

打造学习高手的67种速成捷径

XUEXIDEQIAOMEN

学习的窍门



明天出版社

学习宝典黄金版 动力风暴

策 划 / 吴大宪工作室

责任编辑 / 吴大宪 孟凡明 孟丽丽



学习的窍门

著 者 / 陈 鹏

绘 画 / 万里英 王鲁滨 李 新 刘艺东 万 方

设计制作 / 辰星儿童中心

温 宁 小 冬 新 岭 温秀芹

月 敏 王 岚 小 雨 孟广存

万 选 杨芸芸 李兰香





Hi! 你好!

这是一套很特别的书，一套与你开心聊天的书，一套会使你的学习充满强劲动力和无限快乐的书!

你现在手里的这本书，是专门聊“学习技巧”的!

学习真有什么技巧吗? 有的! 如果注意观察就会发现——有些人学习轻松快乐，成绩又好; 也有些人学得很累，成绩却不理想。这说明，只懂得勤奋和吃苦，不一定就能学习好! 这说明，学习是有技巧的! 谁掌握了这些技巧，谁就能成为快乐的学习顶尖高手!

这本书用开心快乐的语言，简洁生动的例子，把实用的学习技巧一一介绍给你，同时还配有一个个小巧而有趣的体验训练，使你能迅速而扎实地掌握这些方法，高效率地运用到各门课程的学习中!

“快，才能乐!”——是这套书力推的现代学习新观念，即用最短时间卓越地完成学习任务——这是获得学习成功与快乐的根本。人类已步入“知识大爆炸”时代，掌握学习本领会使我们终生受益。





目录



- 相信秘诀法 / 笨笨与乐乐 1
学习学习法 / 学习怎样学习 4
学习两个法 / 怎样学习棒? 7
快乐学习法 / 快,才能乐! 10
方法快乐法 / 面对没趣的内容 13
巧荡秋千法 / 学习用巧劲! 16
学海有涯法 / 学习非得吃苦吗? 19
目标梦想法 / 把梦想变成现实 22
方法想象法 / 想象你的方法 25
大事化小法 / 分解你的目标 28
期限设定法 / 计划的关键 31
关心宠物法 / 呵护你的课程! 34
心情三色法 / 学习要有好心情! 37
体验行动法 / 尝试是真 40



- 床头秘笈法 / 使方法真正成为自己的! 43
自我激励法 / 积极向上的自己 46
全身心法 / 凝聚你的能量! 49
身体力量法 / 让自己有劲力 52
10分钟法 / 提高效率的心智 55
特点成功法 / 如何看待自己 58
听课大师法 / 你会听课吗? 61
倾听学习法 / 你真会听吗? 64



目录

打破砂锅法 / 学问,能学会问! 67

笔记辅助法 / 你真会做笔记吗? 70

扮演老师法 / 把知识变成自己的! 73



举例理解法 / 让知识更形象! 76

替代学习法 / 以一当十的效率! 79

发现规律法 / 穿透知识的能力! 82

“制造”规律法 / 给知识排个队 85

自我反思法 / 及时调整方法 88

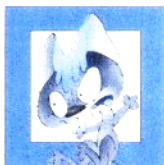
真诚待己法 / 你對自己真诚吗? 91

心中有数法 / 你会预习吗? 94

大脑白纸法 / 有一颗开放的心 97

大脑风暴法 / 相互激发的学习 100

方法合一法 / 自己的本领 103



进步节拍法 / 让自己荡起来 106

假设思维法 / 放飞自己的心智 109

最后一次法 / 让自己更珍惜 112

淘气思维法 / 想法歪一点 115

分类归纳法 / 让知识更清晰 118

书法大师法 / 写字的好处 121

体验阅读法 / 走进书里 124

元素扩大法 / 提高阅读速度 127

中心词语法 / 盯住它的眼睛 130





目录

只看不读法 / 眼睛的速度 133

目录框架法 / 把握一部书 136

进阶学习法 / 更上一层楼 139

浏览检索法 / 怎么逛书店 142

细嚼吸收法 / 精读精品 145



网络学习法 / 现代学习法 163

新知速学法 / 学习新知识 166

轻装进步法 / 让自己更快捷 169

纸上演练法 / 让思考更明晰 172

卡片助学法 / 用好烂笔头 175

观察学习法 / 练就火眼金睛 178



一目十行法 / 快速阅读的训练 148

标题阅读法 / 读报的方法 151

自主阅读法 / 你关心什么 154

倒读阅读法 / 动脑筋的阅读 157

读破万卷法 / 你想博览群书吗? 160



纠错学习法 / 在修正中完善 181

自我奖励法 / 进步加油站 184

赞美学习法 / 向别人学习 187

伟大发明法 / 创造自己的方法 190

爱好结合法 / 学习的推动力 193

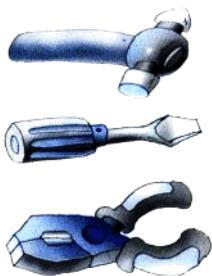
清晨小问法 / 自己的太阳 196

实践运用法 / 祝你天天快乐! 199



相信秘诀法

——笨笨与乐乐



▶ 聪明的大猩猩

▶ 你若是动物园里的一只大猩猩——当然,如果你不愿当大猩猩,就由我来当——因为这并不是我们要讨论的关键。好了,不管谁来扮大猩猩,我们最想知道的是,如果高处挂着香蕉,大猩猩又无法爬上去,它会怎么办呢?

大猩猩会找来一块石头踩到上面,然后再伸手(如果可以叫做“手”的话)去拿自己最喜欢吃的香蕉。如果没有石头,那也不要紧,它可能还会找到一根树枝,去把香蕉捅下来! 😊

▶ 香蕉不好吃吗?

▶ 人类(注意!这“人类”可是包括你和我的——现在我们不扮大猩猩了)肯定比大猩猩聪明。对于这一点,你不会质疑吧?可惜的是,当我们学习时,似乎并不如大猩猩聪明了——我们竟然忘了去寻找和借助一些工具,来提高我们的学习效率,完成学习任务。

此时我们倒更像是笨笨熊,费力地跳呀蹦呀,急啊转啊,



又累又辛苦,却始终摸不到香蕉,最后只好坐在地上,无奈地对自己说:香蕉一点也不好吃!其实,你才不这样认为呢! 😊

▶ 学习的工具

▶ 学习,也需要借助一些工具,这些工具远比铅笔、橡皮更重要,它们就是“学习方法”,也就是“学习秘诀”!谁有意识地去寻找和运用这些方法和秘诀,谁就能轻松快乐地拿到那些知识和本领的“香蕉”,当然也就能尝到快乐学习的甜头了! 😊

▶ 你更像谁呢?

▶ 面对学习,有两种类型的人:一种是“乐乐”型,一种是“笨笨”型。“乐乐”学得轻松快乐,成绩总是棒棒的!而“笨笨”总是学得很累,成绩却不尽理想!那么,你更像谁



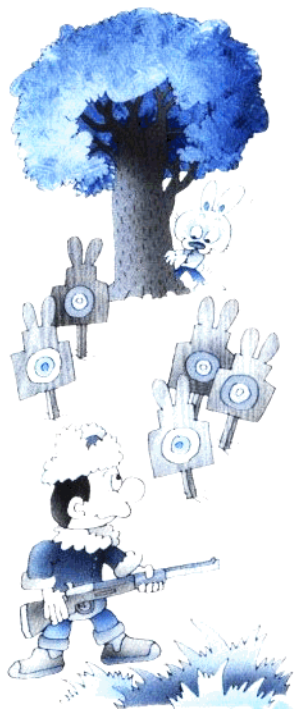
呢?究竟是什么原因,使笨笨和乐乐有这样的差别呢? 😊

▶ 山里有没有兔子

▶ 我们再来思考一个问题吧:如果一个猎人不相信山里有兔子,他会尽心尽力地去找兔子吗?他不会!你和我都不会!谁去找,谁就是傻瓜啦!可山里到底有没有兔子呢?我们仔细观察会发现:有的人学得轻松,而且成绩好;而有的人学得很累,却成绩不佳——这说明学习是有秘诀的!山里是有兔子的!乐乐和笨笨的差别,就在于“相信”和“不相信”! 😊

▶ 相信秘诀法

▶ 好了,我们已经逮到第一只兔子了,它就是:相信学习有秘诀!你会发现:这套书里就有好多的兔子噢! 😊



[小体验]
你看一眼就能记住这串
数字吗: 18161412108642?



学习学习法

——学习怎样学习



▶ 笨笨不笨

▶ 如果有谁说笨笨真的“有点儿笨”，笨笨才不服气呢！因为测验智商时，他与乐乐是不分高低上下的！在日常生活或游戏中，笨笨往往还显得更聪明呢！然而在学习上，笨笨真的显得有些笨了，这只是因为他没有去寻找和运用学习的方法。如果他知道了这点，自然也就变成学习“乐乐”了！ 😊

▶ 你很了不起！

▶ 前面的“小体验”你尝试了吗？呵呵，谁要是能看一眼就记住18161412108642这串数，是不是很了不起呀？你能做到吗？嗯，即使现在做不到，你也要坚定地回答：能！因为你坚信“山上有兔子”了！相信，有了方法就可以办到！

其实，把这串数字拆开来，你马上会发现秘密：18, 16, 14, 12, 10, 8, 6, 4和2——你再倒着读一下，这样你一下就记住了：它们原来是9、8、7、6、5、4、3、2和1各乘以2，再排到一起的结果！现在你也很了不起了吧？ 😊



▶ 我们究竟在学习什么？

▶ 这个小体验告诉我们，只要去观察和琢磨一件事情，发现了它的规律，你就会很快地掌握它！我们天天上学，学习许多门课程。那么，我们所学习的内容究竟是些什么呢？😊





其实,正如我们记住那串数字的方法一样,我们学习的是前人研究、发现和总结的成果,就是许多事物的规律及认识和掌握它们的方法!

上面那串数字,如果我们不知道规律和方法,就要花更多时间和精力去掌握它,而通过学习,就会更快地认识到规律,掌握记住它的方法,那么这知识可就真是你的喽! 😊

▶ 学习学习

▶ 迈左腿,再迈右腿——走路是我们移动的一种方法。

但是,我们并不是天生就会走路的。“走路”这方法本身,也是小时学习而得的。去问问爸爸妈妈,你是怎么学会走路的?他们会告诉你,学习走路也借助了不少方法呢!

同走路一样,学习是我们成长进步的方法,而学习本身也是需要学习的,表面上看,大家都在勤奋学习,但相互间却有着不同。有的人只知道埋头学习学习——学习学习再学习!而有的人则在学习课程的同时,还在学习“学习”,——学习“学习的方法”!所以,学习学习≠学习“学习”! 😊

▶ 会学习的人

▶ 我们平时评价某人“会不会学习”,说的就是能否掌握并运用“学习方法”。你愿意做“会学习的人”吗? 😊

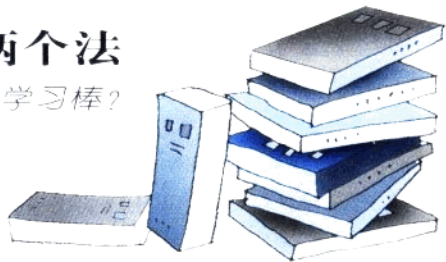


[小体验]
你知道哪些学习方法
呢? 列出来,要经常用啊!



😊 学习两个法

——怎样学习棒？



▶ 学习有两个“法”

▶ 能否成为学习的顶尖高手，取决于两个“法”：一是对学习的“看法”，二是学习的“方法”。对学习的看法对头了，你才能拥有高超的学习方法，并通过较高的学习效率，赢得优秀的学习成绩。所以说，对于学习的“看法”决定着我们是否可以拥有高超的学习“方法”。😊

▶ 学习是第一本领

▶ 学习是自己的事！学习是自己成长的事！学习是自己成功的事！来到这个世界上的每个人，都需要学习。学习是成长和成功的首要本领。学习这本领能使我们掌握更多的本领！😊

▶ 参天大树

▶ 没有谁天生什么都懂，都会。树苗通过汲取阳光雨露和土壤营养，才成为参天大树；同样，我们通过学习，掌握必备的知识和方法，才能成为出类拔萃的人才，并真正拥有自信、自尊和快乐！😊



▶ 不学习行吗？

▶ 反过来，不学习，就不会拥有本领，也就无法实现梦想，无法为人类做出贡献；不学习，就不会拥有自信，因为没有本领的人，无法实现自己的和大家的目标，理想总是一个不能实现的梦；不学习，就不会拥有自尊，因为没有才能的人，对家庭、社会和人类无所贡献的人，不会赢得人们的尊重和敬佩，也就不会拥有真正的自尊；不学习，就不会拥有真正的快乐，因为不学习会使自己什么都做不来，做得不够精彩。没有本领，就会遇到更多的困难和失败，天天面对困难和失败的人，怎么快乐得起来呢？

▶ 好玩的学习

▶ 你如果认同上面的这些“看法”了，你就会有意识地学习和掌握更多、更有效的“方法”，你也会越来越快乐！这是因为，卓越的学习方法，会使你越来越深刻地体验到：

- (1)学习的内容是有趣的！
- (2)学习的过程是快乐的！
- (3)学习的方法是好玩的！😊

▶ 两种学习的模式

▶ 为什么我们有时不太愿意学习呢？是因为方法不对头！方法不对头的人，就容易走进不良的笨笨模式：越不会学→越不爱学→越学不好→越不爱学→越不会学。而掌握和运用高效学习方法的人，就会步入快乐的乐乐模式：越会学→越愿意学→越学得好→越愿意学→越会学。你喜欢哪种模式呢？😊

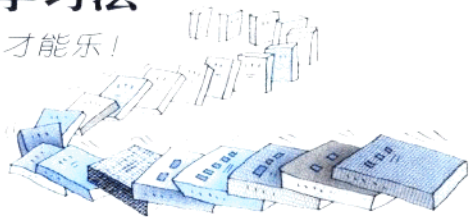


[小体验]
这两种情形你都曾经体
验过吗?



快乐学习法

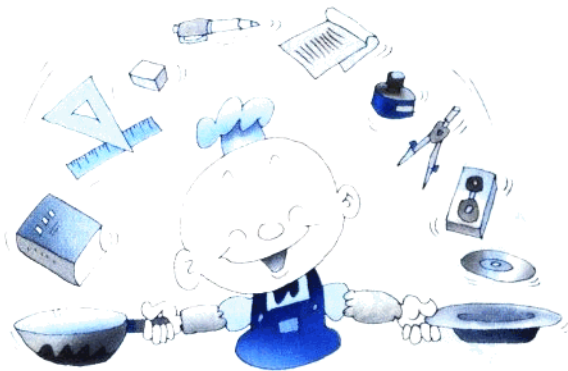
——快，才能乐！



不吃饭行吗？



到目前为止，人类还没有发明不吃不喝而长久维持生存的办法。不吃不喝，后果可想而知。为了使吃饭快乐起来，人类发明了各种各样的烹饪技术。同样，有些学习内容，看上去的很没劲，但它很重要。所以，我们也要掌握学习的“烹饪技术”，通过学习方法，使学习这道“菜”更好吃些！😊





▶ 不快乐的原因

▶ 换一个角度看,我们有时感到学习是苦差事,只是因为我們学得太慢太笨了!其实,即使是非常有趣的内容,如果消耗我们太多的精力和时间,它也会变得索然无味!你想啊,笨笨熊总也拿不到树上的蜂蜜桶,自然不快乐。学习无趣的内容,这就如同生病吃药,苦药你越不快快咽下去,就越苦! 😞

▶ 快乐的秘密

▶ 怎样才能使学习快乐起来呢?这可是个大秘密!谁要是知道了这个秘密,那可真是快乐呢!其实,这个秘密就藏在“快乐”这两个字里面——“快,才能乐!”

对于不太喜欢、感到不太快乐的课程,解决它的最好办法就是快快学完它!快快学会它!这样,你就有了更多自由的时间和精力,去学自己乐意学的东西,或者去开心地玩了! 😊

