

哈佛素质课题组 ◎ 编



GO INTO HARVARD

走进哈佛

哈佛女孩男孩的学习方法

你可曾有过“哈佛大学梦”？

你是否觉得这个梦想遥遥不可及？

《走进哈佛》和《走进哈佛(创新篇)》将告诉你，

这决非一个可望不可及的梦想，

只要你拥有了真正的学习能力，创新能力！

因为哈佛大学要的就是能力

——学习能力，创新能力。



中国国际广播出版社

GO INTO HARVARD

走进哈佛

哈佛女孩男孩的学习方法

哈佛素质课题组 ◎ 编

中国国际广播出版社

图书在版编目(CIP)数据

走进哈佛/哈佛素质课题组编. - 北京:中国国际广播出版社,2004.4

ISBN 7-5078-2040-8/G·872

I. 走… II. 哈… III. ①大学生-学习方法 ②中学生-学习方法
IV. G442

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 047456 号

编 著	哈佛素质课题组
责任编辑	何宗思
版式设计	刘录正
封面设计	刘海啸
出版发行	中国国际广播出版社(68036519 68033508〔传真〕)
社 址	北京复兴门外大街 2 号(国家广电总局内) 邮编:100866
经 销	新华书店
排 版	王林芳
印 刷	北京泽明印刷有限责任公司
装 订	北京泽明印刷有限责任公司
开 本	850×1168 1/32
字 数	269 千字
印 张	13.75
版 次	2004 年 4 月北京第 2 版
印 次	2004 年 4 月北京第 3 次印刷
书 号	ISBN 7-5078-2040-8/G·872
定 价	22.00 元

国际广播版图书 版权所有 盗版必究

哈佛素质课题组(学习子课题)

组长:甘华鸣

成员:武志红 易晓明 朱冽烈

编者的话

你可曾有过“哈佛大学梦”？你是否感觉这个梦想遥不可及？《走进哈佛》和《走进哈佛(创新篇)》将告诉你，这绝非可望不可及的梦想，只要你拥有了真正的学习能力、创新能力！

十几年前，人们都以为“美国大学梦”专属于那些顶尖大学的顶尖学生；几年前，人们则以为“美国大学梦”也仅是那些考上“北大”、“清华”、“复旦”等一流大学的大学生的特权。但现在，随着托福、GRE 考试培训的日益普及，越来越多的人发现，任何一个普通的大学生都可以追寻自己的“美国大学梦”——只要你知道追寻的轨迹，只要你肯努力。

但高中毕业就去哈佛大学读书——这个梦想你可曾有过，你可敢追寻？

相信很多人都听说过，谁在高中的时候就已经被某个知名的美国大学录取，到许多人向往的彼岸读大学去了。1999 年春天，18 岁的成都女孩刘亦婷同时被哈佛等四所美国大学录取的消息更是不胫而走，传遍全国。传播速度之快，令人咋舌！这则消息之所以如此神奇，之所以受亿万人瞩目，原因只有一个：无数的高中生都有一个“哈佛梦”，但都以为那是一个遥不可及的梦。就好比在十几年前，人们都以为“美国大学梦”专属于顶尖大学的顶尖学生，现在，人们则以

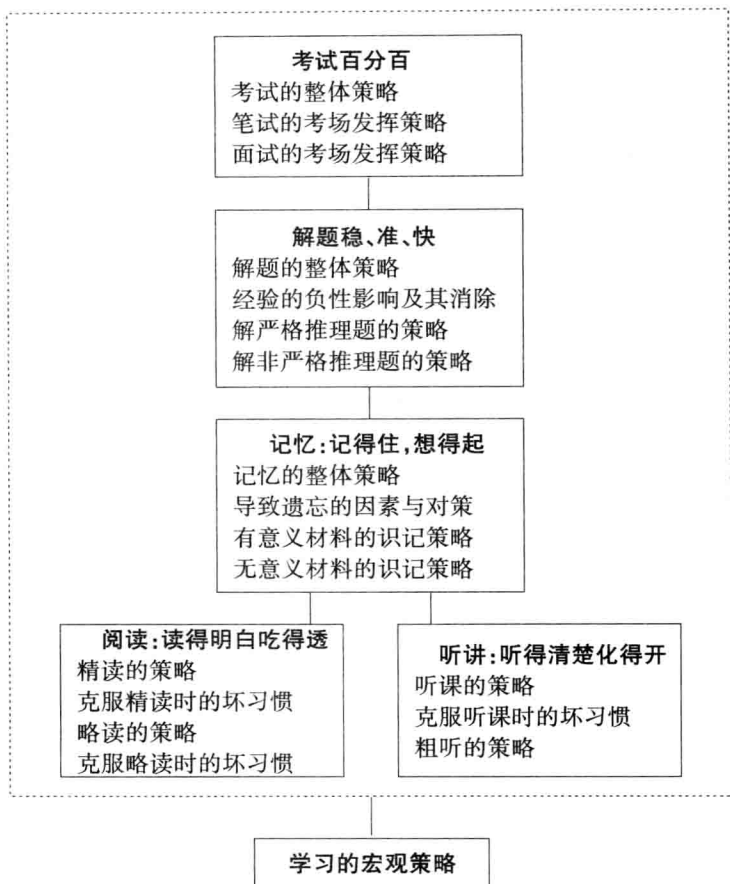
为“高中生美国大学梦”仅属于顶尖高中的顶尖学生。鲁迅先生说过:走的人多了,才有了路。但为什么非得要等“高中生美国大学梦”成了一个潮流后,你才行动呢?

美国中学生上大学的考试有两种: SAT 学术评估测验和 ACT 教育发展组合测验。它们的作用与我国的高考类似,但在知识的深度和难度上,都确实太简单——因为它们考的是能力! 哈佛大学要的也就是能力——学习能力,创新能力。

要想在 SAT 和 ACT 这样的能力测验中取得优异成绩,办法只有一个——提升你的学习能力和创新能力。《走进哈佛》和《走进哈佛(创新篇)》两书,将向你深入浅出、简明扼要地介绍科学有效的学习方法和创新方法,根本性地重塑你的学习能力和创新能力。该书将使你彻底摆脱习惯的应试模式,以一种灵活、友善,而不是刻板、敌意的态度面对 SAT 学术评估测验和 ACT 教育发展组合测验。

我国高考即将全面实行“3+X”,重点考察的也是考生的能力。冰冻三尺,非一日之寒,高考可以迅速地借鉴国外的能力测验,但学生的思维可能仍停留在应试的模式上。《走进哈佛》和《走进哈佛(创新篇)》的另一个初衷就是:帮助学生打破“应试模式”的坚冰,迅速地提升自己的学习能力、创新能力,以适应“3+X”新高考。

全书结构



•美国学术评估测验 SAT•

•美国 ACT 教育发展组合测验•

目 录

1	第一章 考试百分百
3	第一节 考试信念:不好的与好的
	一、不好的考试信念
	1. “超水平发挥”
	2. “学习就是一切”
	二、好的考试信念
6	第二节 什么是考试
	一、考试的概念
	二、考试的目的
	1. 效果考试
	2. 资格考试
	三、笔试、面试及其他考试形式
	1. 笔试
	2. 面试
	3. 其他考试形式
12	第三节 从系统的角度看考试
	一、统一看待考试和学习
	二、连续看待考试系列
	三、整体看待考试三阶段
	四、从两个方向看待考试
18	第四节 考试的整体策略

一、考前准备

1. 制定复习计划
2. 调整竞技状态
3. 进行放松训练
4. 保持身体健康
5. 训练考试技能
6. 进行模拟考试
7. 详知考试细节
8. 了解命题原则

二、考场发挥

1. 检查必备物品
2. 进行考前放松
3. 学会积极等待
4. 接受生理紧张

三、考后调整

1. 调整考试心态
2. 总结策略得失
3. 检查基础知识

第五节 笔试的考场发挥策略

一、考场准备

1. 填写卷头
2. 浏览试卷
3. 制定答题顺序
4. 安排答题时间

二、试题解答

1. 认真审题

2. 细心解题
3. 验证答案
4. 每题必答
5. 知难而进
6. 注意卷面

三、试卷检查

1. 检阅卷头
2. 检查答案
3. 到时交卷

第六节 面试的考场发挥策略

一、进入考场

1. 形成第一印象
2. 建立平衡关系
3. 把握全局

二、交流问题

1. 细心聆听
2. 巧妙回答
 - (1) 突出个人特色
 - (2) 列举具体事例
 - (3) 积极接受难题

3. 有效提问

三、离开考场

1. 自然结束关系
2. 清理考场物品

53 **第二章 解题稳、准、快**

55 **第一节 什么是解题**

一、解题的概念

1. 问题

(1)问题三因素

(2)问题的类型

2. 解题

(1)解题三特征

(2)解题的类型

二、解严格推理题与解非严格推理题

60 **第二节 解题策略的重要性**

63 **第三节 解题的整体策略**

一、使用算法

二、使用启发法

1. 正向分析

2. 逆向分析

3. 化归分析

(1)分解

(2)特殊化

(3)一般化

(4)蓝图化

三、进行自我调节

1. 选择解题途径

2. 估价解题前景

3. 考虑必要调整

四、构建正确观念

五、调动解题情绪

1. 激发解题兴趣

2. 坚定解题决心

六、稳定解题心理

第四节 经验的负性影响及其消除

一、负迁移

二、心理定势

三、功能固着

四、结构僵化

第五节 解严格推理题的策略

一、弄清问题

1. 搞懂问题的文字表述

2. 找出问题的框架和细节

二、探索思考

1. 探索有益的念头

(1) 多个角度分析

(2) 珍惜每个念头

2. 引入辅助元素

(1) 借助已有模式

(2) 借助已有定义

3. 引入辅助问题

(1) 子问题

(2) 等价问题

三、拟定计划

1. 选择解题算子

2. 制定解题步骤

106

3. 调集解题信息

四、实现计划

1. 注意解题细节

2. 检验猜测

五、回顾总结

1. 验证答案

2. 尝试不同途径

3. 注意举一反三

第六节 应用举例

例：解一个物理题

113

第七节 解非严格推理题的策略

一、选择题

1. 排除明显不正确的答案

2. 利用相关知识合理猜测

3. 整体地看问题

4. 注意相同答案

5. 注意对立答案

二、判断题

1. 注意绝对概念

2. 注意相对概念

3. 不要想当然

4. 只需找到一点错误

5. 不要全概率判断

三、配对题

1. 先解决有把握的

2. 认真阅读栏目说明

四、填空题

1. 扼要回答

2. 紧扣题意

五、问答题

1. 阅读题干

(1)理解题意

(2)划出关键词

2. 构思

(1)记下最初设想

(2)组织最初设想

(3)列出提纲

3. 组织答案

(1)开门见山,直指主题

(2)结构性阐释要点

(3)恰当使用连接词

(4)使用术语

(5)用题干中的词句概括论点

六、简答题

1. 简明扼要回答

2. 防止两个倾向

128

第八节 应用举例

例:解一个简答题

133

第三章 阅读:读得明白吃得透

135

第一节 什么是阅读

一、阅读的概念

二、精读与略读

第二节 精读的策略

一、浏览全书

1. 查看封面信息

(1) 书名

(2) 作者

(3) 出版单位

2. 查阅内容提要 and 目录

3. 查阅序言 and 后记

二、扫读一章

三、逐节详读

1. 提问

2. 细读

(1) 圈点划线

(2) 边注眉批

3. 思考

4. 复述

四、小结一章

五、总结全书

1. 由薄到厚

2. 由厚到薄

第三节 克服精读时的坏习惯

一、读出声音

二、移动手指

三、转动颈部

四、病态读书姿势

五、不讲读书卫生

156	第四节 应用举例 例一:精读《图解当代科技》 例二:精读《广告》 例三:精读《蝙蝠》片段
165	第五节 略读的策略 一、浏览 二、扫读正文 1. 快速阅读 2. 敏捷思考 3. 推断和预测 三、细读重点 四、概括全文
171	第六节 克服略读时的坏习惯 一、逐字阅读 二、纠缠生字 三、不当返读 四、忽略标题
174	第七节 应用举例 例一:略读《发展心理学》 例二:略读《书中之书——圣经》 例三:词组训练 例四:短文训练
183	第四章 听讲:听得清楚化得开
185	第一节 什么是听讲

一、听讲的概念

1. 听讲的目的
2. 听讲的过程

二、聆听与粗听

第二节 听课的策略

一、课前预习

1. 选择预习重点
2. 明确预习任务
3. 施行三层次预习
4. 与其他学习环节相结合

二、课堂听讲

1. 积极听讲

- (1) 紧跟老师的讲课思路
- (2) 超前思考, 比较听课
- (3) 抓住老师讲课的重点
- (4) 随时总结
- (5) 注意和老师交流

2. 做好课堂笔记

- (1) 备足笔记本
- (2) 做提纲式笔记
- (3) 科学分配注意力
- (4) 层次分明, 一目了然
- (5) 多留空间
- (6) 利用符号和缩写
- (7) 准确记录

三、课后复习