忙忙赶到学校上课，没时间吃早饭，结果坐在教室里饥肠辘辘，哪还有心思“专心”听讲呀；还有的同学因为贪玩，自控力较差，为完成作业经常开夜车，结果造成第二天上课昏昏欲睡，根本没听见老师讲什么，以致形成恶性循环，产生了厌学情绪。因此要想做到上课认真听讲，就要首先安排好自己的作息时间，制订周密的学习、生活计划，并且要养成课前预习，课后复习的良好学习习惯，争取做到每节课上老师所讲的内容要尽量当堂掌握，不懂要及时向老师请教，避免问题积压，给听后面的课造成障碍。

老师在讲完课后，为了及时检验同学们的学习效果，都采取留作业这一方法来实施。有的同学没有认识到做作业是掌握知识的必要环节，因此只是为了应付老师和家长；有的同学则只是为了逃避老师的批评或图个表扬；还有的同学认为做作业是苦差，为了图省事，干脆抄袭别人的作业。这种被迫性的学习，很难收到好的效果，更不用说从中得到乐趣了。其实作业除了检验学习效果外，还能帮助同学加深对所学知识的理解和记忆。通过做作业，把容易混淆的概念、公式区别开来，对事物之间的关系就会有更进一步的了解，公式的变换运用也就更加灵活。可以说，通过做作业，促进了知识的“消化吸收”过程，使所学到的知识从领会理解进入到掌握应用的更高阶段。

怎样参加考试，是同学们普遍关心的一个重要问题。有的同学平时学习还可以，但一到参加考试的“关键时刻”，成绩却不如平时，也就是说没能考出实际应有的水平，或者说临场发挥不好，这主要是心理因素在起作用，当然也不排除考试方法和知识能力水平等因素。一个知识和能力水平较高，并掌握了考试方法的学生，自然会信心十足，在考场上自然会情绪稳定，精神饱满，自控力强，临场发挥当然也不会成为问题。有的同学学习水平本来不低，但对精神压力的承受能力较差，他们平时学习时发挥得很好，可是每临考试，情绪就变得十分紧张，结果自然会使考试成绩受到影响。还有的同学平时学习水平就不太高，对自己考试能否考好信心不足，把握不大，因此惧怕

考试，甚至出现“怯场”现象，结果难以发挥本应有的学习水平，考试成绩自然不理想。其实考试就像做作业一样，不过是检验同学们掌握所学知识的一种手段，如果不过于看重得分，不人为地给自己施加压力，正确认识考试的意义，以积极的态度面对考试，就能使高度紧张的神经得以放松，心情也会随之开朗舒展，考试就会变得很从容。在考场上如果遇到超出自己预料的意外情况，要采取积极的措施加以补救，冷静地对待发现的问题，沉着地分析原因，这样一切难题便会迎刃而解了。

提高学习水平，离不开对事物的观察。观察是我们认识世界，获取知识的一个重要途径，没有观察就没有科学。翻开科学的发展史，我们可以清楚地看到在科学领域中，任何新的发现和发明都离不开观察。达尔文创立进化论，其成果是建立在长达 5 年的自然观察基础上取得的；哈雷发现彗星，也是建立在前人长期观察的基础之上，才最终获得结果的；牛顿发现万有引力，同样没有离开观察，他从苹果落地这一物体运动的现象中得出了万有引力的定律。科学家们正是通过对事物的观察所发现的各种现象中，获得了第一手资料，才有可能为自己的思维活动提供依据。随着科学技术的飞跃发展，人们对观察事物所采用的手段和方法也越来越先进，使观察的深度、广度和精度也在不断提高，从而使人类的新发现和发明层出不穷。

观察能力的强弱，直接关系到我们获取知识的多少，因此提高观察能力可以帮助我们获取更加丰富的知识。

掌握了正确的学习方法，还要勤奋、刻苦，才能取得好的学习效果。前面已经说过，学习方法只是一把钥匙，必须要由你通过付出自己的劳动，才能打开知识的宝库，这个“劳动”就需要你勤奋、刻苦地学习。

真诚地希望你们能插上知识的翅膀，在科学的蓝天上自由地翱翔。

1997年8月

目 录

学山有路勤为径

——写给中学生朋友的话 季英(1)

怎样听课	(1)
怎样进行课后复习	(16)
怎样进行系统复习	(24)
怎样做作业	(41)
怎样参加考试	(56)
怎样做学习计划	(69)
怎样提高观察能力	(82)
怎样提高阅读能力	(95)
怎样提高记忆能力	(106)
怎样提高思维能力	(122)