



上海辞书出版社

*YUEDU YIBAI FA*

庄大伟 著

阅  
读

100

法

# 阅读 100 法

*YUEDU YIBAI FA*

庄大伟 著



上海辞书出版社

图书在版编目(CIP)数据

阅读 100 法/庄大伟著. —上海:上海辞书出版社,  
2002. 8

ISBN 7 - 5326 - 1030 - 6

I. 阅... II. 庄... III. 阅读学 IV. G792

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 054371 号

责任编辑: 杨宝林

装帧设计: 庄晓璐

**阅读 100 法**

上海辞书出版社出版

(上海陕西北路 457 号 邮政编码 200040)

上海辞书出版社发行所发行 上海市印刷十一厂印刷  
开本 787×1092 1/32 印张 9 插页 1 字数 202 000

2002 年 8 月第 1 版 2002 年 8 月第 1 次印刷

印数 1—6 000

ISBN 7 - 5326 - 1030 - 6/G · 377

定价: 14.00 元

# 前言

如今走进书店,或是在街头书报摊上,到处都能看到各种题材、各种版本的漫画书。其中甚至有一些专供成人阅读的漫画书,如《漫画〈资本论〉》、《股票投资指南》等等。难怪有人感慨地说,我们已经从“读文时代”进入“读图时代”了。在电视、网络的冲击下,随着人们(自然包括我们广大中小学生)生活节奏的加快,书面阅读正在“弱化”。有些学生除了阅读老师规定的数量很少的课外书外,几乎不再阅读其他的课外书。他们热衷的是视听和上网的享受。

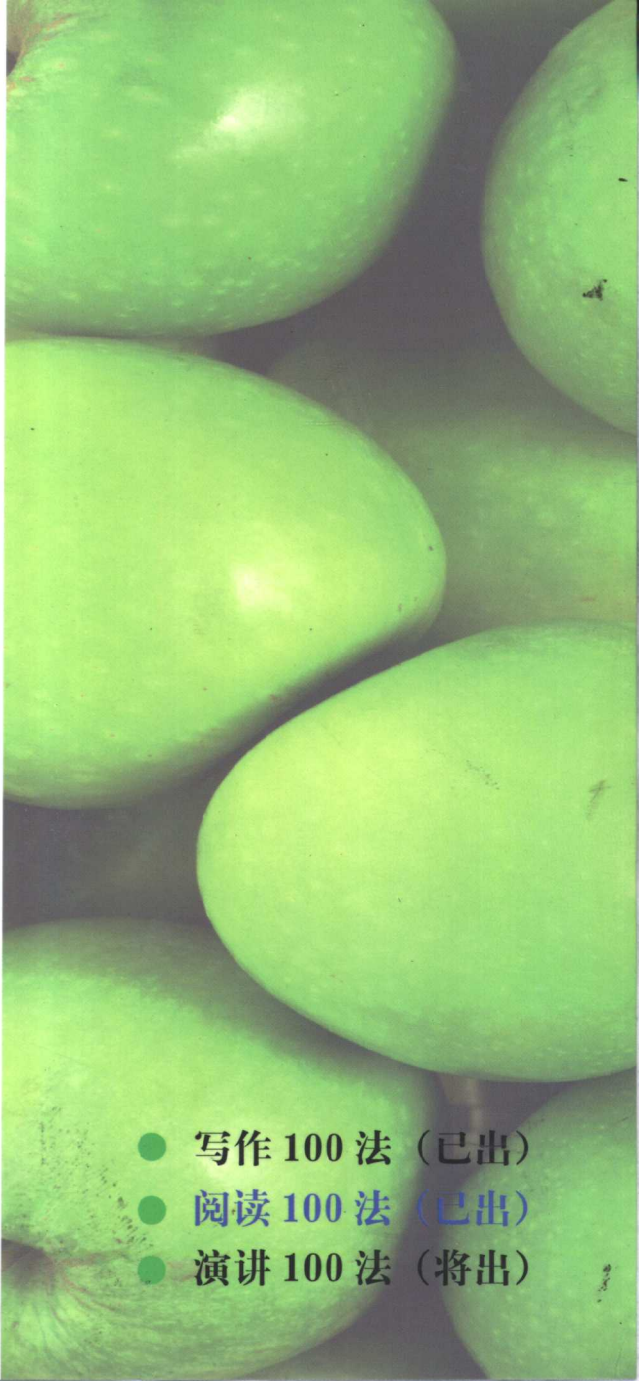
对此,国内外教育界人士几乎都感到了问题的严重性。于是,各种读书活动正在普遍展开。当然,做什么事情都有方法,阅读和写作当然也不例外。我在这本书里谈的是关于阅读方法的话题。我们知道,学生的阅读有两大部分,一是课堂里范文的阅读,二是课外图书的阅读。有人把“课堂阅读”和“课外阅读”比作学生阅读的一对翅膀,缺少一翼,学生的阅读就不能起飞。只有两翼并举,才能飞得高、飞得远。

我在撰写《写作 100 法》时,曾经和责编杨宝林先生谈及,写作与阅读是分不开的,不好好读书,必定写不出好文章来。我很想再写一本谈阅读方法的书,杨先生非常赞同。我在动手写这本书之前,阅读了一些有关阅读方法方面的资料和书籍,结合自己在阅读上的一些做法,写成了这本书,作为《写作 100 法》的姐妹篇,权当抛砖引玉,供青少年朋友参考。

庄大伟  
2002 年夏



庄大伟，中国作家协会会员，上海作家协会理事，上海东方广播电台高级编辑。已出版各类青少年读物 80 多本，超过 1000 万字。作品获包括国家图书奖在内的各类奖项 70 多个。曾获国务院授予的“全国优秀儿童工作者”称号。



● 写作 100 法 (已出)

● 阅读 100 法 (已出)

● 演讲 100 法 (将出)

# 目 录

## 前言

## 浏览篇

|    |                 |    |
|----|-----------------|----|
| 1  | 有目的地读书 .....    | 3  |
| 2  | 读书应有计划 .....    | 5  |
| 3  | 书籍的分类 .....     | 8  |
| 4  | 目录、前言与后记 .....  | 10 |
| 5  | 浏览与选择 .....     | 12 |
| 6  | 学会“一目十行” .....  | 15 |
| 7  | 跳读 .....        | 18 |
| 8  | 随便翻翻 .....      | 21 |
| 9  | 循序渐进 .....      | 23 |
| 10 | 不要“偏食” .....    | 27 |
| 11 | 用耳朵“阅读” .....   | 30 |
| 12 | 巧用“书签” .....    | 32 |
| 13 | 书籍的搭配 .....     | 34 |
| 14 | 用比较的方法阅读 .....  | 36 |
| 15 | 网上阅读 .....      | 40 |
| 16 | 如何订阅网络杂志 .....  | 44 |
| 17 | 养成每天读报的习惯 ..... | 46 |
| 18 | 读点杂志 .....      | 49 |
| 19 | 关于流行读物 .....    | 52 |
| 20 | 诗歌的阅读 .....     | 54 |
| 21 | 小说的阅读 .....     | 57 |

阅  
读  
法

|    |               |    |
|----|---------------|----|
| 22 | 散文的阅读 .....   | 60 |
| 23 | 科幻作品的阅读 ..... | 62 |
| 24 | 童话的阅读 .....   | 65 |
| 25 | 古诗文的阅读 .....  | 69 |
| 26 | 翻译作品的阅读 ..... | 72 |
| 27 | 议论文的阅读 .....  | 75 |
| 28 | 理科书的阅读 .....  | 78 |
| 29 | 读点名著 .....    | 80 |
| 30 | 阅读与剪报 .....   | 84 |

### 精读篇

|    |                 |     |
|----|-----------------|-----|
| 31 | 朗读 .....        | 89  |
| 32 | 默读 .....        | 92  |
| 33 | 细读 .....        | 95  |
| 34 | 逆读 .....        | 98  |
| 35 | 速读 .....        | 100 |
| 36 | 以抄代读 .....      | 103 |
| 37 | 以写促读 .....      | 105 |
| 38 | 硬看巧记 .....      | 107 |
| 39 | 咬文嚼字 .....      | 111 |
| 40 | 把厚书读薄 .....     | 113 |
| 41 | 列出阅读提纲 .....    | 116 |
| 42 | 重视语感训练 .....    | 119 |
| 43 | “一口气”读完 .....   | 121 |
| 44 | 保持阅读联贯性 .....   | 123 |
| 45 | 理解是关键 .....     | 125 |
| 46 | 把读到的讲给别人听 ..... | 127 |
| 47 | 温故知新 .....      | 130 |



|    |                |     |
|----|----------------|-----|
| 48 | 阅读后的思考·····    | 132 |
| 49 | 归纳中心思想·····    | 135 |
| 50 | 同遗忘作斗争·····    | 137 |
| 51 | 提高鉴赏能力·····    | 141 |
| 52 | 批注·····        | 143 |
| 53 | 不要忽视注释·····    | 145 |
| 54 | 不必过分爱护书籍·····  | 147 |
| 55 | 图表整理法·····     | 150 |
| 56 | 顺手牵“羊”法·····   | 153 |
| 57 | 熟读与背诵·····     | 155 |
| 58 | 扩大词汇量·····     | 158 |
| 59 | 影视观摩与书面精读····· | 160 |
| 60 | 关于“扬弃”·····    | 162 |
| 61 | 提问和质疑·····     | 165 |
| 62 | 读书不求甚解·····    | 168 |
| 63 | 制作卡片方法·····    | 171 |
| 64 | 写好读书笔记·····    | 173 |
| 65 | 怎样使用笔记本·····   | 176 |

## 管理篇

|    |                |     |
|----|----------------|-----|
| 66 | 学习古人的读书精神····· | 181 |
| 67 | 愉快阅读·····      | 186 |
| 68 | 激发阅读兴趣·····    | 188 |
| 69 | 保持好奇心·····     | 192 |
| 70 | 先苦后甜·····      | 194 |
| 71 | 关于坚持·····      | 196 |
| 72 | 个性与阅读·····     | 198 |
| 73 | 成功在于专心·····    | 202 |

|     |                 |     |
|-----|-----------------|-----|
| 74  | 克服焦虑和厌倦·····    | 205 |
| 75  | 克服畏难情绪·····     | 208 |
| 76  | 反对“填鸭式”·····    | 210 |
| 77  | 劳逸结合·····       | 212 |
| 78  | 消除疲劳法·····      | 215 |
| 79  | 读以致用·····       | 221 |
| 80  | 到处能求师·····      | 224 |
| 81  | 善用参考书·····      | 227 |
| 82  | 重视工具书·····      | 229 |
| 83  | 多跑跑书店·····      | 232 |
| 84  | 利用图书馆·····      | 234 |
| 85  | 耐得寂寞·····       | 240 |
| 86  | 随身带着一本书·····    | 243 |
| 87  | 书友会·····        | 246 |
| 88  | 网上交流·····       | 249 |
| 89  | 留意书评文章·····     | 251 |
| 90  | 听音乐与看书·····     | 253 |
| 91  | 减少看电视的时间·····   | 255 |
| 92  | 利用录音机·····      | 258 |
| 93  | 阅读的定时定量·····    | 260 |
| 94  | 阅读的姿势·····      | 263 |
| 95  | 阅读与视力保护·····    | 265 |
| 96  | 阅读的环境·····      | 267 |
| 97  | 书桌·····         | 271 |
| 98  | 用闹钟分割时间·····    | 273 |
| 99  | 阅读时空腹饱腹都不好····· | 275 |
| 100 | 阅读能力自测·····     | 278 |

# 浏览篇





## 有目的地读书

现在,我们能读到的书籍、报刊、杂志实在不少。作为一个学生,趁着青少年的黄金时期,完全应该多读点书,读各种各样的书,用来扩大我们的眼界和知识面。然而,我们也应该看到,随着整个人类的文明程度的不断提高和科技文化的高速发展,科学的分类变得越来越细。而一个人的时间和精力是有限的,我们不可能什么都很博学,在很多领域都有成就。

你知道大侦探福尔摩斯吗?福尔摩斯可算得本领高强了吧。你一定以为他的知识面很广,也许是个“万宝全书”吧。其实,据《福尔摩斯探案集》透露,福尔摩斯所拥有的知识也是非常有限的。请看他的学识范围:

1. 文学知识——无。
2. 哲学知识——无。
3. 天文学知识——无。
4. 政治学知识——浅薄。
5. 植物学知识——不全面,但对于莨菪(引者注;一种有毒的草本植物)制剂和鸦片却知之甚详。对毒剂有一般的了解,而对于实用园艺却一无所知。
6. 地质学知识——偏于实用,但也有限。但他一眼就能分辨出不同的土质。他在散步回来后,曾把溅在他裤子上的泥土

指给我看,并且能根据泥点的颜色和坚实程度说明在伦敦什么地方溅上的。

7. 化学知识——无。

8. 解剖学知识——准确,但无系统。

9. 惊险文学——很广博,他似乎对这世纪中发生的一切恐怖事件都深知底细。

10. 提琴拉得很好。

11. 善于使用棍棒,也精于刀剑拳术。

12. 关于英国法律方面,他具有充分实用的知识。

现在你可以知道了,一个优秀的大侦探也并不是“全才”。

因此,我们读书的范围不必太广。要学会集中兵力、打开灭战的方法,根据自己的条件,为我所需地读,扬长避短地读。

我们可以在不同的时期读不同的门类的书,口子开得小些,有目标地去选择一些书来读。不知你有没有这样的体会,当你为了写某一篇文章,需要找有关资料阅读,这时的阅读效果会显得特别好。你会一边阅读,一边思考,一边寻找有关的信息。

有位学者提出,根据自己的目标读书,有这样四条基本原则:一是要弄清楚社会的客观需要,分析客观条件,确定自己的发展方向;二是要了解自己的知识基础和特长,看自己最感兴趣和最有发展潜力的是哪个学科;三是要探求各种可能的途径,制订多个方案,从中选出最佳方案;四是要把执行的效果和预期的目标经常进行对比,以检查目标是否正确。

想一想,你的课外阅读是不是制定了一定的目标?有没有自己的主攻方向?

要会把大目标分解成许多小目标,以小目标的实现来增强自己的信心。

## 读书应有计划

读书需要不需要制定计划？有的同学认为没有必要。与其花时间去制定计划，还不如多看些书了；也有的同学虽然制定了像模像样的读书计划，却不能坚持，一纸计划常常流于形式。

究竟要不要制定读书计划？制定一个怎样的读书计划呢？

我们都知道，要做成功任何一件事情，没有一个计划，东一榔头西一棒槌地去干，成功率会很低。读书是一项艰苦的脑力劳动，没有一个切实可行的、有目标有重点的读书计划，显然是不行的。读书计划的制定和办其他事情一样，要设定自己的大目标。又要把大目标分解成许多小目标。如同一棵树一样，有主干，有枝杈，枝杈上又有小枝杈，一层一层的，围绕着一个大目标。

制定一个切实可行的读书计划，对于我们学生来说，尤其必要。

中小学生的学习还在知识储备阶段，急需输入各方面的知识。然而，阅读全面开花，急于求成，往往会事倍功半。我们不妨一个阶段设定一个重点目标，围绕着重点目标，有计划地进行阅读，这样就比较容易有收获。有了具体的读书计划，自己心里有了底，在一个阶段重点选哪些书、读哪些书，就能够循序渐进了。

读书计划可分为长远、中期和近期计划这几个方面。长远

计划可以制定得比较抽象些,大体计划在几年内(比如三年、五年里)读哪些方面的书,阅读水平达到怎样一个层面。我刚开始学习写作时,就制定了一个三年读书计划。我觉得,制定一个长远的计划,能够给自己设定一个比较明确的目标,是非常必要的。

中期计划是指制定一二年内的读书计划,应该比长远计划更具体一些。中期计划应确定这一二年内准备阅读的图书的大体门类,可以通过老师、同学,或者从图书馆和网络中,找到一些相应的书目。有了中期读书计划,能促使自己在平时注意收集与计划相关的读物和信息。

至于近期计划,指的是每月和每周的读书计划,这就要求更加具体了。我有一本读书日志,记录着自己每天的阅读情况(今天是否阅读了,读了哪本书,阅读量为多少等项内容)。规定自己每天的阅读量,未完成的,争取以后的日子补上。

我体会到,制定读书计划,使读书有计划、有明确的目标,就能增加自己的阅读兴趣。所以,用很少的时间去制定一份读书计划,会在以后的阅读中得到成倍的收益。

制定了读书计划,关键是要坚持去做。计划的价值在于执行,执行的关键是自己的意志。订了计划就得按计划坚持去做,要养成执行计划的习惯。有一位著名的医生,他给自己规定了每天睡觉前 15 分钟为“读书时间”。他晚上 11 点钟上床,就从 11 点钟读到 11 点 15 分。如果他工作到深夜 2 点,他就从 2 点读到 2 点 15 分,决不轻易破坏自己的读书计划。以后,如果睡前不读上 15 分钟的书,他就难以入睡。试想,如果你每天能花上半个小时或是一个小时的时间去阅读一些课外书籍,一个月就有 15 到 30 个小时的时间在阅读,一年下来就能读上数百万字的书籍。再加上不是泛泛而读,而是一个阶段一个重点地阅



读,我想一定会获益匪浅的。

当然,最重要的是,读书计划要订得合理、可行。定下了读书计划,就不要随意更改。我接触到有些学生,每逢放假的开头几天,总是挺认真地制定了自己的“暑假读书计划”或“寒假读书计划”。可是,在具体的执行中,他们却是“三天打鱼,两天晒网”,结果到了假期结束一检查,发现自己没翻上几本书。这种“纸上谈兵”的读书计划,又有什么实际意义呢?

每月和每周的读书计划,可以采用表格形式。用表格形式能一目了然。表格内容可以是:阅读的书目、阅读时间的安排、阅读的先后顺序、阅读的数量等。把读书计划表放在书桌玻璃板下,或是放在眼睛经常看得到的地方,便于经常督促检查。你也可以把简单的近期读书计划记在“记事本”上(不知你是否使用带日历的“记事本”?如果没有,希望你能备上一本),对每天的阅读情况作些简单的记录,甚至可以用符号记录下你当天阅读的时间(如一个小时画一个圈)和效果(可用☆△×等符号表示效率好、中、差等)。你经常去翻翻那本“记事本”,看看自己的阅读量是否达到要求,阅读效果又如何。这样,就能及时起到督促自己执行阅读计划的作用。

俗话说:“长计划,短安排。”不随意变更自己的读书计划,并不等于定下的计划就绝对不能变动了。如果自己的读书计划实行了一段时间,确实发现定得还不够合理,那也完全应该根据新的情况对计划作些必要的调整和修改。

制定读书计划,能够分解读书任务,增强自己的学习信心。制定读书计划,实际上就是把复杂的任务分解成一系列可以逐项完成的具体任务的过程。这些具体任务都是切实可行的目标。这样,我们面对大目标容易产生的畏难情绪就能化解了。

总之,读书计划不能“纸上谈兵”。

读书应有计划