



®系列丛书
XILIE CONGSHU

【无数中学生翘首以盼的学习宝典】
WUSHUZHONGXUESHENGQIAOSHOUYIPANDEXUEXIBAODIAN

学习一定有方法

XUEXI YIDING YOU
FANGFA

中国感恩教育之父 彭成 ©著

中学生
必读书

- ◎ 青少年必读的学习**励志宝典**
- ◎ 无数的学生因为它而**改变命运**
- ◎ 中国感恩教育之父 感恩教育第一人
彭成老师最新力作

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

学习一定有方法 / 彭成著. —北京: 中国华侨出版社, 2010. 6

ISBN 978-7-5113-0289-2

I. ①学… II. ①彭… III. ①学习方法—中学生—课外读物 IV. ①G791

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第111225号

• 学习一定有方法

著 者 / 彭 成

责任编辑 / 王 晖

责任校对 / 志 刚

经 销 / 新华书店

开 本 / 787 × 1092 毫米

印 刷 / 三河市祥达印装厂

版 次 / 2010年10月第1版 2010年10月第1次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-0289-2

定 价 / 35.00 元

中国华侨出版社 北京市安定路20号院3号楼305室 邮编: 100029

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 传真: (010) 64439708

发行部: (010) 64443051

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

签名页

一定要请你尊重的人在这本书上签名，让爱你的人和你爱的人一起来鼓励和见证你的人生成长！

记住，为你见证和鼓励的人越多，你的能量和磁场就会越来越大，马上行动！

让学习成绩快速提升的方法

很多同学一直在说，要用优异的成绩来回报自己的父母，但是，他们在实际的学习过程中遇到了诸多问题：

学习任务太重，感觉学习压力太大，对学习提不起一点兴趣……

付出的努力不小，花费的时间不少，但是学习的成绩却不理想……

认真按照老师的指导，紧随老师的步伐，一步一个脚印地去学，但是却收不到预期的效果……

原因何在？

很简单，你还没有发掘到学习中的乐趣，还没有培养起自己对学习兴趣，还完全处在一种被动的学习状态中，还没有认识到学习的重要性，还没有掌握适合自己的学习方法。

《人间词话》中，王国维先生曾用三句词，来形容古今成就大事业、大学问者所要经历的三种境界：

昨夜西风凋碧树。独上高楼，望尽天涯路。

衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴。

学习一定有方法

众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处。

用在学习上，这三种境界我们可以概括为——苦学、好学会学。

“苦学”非常值得我们肯定，但是我们还要在“苦学”的基础上“好学”，进而“会学”，你现在是否在为自已“不会学”而发愁呢？

彭成老师经过长时间的调查研究，所撰写的《学习一定有方法》，可以帮助广大的同学找到学习的乐趣，摆脱死记硬背的呆板学习法，掌握属于自己的学习方法，坚定自己的意志，制定适合自己的学习目标，在短时间内让你快速提升自己的学习成绩！

没有适合自己的学习方法，一味地“苦学”，你的成绩永远不会得到很大的提高。学习方法决定你的成绩，是你征服知识的有力工具。如果你用斧头去砍一棵树，大概要用一上午的时间，而如果改用电锯的话，则不到十分钟就可以完成。如果没有好的方法，即便是每天刻苦学习，你也不一定能够取得很好的成绩。你肯定遇到过这样的同学，他们每天都在忙碌，时刻在啃厚厚的书，带着度数很高的眼睛，但是考试成绩却始终一塌糊涂。原因就在于，他们没有正确的学习方法！

你是不是现在就已经迫不及待的想了解呢？这里先为你简单介绍一下本书的结构，以方便你更好地学习：

第一部分是心态篇，在这部分里面，《学习一定有方法》将激发你的学习热情，吸引你的注意力，让你在学习的时候知道应该把自己的情绪调整到一个最佳方位，通过对志向的建立，对信心的把握，对恒心的掌控，对兴趣的拥有等方面来进行阐述，使得你在学习之前首先把自己的心态一关跨过去，这一部分其实也就是你在学习前所做的“热身运动”。

第二部分是方法篇，这部分是学习的主要部分，但是对于本书来说，这一部分跟前面一部分的重要性是一样的，不存在很重要或者特别重要。你在学习的过程中，掌握方法非常重要，掌握好的方法可以获得事半功倍的效果，

这主要是你自己要找到适合于自己的方式进行学习，不要认为提供的这些方式是完美的，在这些方法上没有所谓的完美方式，只有适合自己的方式，所以要找到自己的学习方法。这一部分给出了目标上的设定，学习上的计划，课外学习，考试方法等让你在寻找自己方法的同时，也对自己有了很大程度上的了解。

第三部分是提高篇，这部分主要是让你在有空余时间的情况下，给自己制定一个更高的标准，以不断“提高”自己，换句话说，这部分是主要让你了解自己的特点，在你学习之余给自己提供“更上一层楼”的方法。

你是不是已经迫不及待地想掌握这些学习方法呢？是不是想用更好的成绩来感恩自己的亲人呢？《学习一定有方法》是同学们的最佳选择！愿更多的学子能够在学习道路上一帆风顺，取得优异的成绩，早日实现心中的梦想！

目 录

► Contents

第一篇 心态篇

第一章 学贵立志 / 2

对于一艘盲目的船来说，所有风向都是逆风 / 2

立什么样的志，决定你成为什么样的人 / 7

怎样才能立好志 / 10

为往圣继绝学，为万世开太平 / 13

第二章 明白为谁读书 / 16

为自己而读书 / 16

读书也是报答父母的方式 / 20

用努力读书来“包装”自己 / 24

知识比金钱更重要 / 27

目录

Contents

第三章 心怀信心 / 32

大声喊出“YES!! CAN!” / 32

学习需要信心 / 35

相信自己的潜能 / 40

自信不等于自大 / 43

第四章 恒心是学习的根本 / 47

学贵有恒 / 47

成绩是用坚持换来的 / 50

今天，你勤奋了吗 / 53

除了自己，没人能打败你 / 56

第五章 学习的导游——兴趣 / 60

兴趣掌控你的学习坐标 / 60

兴趣是一粒种子 / 63

高效源自于兴趣 / 67

学习有兴趣，那么知识对你也就有兴趣 / 71

第六章 积极心态 / 75

做一个阳光学子 / 75

学习并快乐着 / 79

乐观是一笔财富 / 82

成为一个快乐的拾穗者 / 86

第二篇 方法篇

第一章 目标是学子的灯塔 / 92

成为优秀学子要有目标 / 92

有目标就有动力 / 96

寻找自己的那把钥匙 / 98

学习路上的指南针 / 100

第二章 学习计划是成才的关键 / 103

学习是一个过程 / 103

走对关键的几步棋 / 105

一粒麦子的态度 / 109

把计划实践化 / 112

第三章 课堂学习是计划的具体化 / 116

及时和老师沟通交流 / 116

阳光集中到一点才能燃烧 / 119

为自己创造一个良好的学习环境 / 121

目录

Contents

第四章 课外学习有窍门 / 125

择友而交，共同进步 / 125

反思也是一种美丽 / 128

三人行，必有我师焉 / 130

第五章 复习助你成才 / 133

复习是一个重要的学习砒码 / 133

重复的价值 / 137

要有选择性的复习 / 142

复习不是简单的叠加 / 145

第六章 掌握考试的绝招 / 149

审视每一次的考试成绩 / 149

找回失去的知识点 / 152

懂得合理安排各题的时间 / 157

第三篇 提高篇

第一章 如何提高记忆力 / 164

有关记忆的几个科学规律 / 164

影响记忆力的因素 / 167

劳逸结合提高记忆 / 170

第二章 快速提高成绩的秘诀 / 174

快速提高学习成绩的“三秘诀” / 174

做考前的最后冲刺 / 178

总结学习经验和规律 / 182

创造性地去学习 / 185

第三章 快速阅读技巧 / 189

快速阅读的基本技巧 / 189

快速阅读训练 / 193

解决“快速阅读”的障碍 / 200

第四章 思维技巧的灵活运用 / 204

学海无涯“图”做舟 / 204

思维导图的由来 / 206

思维导图学习法——运用思维导图学习的8大秘诀 / 209

导图的制作 / 212

第五章 平衡发展 / 216

各科的平衡发展是优秀学子的重要因素 / 216

好的心理素质是平衡发展的关键因素 / 220

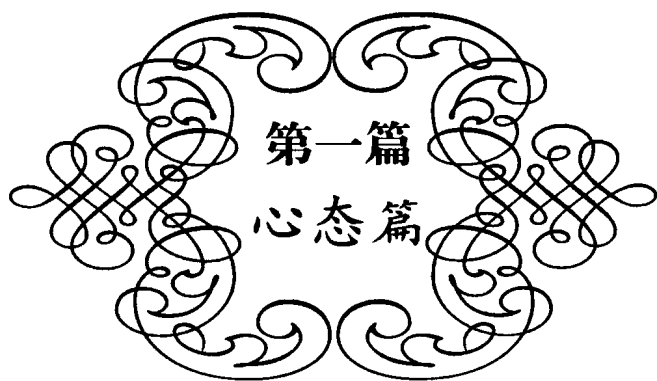
在实践中让学生得到平衡发展的锻炼 / 224

目录

Contents

后记篇

要成绩更要成长	230
---------------	-----



第一章 学贵立志

对于一艘盲目的船来说，所有的风向都是逆风

孔子说过：“三军可夺帅也，匹夫不可夺志也。”

诸葛亮曾经也说过：“夫学须志也，才须学也，非学无以广才，非志无以成学。”

那么，我们就要明白“志”的含义与价值，在学习的过程中，我们要做的就是立好自己的志向。其实志向里面包含着两层意思：一层是有方向感的意思，另一层是要有实践的味道在里面。但是不论哪一种解释，都包含有通向自己的心境，就是自己内心里面所想要达到的那种境界，因此，从这个意义上来说，“志”是内心的标杆，是心智的照明灯。对于那些心智或者内心里面还没有确定自己的志向的人来说，立志就显得极为重要。没有立志的人，就像是盲目的船一样，自己摇摆不定，信仰缺失，价值观念匮乏，生活就会浑浑噩噩，没有生气、没有活力。确切地说，他们没有生活，他们只是生存。

对于立志自己要明白，立什么样的志向，做什么样的打算，自己的人生

道路怎么走，这都是非常重要的问题，需要认真解决。没有自己的志向，那么你的人生将会是不可靠的，而靠着别人的帮忙产生的志向，则更要深思，因为，这样的志向究竟适不适合你，这很重要，这是不允许自己在作出决定后产生动摇之心的。因为如果你产生了动摇，就说明你还没有领悟到你做志向的真正价值，志向有阶段性，这是无可否认的，但是许多人常常迷失在自己所接受的志向里，并不能产生真正的效果。请看下面一个颇有趣味的小故事：

在非洲一片茂密的丛林里走着四个皮包骨头的男子，他们扛着一只沉重的箱子，踉踉跄跄地往前走。

这四个人是：巴里、麦克里斯、约翰斯、吉姆，他们是跟随队长马克格夫进入丛林探险的。马克格夫曾答应给他们优厚的工资，但是，在任务即将完成的时候，马克格夫不幸得了病而长眠在丛林中。

那只箱子是马克格夫临死前亲手制作的。他十分诚恳地对这四人说道：“我要你们向我保证，一步也不离开这只箱子。如果你们把箱子送到我朋友麦克唐纳教授手里，你们将分得比金子还要贵重的东西。我想你们会送到的，我也向你们保证，比金子还要贵重的东西，你们一定能得到。”

埋葬了马克格夫以后，这四个人就上路了。但密林的路越来越难走，箱子也越来越沉重，而他们的力气却越来越小了。他们像囚犯一样在泥潭中挣扎着。一切都像在做恶梦，而只有这只箱子是实在的，是这只箱子在支撑着他们的身躯！否则他们全倒下了。他们互相监视着，不准任何人单独乱动这只箱子。在最艰难的时候，他们想到了未来的报酬是多少，当然，有比金子还重要的东西……

终于有一天，绿色的屏障突然拉开，他们经过千辛万苦最终走出了丛林。于是，四个人急忙找到麦克唐纳教授，迫不急待地问起应得的报酬。教授似乎没听懂，只是无可奈何地把手一摊，说道：“我是一无所有啊，噢，或许箱

学习一定有方法

子里有什么宝贝吧。”于是当着四个人的面，教授打开了箱子，大家一看，都傻了眼，满满一箱无用的木头！

“这开的是什么玩笑？”约翰斯说。

“屁钱都不值，我早就看出那家伙有神经病！”吉姆吼道。

“比金子还贵重的报酬在哪里？我们上当了！”麦克里斯愤怒地嚷着。

此刻，只有巴里一声不吭，他想起了他们刚走出的密林里，到处是一堆堆探险者的白骨，他想起了如果没有这只箱子，他们四人或许早就倒下去了……巴里站起来，对伙伴们大声说道：“你们不要再报怨了，我们得到了比金子还贵重的东西，那就是生命！”

读完这个故事，相信大家已经能够明白志向的重要意义了。它是我们前进的方向标，是我们学习、进步的动力源泉。如果没有那个箱子，约翰斯、巴里他们四个人就不会成功穿越那个森林，就不会有前进的动力。学习也一样，要有一个明确的志向，一个明确的目标，只有这样，自己才会动力十足，在遇到困难的时候才会有克服障碍的勇气和动力。

或许你认为自己不够聪明，学习能力没有别人强，别人学一遍就会的东西，自己要学好几遍。但是，假如你已经有了明确的志向，给自己制定了合理的目标，那么你就会一直坚持，你会用更多的付出来实现自己的志向，你的脚步不会因为茫然而停止。新东方英语的创始人俞敏洪，他的英语水平是不是让你很羡慕呢，你或许还在认为他天生就有很强的英语学习天赋。但是，你或许还不知道这样一个事实，最初高考时他的英语只有55分，但是他没有放弃，在他的心中有一个一定要学好英语的志向。在这之后，他一直在不断的努力，付出比别人更多的汗水，在第三次参加高考的时候，他的英语几乎拿到了满分。看到了吧，这是什么？这就是志向的力量，这就是目标的强大作用！在回忆高考的那段往事的时候，俞敏洪曾表示，多亏自己心中的志向，

所以没有自暴自弃，虽然比别人跑得慢，但是能够坚持，可以用双倍的时间来实现自己的目标。所以，不管你是否聪明，不管你之前的成绩怎样，只要自己有志向、有目标，就会清楚的看到自己的前进方向，就会有不断努力的动力。俞敏洪说：“人生是可以有目标的，一个一个具体的目标；但人生更为重要的是志向，是看不见、摸不着、永远无法实现的一种向往、一种冲动。”他的成功经历对于大部分同学来讲，有着更实际、更直接的激励作用。

如果你还没有一个明确的志向，那么从现在开始，便要为自己制定一个；如果你已经有自己的志向，那么你要更加明确它，并且使之更坚定。它会给你坚持的动力，会激励你一直不断地前进。

在美国某个小学的作文课上，老师给小朋友的作文题目是：“我的志愿”。

一位小朋友非常喜欢这个题目，于是在作文本上飞快地写下他的梦想。他希望将来自己能拥有一座占地十余公顷的庄园，在广阔的土地上植满如茵的绿草。庄园中有无数的小木屋，烤肉区，及一座休闲旅馆。除了自己住在那儿外，还可以和前来参观的游客分享自己的庄园，有住处供他们歇息。

写好的作文经老师过目，这位小朋友的本子上被画了一个大大的红“×”，发回到他手上，老师要求他重写。

小朋友仔细看了看自己所写的内容，并无错误，便拿着作文本去请教老师。

老师告诉他：“我要你们写下自己的志愿，而不是这些如梦吃般的空想，我要实际的志愿，而不是虚无的幻想，你知道吗？”

小朋友据理力争：“可是，老师，这真的是我的梦想啊！”

老师也坚持：“不，那不可能实现，那只是一堆空想，我要你重写。”

小朋友不肯妥协：“我很清楚，这才是我真正想要的，我不愿意改掉我梦想的内容。”