



新手父母

聰明

【修訂版】

臺灣大學教授、K書高手
呂宗昕教授 ◎著

念書高手

建中、台大、柏克萊超級高材生呂宗昕教授
傳授14位傑出名人與其獨到的 **K** 出好成績秘訣！



適讀年齡：10~15歲

掌握K書高手傳授的高效率念書法

- ★專心念書4秘訣
- ★念書5寶的應用
- ★算好數學的5步驟

- ★管理時間4原則
- ★讀自然科學4要訣
- ★背誦課文的4要領

- ★做好筆記4要點
- ★寫好作文的4重點
- ★寫好功課的4技巧

共同推薦

暨南大學資訊工程系教授
政治大學教育學院院長

李家同
秦夢群

亞洲大學應用外語系系主任
政治大學實驗小學校長
富邦文教基金會執行長

張湘君
劉兆文
陳藹玲

聰明

【學習版】

學習版 小學
高年級適用

念書高手

聰明・自律・你的學習成績絕對會提高
聰明人知道如何念書，聰明人知道如何學習！



學習成績提高，你的學習成績絕對會提高！

- 一、如何學習成績提高
- 二、如何學習成績提高
- 三、如何學習成績提高

- 一、如何學習成績提高
- 二、如何學習成績提高
- 三、如何學習成績提高

- 一、如何學習成績提高
- 二、如何學習成績提高
- 三、如何學習成績提高

學習版

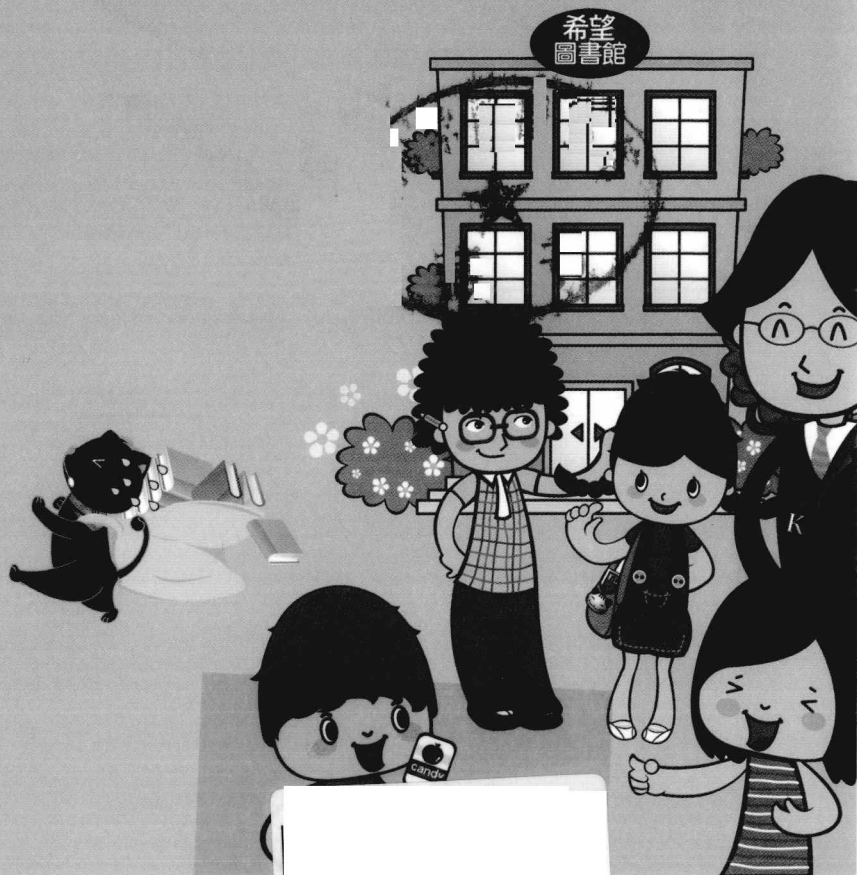
學習版 小學高年級適用
學習版 小學高年級適用
學習版 小學高年級適用
學習版 小學高年級適用

聰明

【修訂版】

呂宗昕教授 著

念書高手



國家圖書館出版品預行編目資料

聰明念書高手／呂宗昕著．-- 修訂一版．--
臺北市：新手父母，城邦文化發行：家庭傳
媒城邦分公司發行，2010.01〔民99〕
面：公分．--（學習力系列；SG0001）

ISBN 978-986-6616-42-6（平裝）

1. 學習方法 2. 讀書法

521.1

99000484

聰明念書高手【修訂版】

作 者／呂宗昕
選 書／林小鈴
企劃責編／詹熾聲

行銷業務／高嘉吟
行銷經理／陳雅雯
總 編 輯／林小鈴
發 行 人／何飛鵬
法律顧問／台英國際商務法律事務所 羅明通律師
出 版／新手父母出版

城邦文化事業股份有限公司
台北市中山區民生東路二段141號8樓
電話：(02) 2500-7008 傳真：(02) 2502-7676
E-mail：bwp.service@cite.com.tw

發 行／英屬蓋曼群島家庭傳媒股份有限公司城邦分公司
台北市中山區民生東路二段141號2樓
讀者服務專線：02-2500-7718；02-2500-7719
24小時傳真服務：02-2500-1900；02-2500-1991
讀者服務信箱 E-mail：service@readingclub.com.tw
劃撥帳號：19863813
戶名：書虫股份有限公司

香港發行所／城邦（香港）出版集團有限公司
香港灣仔駱克道193號東超商業中心1F
電話：(852) 2508-6231 傳真：(852) 2578-9337
E-mail：hkcite@biznetvigator.com

馬新發行所／城邦（馬新）出版集團 Cite(M) Sdn. Bhd. (458372 U)
11, Jalan 30D/146, Desa Tasik,
Sungai Besi, 57000 Kuala Lumpur, Malaysia.
電話：(603) 90563833 傳真：(603) 90562833

封面設計／羅貝卡
內頁設計／Show
製版印刷／卡樂彩色製版印刷有限公司

2010年1月28日初版
定價／250元
ISBN：978-986-6616-42-6

Printed in Taiwan

版權所有・翻印必究

推薦語

★ 國立政治大學教育學院院長 秦夢群

念書除了努力，還需要方法。本書以生動的「漫畫」與「說故事」的方式，簡明扼要的說明如何專心、選擇重點、增加創意及做筆記等重要的念書技巧，非常適合親子共同閱讀。

★ 富邦文教基金會 執行長 陳藹玲

從小學四年級開竅以後，一路名列前茅的得到碩士，靠的就是一套讀書的祕訣。沒想到和這本書提供的方法幾乎完全相同！有了這套祕笈，剩下的就是實踐的功夫了！

★ 亞洲大學 應用外語系主任 張湘君

本書稟持《聰明念書書高手》的寫作風格，融入國小學童的生活情境，「精采文字」的解說配合「彩色繪圖」的視覺激盪，甚至引用各領域名人的例子，讓孩子在賞心悅目的閱讀氣氛中，輕鬆成為小小K書高手，一輩子受益無窮。

推薦序

提供有效的閱讀方法

政大實小校長 劉兆文

閱讀，是日常生活中最普遍的活動之一。無論是在工作或休閒時，在學校或在家裡，我們都可能發生閱讀活動。閱讀，更是現代人生活中不可或缺的活動，對於在籍的學生來說，尤為重要。因此，「閱讀能力」對於學生學習歷程的重要性，是不容忽視的。因為閱讀能力直接關係著學生知識吸收的效率之外，還間接影響學生處理問題的能力；也就是說，「閱讀能力」是知識來源的重要工具。

一般家長，學生（甚或老師）無須瞭解深奧艱澀的「閱讀認知歷程」，但是對「有效的閱讀策略」卻是必備的知識。因為良好的閱讀歷程，達到有意義的學習，在閱讀時運用適當的策略，能產生事半功倍的效果。

認知心理學家梅耶（Mayer, R.E.）將閱讀策略分為兩種：一）閱讀者著手的策略（reader-initiated strategy），例如做筆記（note taking）和標示（signalling）；二）內容著手策略（text-initiated strategy），像回答附加問題。這些閱讀策略的運用，對學生的閱讀歷程和文章素材的組織能力，有很大的幫助。

教學心理學所提出的有效閱讀策略聲聲大者。其中比較著名的有四個方案：SQ3R (Survey, Question, Read, Recite and Review)・REAP (Read, Encode, Annotate and Ponder)・DRTA (Directed, Reading, Thinking and Activity) 和 ReQuest。我國教育界，「閱讀策略」在心理學與教學理論的探討已汗牛充棟、不勝枚舉；唯獨落實在教學實務的發展上，仍是尚待努力的領域。

這本書是應用了認知心理學的幾項著名閱讀策略，結合閱讀實務經驗，透過故事與漫畫的表達方式，深入淺出的一一述說與練習。根據書中的指導，建立良好閱讀的態度、養成固定的閱讀習慣、嘗試有效的閱讀方法、然後能沈浸在閱讀世界裡，享受閱讀樂趣。

本書作者呂宗昕教授，任教於台灣大學化工系，平時熱愛科技研究及創造知識價值，尤其熱心教導學生如何哈讀書，及如何將腦袋變靈光。過去曾有過許多精彩的暢銷好書，廣受各界熱烈推薦與學校師生好評。此次，呂教授為小朋友與家長撰寫的《聰明念書高手》，以漫畫方式引起兒童興趣，且貼心的為家長提出每一章節的建議活動，使本書成為親子共讀的最佳良本。

很高興看見新手父母出版社再次為國內文化界出版深具文化內涵與高度閱讀樂趣的讀物，這真是國內新手父母的一大福音。

自序

教孩子讀好自己的書

台大化工系教授 呂宗昕

《聰明念書高手》是一本專門寫給孩子看的書，教孩子如何讀好自己的書，做好自己該做的事。家長可以與孩子共讀這本書，鼓勵他們參考書中不同的章節，逐漸從小養成念書的好習慣。

「去念書」大概是東方人的家長對孩子最常說的話。父母都是望子成龍、望女成鳳，也都希望孩子念好書，但是父母卻都沒有教孩子如何念好書。如果我們可以在孩子年紀尚小時，灌輸他們正確的讀書觀念，養成良好的閱讀習慣，對孩子後來的學習，將有莫大的助益。

在寫了超高效學習術《K書高手》、《考試高手》等書後，我常有機會到各級學校演講，接觸各個年齡層的學生。同學在演講後，也會圍著我問我許多問題。我發現不分城市與鄉鎮，不分年齡高低，同學的問題都很類似。我想到：如果能夠早一點幫他們解決那些惱人問題的話，不是可以他們多爭取好幾年的快樂學習時光？於是，開始著手寫這本《聰明念書高手》。



我在這本書中安排了四個小朋友：小凱、小麗、吉兒與阿奇，他們每個星期三下午都去希望小鎮的「希望圖書館」，聽館長K博士說故事。每一次K博士會先說一個名人故事，勉勵小朋友學習名人勤奮好學的精神，再針對小朋友所提的問題，給他們淺顯易懂的建議，讓孩子可以按部就班的學不同的技巧。

書中每一大節分為兩部分：第一小節先有個彩色多格漫畫，吸引讀者注意後，然後進入K博士說名人故事。第二小節先有學習「○」「×」對錯彩色漫畫，讓孩子瞭解念書的正確概念後，然後進入K博士的學習方法，最後附上「K博士給孫子的鼓勵」勉勵孩子認真讀書，及附上「K博士給家長的叮嚀」協助父母指導孩子念好書。

全書分為三大部分：

PART I：聰明念書高手的基礎功夫——介紹念書應該準備的環境跟心態。說明讀書方法、專心念書的秘訣以及念好書與管理時間的方法，最後並講解要如何培養念書的好習慣。

PART II：聰明念書高手的初級技巧——介紹念書的輔助工具跟方法。介紹做筆記的要點、念書五寶的運用，並說明什麼是「SQ3R」的念書方法以及怎樣做念書計畫。

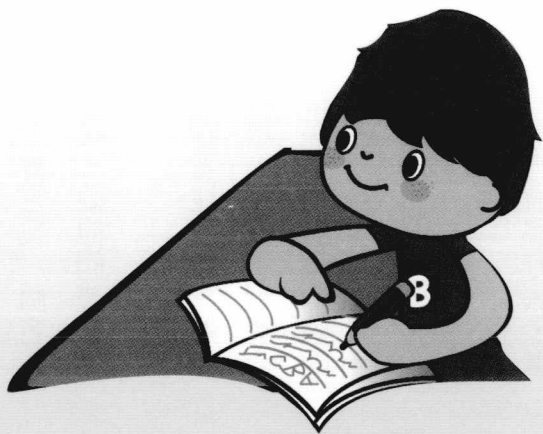
PART

III

聰明念書高手的進階能力——介紹不同類的念書方法。包括讀自然科學、寫作文、數學練習、背誦課文以及寫好功課的四大技巧等。

在撰寫這本書的時候，有著非常奇妙的感覺。彷彿自己真的蓋了一間「希望圖書館」與四個小朋友在那裡一起學習，一齊快樂成長！

祝福閱讀本書的小朋友人人都是聰明念書高手！
也祝福天下的父母人人擁有真正愛念書的孩子！



PART



目錄

聰明念書高手 (修訂版)

◆ 推薦語	1
◆ 推薦序	2
◆ 自序	4
◆ 書中人物介紹	14
◆ 希望圖書館的落成	16
◆ 先測試自己是否是聰明念書高手？	20
聰明高手的基礎功夫 (環境 & 心態)	21
◆ 聰明念書高手的「最愛」書單	22
1 創造哈利波特的小說家羅琳	24
向名人學習 羅琳的學習小祕訣	26
從小養成閱讀的習慣／吸收各式各樣的知識／大量閱讀以建立寫作基礎	30
K博士祕笈 1 又3/4的讀書法	30

每本書要念三遍／每次花費的時間要比前次縮短一半／找出重點增加效率

2

數學及物理學家牛頓

向名人學習

牛頓的學習小祕訣

不自暴自棄／擴充閱讀的領域／專心、專注在每件事上

K博士祕笈

專心念書的四大祕訣

選擇安靜的環境／收拾桌上的雜物／列出雜念並排除／焦點集中來收心

3

自學有成發明大王愛迪生

向名人學習

愛迪生的學習小祕訣

勇於嘗試的學習態度／確立閱讀的目標／實際動手做／閱讀不「偏食」

K博士祕笈

念好書的方法

設定某段時間想念的主題／挑選適合自己年齡及程度的書／將精采內容抄錄整理到筆記中／將不懂的問題抄錄下來並找出答案

4

諾貝爾物理化學獎居禮夫人

向名人學習

居禮夫人的學習小祕訣

66

64

58

52

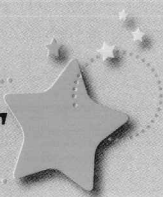
50

44

38

36

PART



認真學習，不放棄機會／積極創新／珍惜時間，堅持到底

K博士祕笈 管理時間的好方法

大時間做大事／小時間做小事

72

5 創造柯南的漫畫家青山岡昌

向名人學習 青山岡昌的學習小祕訣

78 79

為了興趣而閱讀／多多動腦思考

K博士祕笈 培養念書的好習慣

定時：念書時間要固定／定點：念書地點要固定／定法：要用固定的方法念書／定量：要規定每天讀書的進度

86

聰明高手的初級技巧（工具&方法）

◆ 你是「愛」念書的高手嗎？

93

6 電磁學之父法拉第

向名人學習 法拉第的學習小祕訣

96 99

勤做筆記，記錄重點、心得／融會貫通的將課堂筆記變成個人筆記

向名人學習 做筆記的要點

筆記本要留白／筆記本只抄左邊／筆記本要標示標題／筆記本記錄力求
精要

104

7

解放黑奴的美國總統林肯

向名人學習 林肯的學習小祕訣

把握時間充實知識／下定決心往目標前進／愛惜書本

113 110

K博士祕笈 念書五寶的應用

鉛筆：選擇重要的人名、地名、佳詞、佳句畫線／橡皮擦：把較不重要的地方擦掉，集中焦點／原子筆：從橡皮擦過濾出來的重點中，再次畫線／螢光筆：把原子筆摘錄的重點再次過濾／尺：畫線、找重點、快速又清楚的閱讀

118

8

傑出化學博士李遠哲

向名人學習 李遠哲的學習小祕訣

及早立定志向／詳盡規劃目標

128 126

K博士祕笈 SQ3R的念書方法

134

PART

聰明高手的進階能力（分科學學習要領）

◆ 你是「會」念書的高手嗎？

10 科學界的頑童教授費曼

向名人學習 費曼的學習小祕訣

懷抱好奇，勇於嘗試／挑戰難度，反覆閱讀／將問題抄在筆記中／縝密思考及審慎判斷

162 160 158 157

9

S—Survey…瀏覽／Q—Question…提問／R—Read…精讀／R—Recite…朗讀／R—Review…複習

發明避雷針的富蘭克林

向名人學習 富蘭克林的學習小祕訣

閱讀並熟記佳文／學習仿作並改寫／注重並修養品格／勇於嘗試與實驗

K博士祕笈 修身與明列計畫的方法

每日檢查自己的言行／凡事先訂立計畫／生活有條理／養成良好的作息習慣

150 145 142

K博士祕笈 讀自然科學的方法

不要硬背內容／將課程內容與生活結合／養成獨立思考的習慣／多與他人討論

168

11 動畫大師與思想大師宮崎駿

向名人學習 宮崎駿的學習小祕訣

從休閒活動中找尋靈感／堅定的意志與決心／知識與創意並用／累積知識的深度

177 174

K博士祕笈 寫好作文的四大秘訣

擴大閱讀範圍／整理佳詞、佳句與成語／先列大綱，再依「起、承、轉、合」順序安排／把握機會，勤加練習

182

12 才華洋溢的偉大畫家達文西

向名人學習 達文西的學習小祕訣

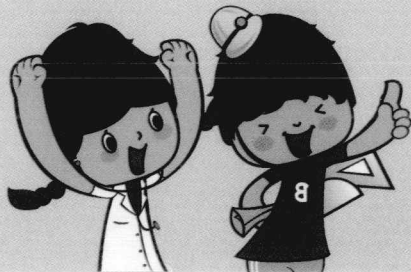
勤加練習基本技巧／將興趣互相貫通、結合

191 188

K博士祕笈 做好數學練習的方法

熟悉基本定律與公式／複習例題與老師講解的題目／先選基本題型作練

196



13

習／再挑戰難度較高變化題／與同學或老師討論難題

英國首相兼演說家邱吉爾……

204 202

向名人學習

邱吉爾的學習小祕訣……

立定志向，確立目標／克服學習的障礙／持續奮鬥的勇氣／誠實面對自己的缺點

K博士祕笈

背誦課文的好方法……

208

融會貫通全文精要／拆解文章段落／分段朗誦文章／默念背誦內容

14

世界十大偉大女性海倫凱勒……

214

向名人學習

海倫凱勒的學習小祕訣……

216 214

不放棄學習的機會／努力且有耐心的學習／積極打好語文基礎／保持高度的熱情

K博士祕笈

寫好功課的四大技巧……

222

利用下課時間寫作業／訂定寫功課的計畫／決定寫功課的順序／切割難寫的作業