



韩国尖子生的 学习方法

他们只占韩国中学生人数的万分之一，全部被一流大学录取，
韩国学霸的学习技巧，本书一网打尽！

[韩] 姜成泰等◎著 郑炳男◎译

韩国尖子生的 学习方法

[韩] 姜成泰等◎著 郑炳男◎译



中国出版集团



现代出版社

版权登记号: 01-2010-5131

图书在版编目 (CIP) 数据

韩国尖子生的学习方法 / (韩) 姜成泰著; 郑炳男译. —北京: 现代出版社, 2014.1

ISBN 978-7-5143-2061-9

I. ①韩… II. ①姜…②郑… III. ①高中生—学习方法 IV. ① G632.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 000958 号

The God Of Study By Kang Seong Tae 姜成泰

Copyright 2007 © Kang Seong Tae 姜成泰

ALL rights reserved

Simple Chinese copyright © 2014 by Modern Press

Simple Chinese language edition arranged with Jongang m&b
through Eric Yang Agency Inc.

韩国尖子生的学习方法

著 者 (韩) 姜成泰等

译 者 郑炳男

责任编辑 张桂玲

出版发行 现代出版社

通讯地址 北京市安定门外安华里 504 号

邮政编码 100011

电 话 010-64267325 64245264 (传真)

网 址 www.1980xd.com

电子邮箱 xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷 北京天来印务有限公司

开 本 710mm × 1000mm 1/16

印 张 15

版 次 2014 年 3 月第 1 版 2014 年 3 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5143-2061-9

定 价 30.00 元

学习，
从现在开始
成为学习之神

part 01

016 如何才能学好

应该自己给自己把脉，看看到底为什么学不好 / 必须给自己一个确切的理由 / 三要三不要 / 时间差理论及概率游戏理论 / 发现你的快乐，你就不会被学习拖垮 / 积极利用良师益友 / 需要绝对时间

024 预习式学习的虚与实

如不以复习为前提，预习式学习就没什么用处 / 外语、作文以及数学，这三者有必要进行预习式学习 / 复习效果和预习式学习效果比较 / 要想学好，就要充分发挥复习的作用

028 制定周密学习计划的方法

为什么一定要制定学习计划表 / 计划一旦制定，至少要实现其70% / 制定计划时一定要充分了解自己 / 警惕计划中毒症 / 充分考虑被迫浪费掉的时间 / 周末需要认真反思 / 以时间为标准，还是以量为标准 / 学习之神金相润的周计划 / 学习之神金仲勋的时间计划 / 学习之神柳相根的考试计划 / 学习之神白桐叶的每日计划 / 学习之神姜成英的单日计划 / 学习之神申载圣的最短时间计划

038 良好的生活习惯能保证良好的学习成绩

一定要吃早餐 / 餐后运动，每天30分钟 / 必须制定时间计划 / 有规律的生活 / 学校—辅导班—家：生活轨迹变得简单了 / 杜绝在线游戏、网聊、网上购物、博客等 / 为了充实度过学生时代而努力 / 充分睡眠，辅以灵活的打盹时间 / 探寻属于自己的学习模式和方法 / 随身携带单词手册、误答笔记、背诵笔记等资料 / 看报纸但不看电视或网络新闻 / 控制自己的情绪 / 一定要整理好必须的东西 / 跟同学和老师们保持良好的关系 / 亲自记笔记，并制作误答笔记 / 提问多多益善 / 保持普通的外貌

用学习之神的学习方法
巩固实力

part 02

048 高中时期该如何学习

语文、外语、数理等课应从高一开始抓起 / 高一寒暑假该做的事情 / 高二寒假是提高修学能力的最佳时机 / 综合考评学习量剧增时更应稳扎稳打 / 高二寒假是提高实力的最佳时机 / 高二暑假该干什么 / 高二寒假该干什么 / 到了高三就要做好打一场持久战的准备 / 在生活上防止出格最为重要 / 虽说必须正视修学能力测试，但也不能放松综合考评 / 在暑假来临之前，打好修学能力所需的解题基础 / 高三暑假该干什么 / 9月份去补充暑假期间发现的不足之处 / 从10月份开始，兼顾“概念整理”和“实战感觉” / 6月和9月的模拟考试分析作业是必须的！

058 该如何管理综合考评

综合考评是为了了解一个学生诚实与否而进行的考试 / 充分利用笔记的复习方法 / 重要科目从高一开始系统管理 / 社会探索和科学探索课, 在考试前 2~3 周开始集中管理 / 突击学习也需要制定计划 / 参与学习好的同学们之间的交流 / 学校老师的话就是真理 / 执行能力评价也应竭尽全力应对 / 越是明白的问题越要谨慎对待 / 综合考评的关键在于把握“族谱” / 跟老师“死缠烂打”, 考题自然就会泄露出来

064 绝不能输掉与睡眠之间展开的战争

基本上每天应保持 6 个小时熟睡 / 挺过犯困的那一刻 / 躺下就睡, 起来就醒 / 睡意袭来时充分休息之后再战 / 吃多了就犯困

067 充分利用模拟考试题

模拟考试是使人适应修学能力测试的第一功臣 / 智慧地确认已经学过的内容 / 高三 6 月和 9 月进行的模拟考试跟修学能力测试一样重要 / 每科模拟题最少做 10 次以上 / 彻底反省错误内容

070 如何制作误答笔记

误答笔记上必须记录哪些内容 / 哪些内容不能记录到误答笔记上 / 制作语文类误答笔记无异于自杀 / 制作误答笔记的几种方法 / 处于中下游的学生最好不要制作误答笔记

072 没有基础该怎么办

首先了解一下为什么没有基础 / 跟不上课程怎么办 / 没有基础, 更应死记硬背 / 综合考评很好, 可模拟考试为何不好 / 先从感兴趣的部分开始: 吃透一册书中的概念 / 灵活运用词典 / 学英语从背记基本单词和句子开始 / 数学: 从简单题开始着手 / 《基本定理》部分的试答题必须做一次 / 语文: 先看课文, 然后试着找出中心段落 / 探索课: 熟读教科书, 掌握概念

078 状态不佳, 谁都有可能体验一次

一个自信的人绝不会陷入状态不佳的境地 / 状态不佳这个词汇本身让人状态不佳 / 是不是在不想学习的时候借口状态不佳 / 不推迟今天该做的事情, 就无所谓状态不佳 / 成绩提高了, 抑郁症和状态不佳现象就会随之消失

081 长期储存记忆的方法

学习之神姜成泰的反复记忆法 / 学习之神陆智厚的海马记忆法 / 学习之神姜成英的极限记忆法 / 学习之神金相润的感官记忆法 / 学习之神金仲勋的噪音活用法

学习之神的经验之谈——随时可资利用的各科学学习要领

part 03

088 该怎样学习语言、数学、英语、科学探索、社会探索、作文等科目

了解修学能力测试的意义并据之学习 / 教科书是最好的教材, 既考
题集是最好的习题集 / 培养正确解析问题的语言能力 / 类型学习法
肯定有它的局限性 / 备战修学能力测试过程中, 需要事先了解哪些
内容 / 怎样学习外语 / 提高英语听力的方法 / 该如何学习语言范畴
的课程 / 学习古典文学的要领 / 学习现代小说的要领 / 学习现代诗
歌的要领 / 学习非文学类作品的要领 / 如何学习数理课程 / 如何学
习科学探索课 / 如何学习社会探索课

118 作文课考试, 该如何准备

收集学校的信息 / 高二期中之前不必过于介意 / 作文课可以积累我
们的实力 / 不喜欢阅读晦涩的文章, 但也不喜欢过于明白的文章 /
学习背景知识时, 应忠实于基本要求 / 熟练掌握论述的三个要领 /
听课外辅导班大班讲座 / 论述的技巧

123 数理论述, 该如何准备

所谓数理论述, 即为在面对数学性的问题时找出个性化的答案 / 目
的在于培养数学思维能力和逻辑思维能力 / 抄写模范答案, 以熟练
掌握标准答案规范 / 关键在于培养有条理的、新颖的表现能力 / 数
理论述也是论述, 所以多写多练才是硬道理

通往大学的条条大路

part 04

130 通往特殊目的高中和大学的不同方法: 利用各类竞赛

有助于考大学的竞赛和没多大帮助的竞赛 / 最好参加科学、数学竞
赛中中级赛 / 最好在初中阶段开始备战各类竞赛 / 从朋友的身上学
习的东西 / 会产生精英意识 / 参加中级赛即使失败也没什么负担 / 物
理竞赛中中级赛和高级赛之间的差异 / 备战科学竞赛的突击学习方
法 / 收集足够的资料做好准备 / 不同主办方举办的各类竞赛 / 高
一时如未能获得奥林匹克竞赛铜奖, 不果果断放弃 / 什么样的竞赛成
绩才有助于考入特殊目的高中 / 特殊目的高中的特点是什么 / 什
样的学生适合挑战各类竞赛

139 如何灵活运用不定期招生考试

为什么不能小看不定期招生考试 / 参加不定期招生考试需要特别的
条件 / 不应把全部精力放在不定期招生考试上 / 不定期招生考试也
有两极分化的情况 / 不寄希望于不定期招生考试, 而要侧重修学能

力的提高 / 即使不定期招生考试合格了, 也应继续努力学习

142 主动退学: 是逃避还是进攻的策略

尽量不主动退学 / 综合考评差的特殊目的高中生如何选择首尔大学
/ 在自己所属的团体内竭尽所能

145 修学能力测试之前, 如何才能多得 10 分

无条件复习到考试前一刻 / 考试用具必须提前一天准备好 / 事先探查考场 / 在开放的考场进行“实战”演习 / 快餐练习 / 洗手间一定要趁着休息时间去 / 绝不能手忙脚乱 / 减少实战失误的技巧

150 最后的门槛: 如何考好面试

边看镜子边练习 / 锻炼口若悬河的表达力 / 让行为和声音表达你的自信心 / 发型要端正, 服装色彩要稳重, 而且不化浓妆

152 如何考好第 2 次面试

回答问题重点突出简单明了 / 不同的学校, 所出的老师各不相同 / 问及大学课程

- 156 姜成泰 竭尽所能, 绝不放弃 / 姜成英 多亏初中时期拼命学习, 所以才考上“民史高”、首尔大学 / 金勇均 9 年来只挖了数学这一眼“井”, 虽说没能如愿以偿, 但也不后悔 / 柳相根 重要的是发现自己的激情, 并及时供应养料 / 白桐叶 终于甩掉因疏于收尾工作而背上的“复读”的沉重包袱 / 申载圣 在现有的条件下竭尽了全力, 所以没有遗憾 / 金相润 朝着目标不停地、义无反顾地挺进 / 陆智厚 青蛙为了跳得更远, 瞬间把身体缩起来 / 金仲勋 仅凭独立意识和热情实现留学梦

学习之神的故事
灿烂人生
波澜壮阔

PART 05

226 学习之神推荐的教材

好教材和坏教材 / 升学指南: 写给准备通过统考考入大学的学生 / 备战科学竞赛手册 / 备战数学竞赛手册 / 备战数学竞赛都有哪些好处 / 留学手册

附录

236 后记

韩国尖子生的 学习方法

[韩] 姜成泰等◎著 郑炳男◎译



中国出版集团



现代出版社

版权登记号: 01-2010-5131

图书在版编目(CIP)数据

韩国尖子生的学习方法 / (韩) 姜成泰著; 郑炳男译. —北京: 现代出版社, 2014.1

ISBN 978-7-5143-2061-9

I. ①韩… II. ①姜…②郑… III. ①高中生—学习方法 IV. ①G632.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 000958 号

The God Of Study By Kang Seong Tae 姜成泰

Copyright 2007 © Kang Seong Tae 姜成泰

ALL rights reserved

Simple Chinese copyright © 2014 by Modern Press

Simple Chinese language edition arranged with Jongang m&b
through Eric Yang Agency Inc.

韩国尖子生的学习方法

著 者 (韩) 姜成泰等

译 者 郑炳男

责任编辑 张桂玲

出版发行 现代出版社

通讯地址 北京市安定门外安华里 504 号

邮政编码 100011

电 话 010-64267325 64245264 (传真)

网 址 www.1980xd.com

电子邮箱 xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷 北京天来印务有限公司

开 本 710mm × 1000mm 1/16

印 张 15

版 次 2014 年 3 月第 1 版 2014 年 3 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5143-2061-9

定 价 30.00 元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

学习之神

献给未来学习之神的礼物

在知识经济时代，学习已成为一种生活方式。学习不仅是获取知识的手段，更是提升自我、实现梦想的途径。在这个充满挑战与机遇的时代，我们渴望学习，渴望成长，渴望在知识的海洋中遨游。学习之神，你听到了我们的呼唤吗？

学习之神，你赐予我们智慧与力量。在知识的殿堂里，我们不断探索，不断追求。你让我们明白，学习不仅是为了生存，更是为了生活。你让我们懂得，学习不仅是为了求知，更是为了求知。你让我们看到，学习不仅是为了进步，更是为了进步。你让我们相信，学习不仅是为了成功，更是为了成功。

学习之神，你赐予我们勇气与坚持。在学习的道路上，我们遇到过无数的困难与挫折。但你让我们明白，只有坚持，才能看到希望。只有坚持，才能看到未来。你让我们懂得，学习不仅是为了求知，更是为了求知。你让我们看到，学习不仅是为了进步，更是为了进步。你让我们相信，学习不仅是为了成功，更是为了成功。

学习之神，你赐予我们梦想与追求。在学习的道路上，我们追逐着梦想，追逐着未来。你让我们明白，梦想不仅是为了求知，更是为了求知。你让我们懂得，学习不仅是为了进步，更是为了进步。你让我们看到，学习不仅是为了成功，更是为了成功。你让我们相信，学习不仅是为了成功，更是为了成功。

学习之神，你赐予我们爱与奉献。在学习的道路上，我们学会了爱与奉献。你让我们明白，学习不仅是为了求知，更是为了求知。你让我们懂得，学习不仅是为了进步，更是为了进步。你让我们看到，学习不仅是为了成功，更是为了成功。你让我们相信，学习不仅是为了成功，更是为了成功。

学习之神，你赐予我们希望与未来。在学习的道路上，我们看到了希望，看到了未来。你让我们明白，学习不仅是为了求知，更是为了求知。你让我们懂得，学习不仅是为了进步，更是为了进步。你让我们看到，学习不仅是为了成功，更是为了成功。你让我们相信，学习不仅是为了成功，更是为了成功。

学习之神，你赐予我们一切。在学习的道路上，我们得到了你的一切。你让我们明白，学习不仅是为了求知，更是为了求知。你让我们懂得，学习不仅是为了进步，更是为了进步。你让我们看到，学习不仅是为了成功，更是为了成功。你让我们相信，学习不仅是为了成功，更是为了成功。

在该死的学生时代 付出的努力 造就了学习之神

以学习之神的名义出版此书

尽管对我们来说是一件无上光荣的事情，但身为一群学生，在这么小的年纪出书，对于我们来说仍然是一件需要慎之又慎的事情。我们仅仅是比那些后来者提前几年经历了修学和考试生活而已。我们跟那些后来者一样，仍然处于学习阶段，说我们现在才迈出学习的第一步也毫不为过。在高中时代，我们这些学习之神成员也和大家一样，怀抱着各种梦想。在学习过程中，我们也并非没有过苦恼。我们中间没有人是因为觉得学习有趣才去学习的，也没有人是因为想学习才去学习的。与此相反，更多的时候，我们都不想学，但却不得不硬着头皮去学。为了那该死的学习，我们都曾经历过艰难。但正因为没有忘记这些艰难，才有这些所谓的学习之神诞生。

没有最低限度的耐心，而且不付出相应的努力，成绩就不可能提高，这本书言及的也不是此类方法。我们至今不知道这种方法，我们这本书是针对那些有志于学习，且准备付出努力的后来者而写的。我们希望那些付出了很大的努力，成绩却没有提高的后来者读一读此书。

在学习上，没什么捷径可言。但是，在各种学习要领中，总会有一样适合自己，这便是学习之神们共同的认识。我们9个学习之神认为适合自己的学习方法，彼此之间也不尽相同。在我们刚开始摄制视频资料的时候，还为我们之间的差异很是犹豫了一阵儿。但正如每个人的成绩、性格、价值取向都不尽相同一样，我们企图梳理出一种共同的学习方法本身便是一种错误的思路。

有的学生在黑糊糊的自习室学习能获得很好的效果；而有的人在吵吵闹闹的课间休息氛围中，反而能提高学习效率。在我们当中，有的人在学习的时候必须打开电风扇，才能有助于集中精神。所以，即使是一种普遍的学习方法，如果不适用于自己，那么也不需要对此过于执著。

在有些情况下，数学跟需要背诵的科目没什么两样，如果实在解答不出来，有时果断地翻看答案反而更有效果。自己最了解适合自己的学习方法，因此也应该由自己去摸索和发现。学习之神绝不强迫后来者完全照搬我们的方法。判断一种方法是否

符合自己，这件事情任何人都不能替代，所以必须由我们自行判断。

学习再苦再累，仍然需要一个人去面对。因为心神不宁，而想依赖辅导班或家教，这种心情当然能够理解。但是，无论是在多好的辅导班上课，或跟着多么优秀的家教学习，如果不能为己所用，其作用仍然是有限的。基本上应以学校的教育为基础，即使自己学习，也只应在需要的时候借助课外辅导班或家教的力量。这是学习之神绝对的原则。即使是在利用课外辅导，也不应被动地选择，而应主动出击，去选择适合自己的辅导班或家教。如果坚信通过自己的努力一定会获得成功，那么不会轻易受到任何事情的诱惑。我们希望，所有后来者都不要过低地评估自己。

“天才无法战胜努力者，而努力者也无法战胜爱好者。”

在学习之神网站，这句话随处可见。如果在这句话上再加上一句，那么便是：“即使是一个爱好学习的人，也很难战胜刚刚学习过的人。”我们希望大家能随时随地竭尽所能。作为先行者，我们认为这才是对大家最有价值的事情。我们衷心希望，大家能全力以赴，坚持到最后的铃声响起时刻。

2007年1月2日，学习之神受到大学教授们的认可，正式进驻首尔大学内的工学研究所。多亏那些伸出援助之手的人，我们终于可以离开狭窄的宿舍，大刀阔斧地向前迈进。以后，无论遇到什么样的困难，我们始终都会坚持以一个“亲哥哥”的身份，与大家相处。学习之神的目的在于此。告诉大家有关学习的要领，仅仅是我们通过自己最擅长的一些事情接近大家的一种手段，而非是我们的终极目的。

我们的心愿是，通过学习之神这个组织，能让更多的后来者获得学习的信心与希望。如果这样的后来者上了大学，又为他们的后来者提供帮助，那么我们就心满意足了。

在我们的学习和考试生活期间，有很多人给了我们很大的力量，也给我们提供了很多帮助。在此，我们向他们致以真挚的谢意。也向那些促成学习之神结成一个团体的后来者，和各位学习之神成员致意。

“开始也许很微弱，但结果将会变得很强大。”

不妨偶尔敞开胸怀尽情畅想。我们真诚地希望能够在绝顶之上与你们相遇。

学习之神仅占
韩国所有中学生人数的 0.001%，
是一群后来者的良师益友。
他们自始至终，只为后来者着想。



1. 无条件向后来者坦言。
2. 他们不受辅导班或出版社的干涉。
3. 他们不是站在老师的立场上，而是站在学生的立场上。
4. 学习的秘诀、偏方，统统倾囊相授。
5. 重新审视第一条。



学习之神这个组织是在准备一次讨论(2008年大学入学制度)过程中诞生的。

我们本着给那些处于慌乱之中的后来者一些帮助的目的,首先制定了五项原则。

“我们每天在看教科书,并忠实于学校的教育。”如果我们只是要对你们说这些废话,那我们肯定不会开始做这件事情。我们一定会告诉一些你们真正需要的东西。对于应考生,我们愿意成为一个哥哥,而于他们的家长而言,我们愿意成为他们邻家的一个大学生。这就是我们的理想。

在阅读本书之前,
各位读者首先应该了解如下内容:

- 在此言及的方法可能有异于一般意义上的学习方法,所以还请扔掉固有的观念。
- 有关课外辅导的内容只是为了坦诚面对后来者,而非是为特殊的课外辅导作宣传。
- 无论如何,学习总要靠自己。如果没有单独学习的时间,那么无论听多长时间的课,也可能变得毫无意义。
- 学习之神认为,学习虽说没什么“放之四海而皆准”的方法,但总还有些要领。还请大家赶紧找到适合自己的要领。
- 学习之神不要求谁以哪一种特定的方法去学习。
- “努力+有效的要领”,只要具备了这两点,成绩就一定会有所提高。
- 能让一个人自己去努力,我们认为这本身也是一种要领。



学习之神

学习之神都是何人



姜成泰

1998年毕业于一山市韩秀初中。
2001年毕业于一山市白石高中。
2001年考入首尔大学机械工学系。



陆智厚

1999年(小学6年级)获得KMC、解法数学竞赛鼓励奖。
2000年升入首尔迦乐初中,并入选延世大学英才教育中心物理部。
2001年获首尔大学科学竞赛中级赛银奖及全国科学竞赛中级赛银奖。
2002年,在奥林匹克物理夏季辅导班听课,并考入“民史高”。同年获得韩国奥林匹克物理竞赛中级赛金奖。
2003年从“民史高”退学。
2005年4月,首尔市验证考试合格(首尔市第2名)。
2005年参加2006年度大学修学能力测试,并在满分为500分的考试中考出497分的好成绩。
2006年考入首尔大学医学系预科。



姜成英

2000年升入一山市正发初中。
2002年获京畿道科学竞赛金奖及韩国奥林匹克物理中级赛金奖。
2003年考入“民史高”(民族史观高中)。
2003年获延世大学、浦项工科大学、首尔大学举办的物理竞赛铜奖,及成均馆大学举办的物理竞赛银奖并获韩国奥林匹克物理竞赛中级赛金奖。
2004年获得韩国奥林匹克天文知识竞赛高级赛鼓励奖,并获韩国物理赛铜奖。
2005年毕业于“民史高”,并荣获韩国科学财团颁发的“总统科学奖学金”,同时提前毕业并被首尔大学录取。



柳相根

2003年毕业于一山市正发初中。
任正发初中读书讨论俱乐部会长。
正发初中乐队主创、正发初中电影制作部导演。在校期间写作第一部电影剧本。
2006年毕业于一山市白石高中。在白石高中话剧部创作第一部话剧,并获得高阳市话剧节大奖。
2006年考入首尔大学人文学系。



金相润

1996年(小学3年级)入选一山市英才教育中心。

2003年毕业于言周初中,并完成延世大学英才教育中心的课程。
2006年毕业于大元外语高中(高一时获得校内学习能力竞赛大奖,高二时获得校内学习能力竞赛金奖),获得三星李健熙会长奖学金、尹强路奖学金、校内智仁勇奖学金,并获得首尔市化学竞赛铜奖和SK化学竞赛铜奖。
2006年以奖学金获得者的身份考入首尔大学医学系预科。



金勇均

1999年(小学6年级)获得解法数学竞赛鼓励奖(全国第120~130名)。
2000年升入盐仓初中。

2001年获得韩国奥林匹克数学竞赛中级赛银奖。
2002年获韩国奥林匹克数学竞赛高级赛前10名。获韩国奥林匹克数学竞赛中级赛银奖。
2003年升入“民史高”。获亚洲-太平洋奥林匹克数学竞赛鼓励奖及江原道数学竞赛金奖、首尔大学主办的全国数学竞赛铜奖、韩国奥林匹克数学竞赛高级赛金奖。
2004年国际奥林匹克数学竞赛韩国国家候补队员。获韩国奥林匹克数学竞赛高级赛金奖。
2005年获得校内学术财团大奖,国际奥林匹克数学竞赛国家候补队员。获颁总统奖学金。
2006年考入首尔大学数理统计学系。



金仲勋

2002年(初三)获得大田市科学竞赛银奖及科学竞赛中级赛银奖。
2002年考入“民史高”,并在高一获得韩国奥林匹克化学竞赛鼓励奖。

2003年获得江原道化学竞赛铜奖。
2004年获得浦项制铁化学竞赛鼓励奖、韩国奥林匹克化学竞赛银奖。
2006年考入首尔大学及麻省理工学院。



申载圣

2000年升入大邱市五成初中。入选大邱市教育科学院主办的深化班(初二、三年级)。获得大邱市科学竞赛中级赛金奖、韩国奥林匹克物理竞赛中级赛金奖。
2003年毕业于五成初中(并获理事长奖及提前毕业资格)。
2003年升入“民史高”。
江原道科学竞赛物理赛银奖,韩国奥林匹克物理竞赛高级赛金奖,江原道体育大会水球赛集体第3名。
2006年,大学修学能力测试中考出了494分(总分为500分)的好成绩,并获得理事长奖学金及提前毕业资格。同年获颁总统奖学金。
第一二学期,获得校内学业优秀奖学金。
高中三年级时获得三星李健熙会长奖学金。
2006年考入延世大学医学系预科。



白桐叶

获1996~1997年学生奥林匹克信息竞赛第1名、庆尚北道学生奥林匹克信息竞赛第2名,两次获得韩国奥林匹克信息竞赛鼓励奖。
1998年升入浦项制铁初中。
2001年升入浦项制铁高中。
2002年,在学生奥林匹克信息竞赛预选赛中荣获第1名。庆尚北道学生奥林匹克信息竞赛第9名。
2004年考入首尔大学农业生命科学院生物资源工学系。
2006年考入庆熙大学中医系预科。

学习，
从现在开始
成为学习之神

part 01

016 如何才能学好

应该自己给自己把脉，看看到底为什么学不好 / 必须给自己一个确切的理由 / 三要三不要 / 时间差理论及概率游戏理论 / 发现你的快乐，你就不会被学习拖垮 / 积极利用良师益友 / 需要绝对时间

024 预习式学习的虚与实

如不以复习为前提，预习式学习就没什么用处 / 外语、作文以及数学，这三者有必要进行预习式学习 / 复习效果和预习式学习效果比较 / 要想学好，就要充分发挥复习的作用

028 制定周密学习计划的方法

为什么一定要制定学习计划表 / 计划一旦制定，至少要实现其70% / 制定计划时一定要充分了解自己 / 警惕计划中毒症 / 充分考虑被迫浪费掉的时间 / 周末需要认真反思 / 以时间为标准，还是以量为标准 / 学习之神金相润的周计划 / 学习之神金仲勋的时间计划 / 学习之神柳相根的考试计划 / 学习之神白桐叶的每日计划 / 学习之神姜成英的单日计划 / 学习之神申载圣的最短时间计划

038 良好的生活习惯能保证良好的学习成绩

一定要吃早餐 / 餐后运动，每天30分钟 / 必须制定时间计划 / 有规律的生活 / 学校—辅导班—家：生活轨迹变得简单了 / 杜绝在线游戏、网聊、网上购物、博客等 / 为了充实度过学生时代而努力 / 充分睡眠，辅以灵活的打盹时间 / 探寻属于自己的学习模式和方法 / 随身携带单词手册、误答笔记、背诵笔记等资料 / 看报纸但不看电视或网络新闻 / 控制自己的情绪 / 一定要整理好必须的东西 / 跟同学和老师们保持良好的关系 / 亲自记笔记，并制作误答笔记 / 提问多多益善 / 保持普通的外貌

用学习之神的学习方法
巩固实力

part 02

048 高中时期该如何学习

语文、外语、数理等课应从高一一开始抓起 / 高一寒暑假该做的事情 / 高二寒假是提高修学能力的最佳时机 / 综合考评学习量剧增时更应稳扎稳打 / 高二寒假是提高实力的最佳时机 / 高二暑假该干什么 / 高二寒假该干什么 / 到了高三就要做好打一场持久战的准备 / 在生活上防止出格最为重要 / 虽说必须正视修学能力测试，但也不能放松综合考评 / 在暑假来临之前，打好修学能力所需的解题基础 / 高三暑假该干什么 / 9月份去补充暑假期间发现的不足之处 / 从10月份开始，兼顾“概念整理”和“实战感觉” / 6月和9月的模拟考试分析作业是必须的！