

《这样学习最轻松》

图书基本信息

书名：《这样学习最轻松》

13位ISBN编号：9787801879974

10位ISBN编号：780187997X

出版时间：2006-1

出版社：新世界出版社

作者：李晓鹏

页数：236

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《这样学习最轻松》

前言

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。众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处。王国维先生用这三句词，来形容那些古今成就了大事业、大学问者所经历过的三重境界。对于学习来说，这大概就是所谓的苦学、好学会学的三种学习状态。感觉到学习是一种被迫行为，这种学习状态可以称为“苦学”；对学习如饥似渴，常常到废寝忘食的地步，这种学习状态可以称为“好学”；认识到学习本身也是一门学问，有科学的方法，有需要遵循的规律，于是不断探求正确的学习方法，因而学习效率高、学得轻松，思维也灵活流畅，能够很好地驾驭知识，这种状态可以称为“会学”。我们都想达到“会学”的状态，然而专家指出，目前中学生的学习状态中，苦学者居多，好学者为少数，会学者更少。这种情况其实是很自然的。

因为，学习的这三种状态正如王国维先生指出的三种人生境界一样，是一个连续延绵的过程。如果不能“望尽天涯路”，就不会有衣带渐宽的“终不悔”，没有做到“人憔悴”又怎能在蓦然回首之际，发现那“灯火阑珊之处”？同样地，先有了苦学才有好学，进而会学，所谓“欲穷千里目，更上一层楼”正是这个道理。苦学，从另一个角度看就是花费大量的时间和精力去学习，这是任何一种学习状态的基础。苦学磨练的是人的气质，你必须有毅力、肯吃苦、有坚定的意志力，才能顺利通过这一关。在这个阶段是没有任何技巧可言的，所有的学习方法、策略和窍门都是建立在舍得投入之上。当然，你也不要就此被吓住，在这本书中我们讲到了如何设立自己的目标、激发自己的兴趣，在各个科目的讲解中也有专门的章节是用来激励你的学习动力的，所以只要你有了理想，有了坚持下去的勇气，就会很快闯过苦学进入到好学的阶段！好学，是体会到学习的乐趣后表现出来的一种自我状态。为什么有些同学付出了那么多的精力而不觉得苦呢？这是因为他们在苦学中已经渐渐掌握了学习的神韵，所谓“苦尽才能甘来”，只有那些勇于克服困难、成功战胜困难的人，才能真正品尝到学习的甜美。你是不是已经跃跃欲试了？因为具备了理想和勇气的你已经开始喜欢上学习，并感受到成功的乐趣了。这时你可以从这本书中找到很多富有实效的学习技巧以及各种心理调节手段，它们将帮助你以健康、积极的态度在浩如烟海的知识学习中做到从容不迫。会学，是学习的最高境界，经过苦学与好学的摸爬滚打，那些善于总结经验者、勤于探求方法者必将会大有收获，进而进入到自如的状态。这时由于掌握了好的方法，具备了出色的学习能力，学习效率会不断提高。你当然也能成为这样的会学者！在熟练掌握了各种方法之后，这本书中关于怎样提高能力的内容会给你以启示，各种技能性的方法会逐渐内化为你的能力。此时，你的学习上升到了境界的层面，这已经不是气质和神韵所能够比拟的了。是不是已经迫不及待地开始了对会学这种境界的渴望和向往了呢？在这本谈论学习、调节心理、给予自信的书中，你会找到源自自身的力量！现在，就开始这段奇妙而激动人心的学习之旅吧。

《这样学习最轻松》

内容概要

《这样学习最轻松》将让你懂得学习可以不必辛苦，只要有好的学习策略，好的学习方法+好的学习心态+好的心理素质=好的学习成绩，《这样学习最轻松》将教会你，制定好学习计划管理好你的时间，树立自信，克服厌学情绪，处理好师生关系，提升阅读能力和记忆能力，培养良好的思维能力，积极的心理按摩，应对各门考试的策略，从苦学、好学到会学。

《这样学习最轻松》

作者简介

李晓鹏，重庆江津人，高中就读于重庆江中大学，2000年以总成绩江津第一、文科成绩重庆市第一的成绩考入中国人民大学法学院，在校期间，曾任中国人民大学法学院学术部长、辩论队长、院刊主编，现为中国人民大学经济学研究生，已出版个人历史专著《最高命运——获取最高权力的

《这样学习最轻松》

书籍目录

前言：苦学、好学还是会学上卷 志向篇 “你的意志已经准备好了，你的脚步也就轻快了——赫尔巴特” 做个有志向的人 学习计划的DIY 认识你自己 你的时间，你管理 学习篇 “凡是能冲上去，能散发出来的焰火，都是美丽的。——安徒生” 45分钟之前 45分钟之内 45分钟之后 能力篇 “知道事物应该是什么样，说明你是聪明的人；知道事物实际上是什么样，说明你是有经验的人；知道怎样使事物变得更好，说明你是有才能的人。——狄德罗” 阅读攻略 记忆秘笈 思维宝典 考试篇 “决定我们命运的，不是我们的际遇，而是我们对际遇的看法。——佚名” “闲庭信步考过关” “少年壮志不言愁” “自古雄才多磨难” 健康篇 “保持健康是做人的责任。——斯宾诺莎” 身体是学习的必要硬件 情绪是健康的隐性病毒 劳逸结合赢得双重收获 一起过个愉快的假期吧 下卷 语文篇 “语言作为工具，对于我们之重要，正如骏马对骑士的重要，最好的骏马适合于最好的骑士，最好的语言适合于最好的思想。——但丁” 突破基础知识 提高阅读能力 挖掘写作潜能 数学篇 “数学使人严密。——培根” 扎牢基础 思维方法 黄金解题法 英语篇 理科综合篇 文科综合篇 跋语：让青春神采飞扬！

章节摘录

相信自己 社会学家的调查研究表明，实现理想、获得成功的几率同自我认识和目标设定有着直接的关系，除了这两点之外，是否拥有充分的自信心也是关键因素之一。如果一个人认为自己能够实现目标的概率越大，那么与之相应，其成功实现目标的概率也就越大。正如我们在日常生活中所感受到的那样，一个充满自信的人总是富于魅力的。(15)都说自信源于对自我的欣赏，我该怎样去欣赏自己呢？每个人都是独特的，你的身上一定有着很多别人没有的优点，这些美丽的闪光点，是多么值得骄傲和自豪！这个时候，你就可以欣赏自己一番。譬如说，你可以欣赏自己的性格：你是个活泼好动的学生，充满了朝气和活力，这足以让那些饱经沧桑的成年人羡慕不已；你是一个文静的学生，这让你拥有了踏实和内敛的品质；你天性乐于助人，这个优点会让你拥有很多的朋友。你也可以欣赏自身的特长：这个特长并不单指吹拉弹唱的“艺术特长”，它的范围要广得多。比如，你的头脑反应特别快，你做事特别认真仔细，你的观察力很强，你特别善于处理同学关系，你的口头表达能力特别强，你的体育运动技能超群等等。这些优点都会给你带来信心和力量。需要指出的是，正确的欣赏自己并不等同于骄傲和狂妄，而是对于自身优点的认同。要相信，你是生活中的战胜者。在为了未来而奋斗的过程中，当自己的确值得欣赏的时候，千万不要吝啬表扬自己，这会让你更加自信，前进的动力更加充足。(16)我很想做一个充满自信的人，可是我发现自己距离完美实在差得太远了，我该怎样去面对自己的缺点，建立自信心呢？有很多人明明知道自己的缺点和不足，但是他们常常为了满足虚荣心而把缺点隐藏起来，这样做会使人逐渐变得虚伪固执、固步自封，极大地阻碍了个人的成长和进步。事实上，“人无完人”每个人都有自己的缺点和不足，能够认识并承认自己有差距，是一件需要勇气的事情。接下来，就需要用更大的勇气来向缺点说再见。缺点往往是日积月累的坏习惯，甚至是从小造成的性格弱点，必须承认，这些缺点早已是我们心理和精神的一部分，要想改掉它们简直可以和关公的刮骨疗毒相比了。但是，如果你不下决心铲除这些缺点，它们就会像口香糖一样到处粘着你，与其让自己的美好未来被缺点一点点地腐蚀，倒不如鼓起勇气经历一个短暂的阵痛把缺点都改掉。在改变之初，你或许会觉得平添了许多约束，日子过得不如以前那样习惯和舒适。但这些都是必须付出的代价，当你改掉了自己的缺点时，这份直面自己的胆识和豪气、战胜自我的决心和勇气将是多么值得骄傲啊！

《这样学习最轻松》

媒体关注与评论

书评 我以十分的诚意和负责任的态度向中学生朋友、老师及家长推荐这本书。一本真正的好书会改变人生的轨迹，这本书可归为此类。——清华大学中文系教授、博士生导师蓝棣之 这是我见过的最好的学习励志书。作者从自身的经历出发，提供了具体可行的学习策略，尤其可贵的是。书中大量案例和成功人士的故事，读来轻松愉快。对于每一个在痛苦中挣扎且必须面对独木桥的中学生来说。这本书确实意义非凡。——《在北大听讲座》主编文池 谨向广大中学生朋友推荐这部值得品读的好书，其思想内涵丰富，哲理性、可读性强。学习策略、技巧有独到之处。“不是抓紧每一分钟学习，而是抓紧学习的每一分钟”等观点很精辟，值得推荐。——况良华重庆市特级教师 嗯，李晓鹏，这家伙知识很渊博。天晓得他哪里来时间看那么多书，都还记得住。跟他一块演讲是件很快乐的事情，他总是能逗得大家哈哈大笑，在笑过之后，领略到很多学习、做事和做人的道理。这本书写的棒极了，错过了会很可惜的。——浙江省2000年高考理科第一名 陆文（现为美国芝加哥大学生物学博士研究生） 听了李老师的演讲。给了我深深的感触。让我明白了自己的优势与劣势，既增强了我的自信心，又使我明白性格中的弱点。李老师的学习方法给了我们很好的借鉴。更重要的是李老师让我明白一个道理：即使刚开始我的成绩不是很好，好的方法加上努力，我们就会顺利通过高考这座独木桥！——湖南衡阳一中高0415班凌琼 李老师的演讲很好，李老师自己就是高考的成功者，他讲的东西很符合孩子的心理和学习生活的状况。孩子愿意听他的话。他说一句，比我们家长对孩子“唠叨”一整天都管用。——凌琼同学的家长

《这样学习最轻松》

精彩短评

- 1、学习是艰苦的事情，但是，有了指导，会更轻松一些。
- 2、给儿子买的，结果我们家长看了也很实用，现在全家轮流看。好书，推荐给大家。
- 3、轻松学习，快乐生活！
- 4、推介这本真的是好书按照里面的学习方法现在大大的提高了我的学习成绩不买真的错过了！
- 5、这本书很好的教会了中学生怎样养成良好的学习方法与效率，希望大家多读这本书。
- 6、李晓鹏的书写的都是他亲身经历及感受，方法具体可行。
- 7、不错，不错，挺好的
- 8、非常好的一本书。从中学到不少的学习方法。
- 9、这个书内容确实不错，告诉了我们很多学习方法
- 10、为了孩子学习买的，注重学习方法，抓娃娃从小开始啊，当当送货快，选他喽！
- 11、我相信只要按照好的方法努力学习一定能进步的
- 12、作者不单是一个会学习的人，更是一个综合素质很高的人。他写的这本书应该让千千万万的中学生好好读一读。
- 13、学习方法很好
- 14、值得一看，李小鹏的书写得非常实用，对还色的学习帮助很大，建议有时间的话，看看
- 15、这部书告诉了我们如何才能高效率的学习，是本好书！！
- 16、书中说明讲解，说明及介绍的方法特别好，很有学习价值
- 17、是看了李晓鹏的另一本书才买的。
- 18、这样学习最轻松写得很详尽，非常适合中学生阅读，作为家长我已经看了一遍。但就是现在的学生要读的太多了，感觉他们没有时间去阅读；我觉得这本书他们读了会对他们有很大的启发。
- 19、到货快。学习方法很重要，但更重要的是对正确学习方法的持之以恒地落实。
- 20、《这样学习最轻松》是本好书，看了以后学习方法上有所改善，值得一看！
- 21、这本书很不错印刷清晰，对我学习有帮助。
- 22、这本书是李晓鹏主编的，不是他自己写的，比《学习改变命运》《高考状元的屠龙宝刀》要逊色一些了。
- 23、对孩子如何掌握学习方法有用的书，家长、孩子可以一起读，从中可以借鉴好的适合自己孩子的学习。
- 24、很不错的一本书，《学习改变命运》我也给孩子买过，对他的触动很大。真的不错，如果能亲自听一堂课效果就更好了。
- 25、看了该作者的《高考状元的屠龙宝刀》写得很棒，这本书还没看，相信不错。
- 26、内容十分全面，很容易理解，非常好的一本书，能改变一个人。给力的一本书!!!!
- 27、买了该作者的两本书，先看了《学习改变命运》。主要是买给孩子看的，孩子看后非常受鼓舞，学习的自觉性增加了，有了学习的目标了。是本非常激励人的好书。书中所谈到的道理和事实，都很实在，容易让人接受，使人能够产生学习动力。强烈推荐
- 28、强烈建议每一位初中生的家长和孩子都要看一看！
- 29、掌握好几学习方法受用终生
- 30、对孩子有意义的书值得买
- 31、这本书除了质量什么都好李晓鹏一些列都建议大家去看看
- 32、对孩子以后的学习很有帮助，值得购买。
- 33、教给我们一些很实用的学习方法，结合实际，恰到好处！值得购买，其实也挺适合中等生看的！！真的很不错！！
- 34、比较适合不会学习却很努力想学好的学生参考，内容还算不错，具有代表性和普遍性。推荐一看！
- 35、第三次买了，方法很好用
- 36、实践在再学习,再评价,肯定是好的书!!
- 37、有时间让儿子好好学习一下，一定有收获
- 38、本来要买学习改变命运的。结果买错了。不过还可以咯。

《这样学习最轻松》

- 39、本书还有学习有帮助。
- 40、中学生学习方法很重要，通过看这本书让孩子懂得，学习原来是一件轻松又快乐的事。
- 41、特别适合初高中孩子的励志书。
- 42、书内容很好，希望能助孩子一臂之力！
- 43、不知道这几本书能否触动孩子会学习的神经
- 44、蛮好的，有价值，也有介绍方法，也很具体
- 45、这本书很好~~！！看过这本书，让我知道怎样学习是最好的~~！！很详细~~！！又很大的帮助~~！！
- 46、书很不错,内容很真实!值得推荐!
- 47、好书。值得一读的好书。
- 48、实用，对学习很有帮助，有效果。
- 49、学习是一件非常轻松的事情，把握学习规律，学习就是如此简单和轻松！
- 50、给儿子买的，希望让他掌握更好的学习方法
- 51、本来是给朋友捎的，她家孩子初三，在学习上遇到一些问题，结果收到书后我也看得入迷了，非常好的一本书！
- 52、分门别类的把各科学学习方法总结了出来，很好，适合5年纪以上的孩子读。
- 53、让孩子能清楚如何学习
- 54、介绍的特别全面与学习改变命运一起搭配看非常有用
- 55、不错的书，实用，值得学习
- 56、本书内容很好,对学习很有帮助,反复看总有利于学习。
- 57、同时买了《学习改变命运》《中国英才家庭造》、《英才是怎样造就的》，我先一口气看完，推荐孩子看，寒假中，不知什么时候她已经全部看完，以前看书可是老费劲了，一本书看一年最终没看完的事是经常的。而且看完还把这本书推荐给同学看。找对了方法，学习既轻松，成绩又稳步上升。推荐给广大家长一起看！
- 58、我们老师就推荐李晓鹏的书，所以我就买了，我今年高二了，看过一点，对于我们很实用，不像其他书给你教方法，太官方
- 59、读这本书，你需要一本小本子来记录某些学习方法，我就用了一本，看起来多余，我感觉学习方法就是自己一点一滴积累起来的，以前的我不信什么学习方法，但是自从到了高中后，我才感到学习方法的重要性，高中的学习绝对不像初中努力，用足时间就可以好的，需要一套自己的学习方法，然而这本书就是你的良师益友。
- 60、本书对即将参加高考的高中生是很好的宝贝。
- 61、希望有适用的学习方法
- 62、书中介绍了很多学习方法，实用性很强，是一本好书。
- 63、初为老师力荐，同学都订了，但我读完后，才发现过往许多的不足，受益非浅啊！
- 64、有一点点内容和《学习改变命运》一样的哦
- 65、才看了一点，感觉非常不错，应该有用，希望对女儿学习有帮助
- 66、不错 是正品 希望对孩子的学习有帮助
- 67、我自己慢慢看了一下这本书，对孩子有帮助。好
- 68、不错，值得中学生好好读读。
- 69、同时买了《高考状元的屠龙宝刀》、《这样学习最轻松》、《学习改变命运》三本书，《这样学习最轻松》真不愧是中学生学习方法第一书，理论加实践都有了。这些是给上高一的儿子买的，我觉得有了这三本书，结合自己的实际情况来学习，三年高中学习应该不会迷茫了
- 70、内容很好，很实用，很具体，以前看到过这本书，觉得很好，现在孩子上中学了，买给孩子的，希望能给孩子帮助。
- 71、感觉不错的一本书,对于孩子的学习有一定的参考价值
- 72、此书对于正在高中阶段学习的学生们来讲的确适用，可以通过此书借鉴别人的学习方法。
- 73、适合中学生阅读，内容不错，对学生学习会有帮助。总结了非常好的学习方法，好的方法可以达到事半功倍的效果，对孩子的学习有一定的借鉴作用，可以指导孩子选择一种好的适应自己的学习方法，提高学习成绩。

《这样学习最轻松》

74、很好的书，送给我的侄女，她很喜欢。

75、家长看了觉得是一本很有用的书

76、· 2007.9.

· 其实大同小异

【所谓无往而不胜】

77、很好的书，再买一次送亲戚

78、有很多方法值得学习

79、全面地介绍各种学习方法，很适合中学生阅读。

80、孩子很喜欢，对学习有帮助！

81、很好的书喔.

82、对小孩的学习很有帮助。

83、这样学习真的很轻松。

84、为了孩子的学习，我买了这本书，读后真的感觉受益匪浅，不仅对孩子，在我教育学生的过程中也不时地用其中的学习方法对他们进行指导。

85、以前买过《学习改变命运》，感觉受益匪浅，现在继续学习

86、可以学习一些学习方法,初中生可以多读一些方法的书

87、很好的学习方法

88、学习方法最重要

89、教了好多方法，很有用，是本不错的书

90、对中学生的学习方法有指导意义！

91、非常喜欢这本书，特别是推荐给那些找不到求学门径的九年级毕业生，对付中考很有帮助！

92、这样学习最轻松（中学生学习方法第一书）

93、这样学习最轻松。要学生去看才知道

94、对孩子学习能起到一定帮助。

95、相对于那些所谓编者东拼西凑的所谓学习方法与技巧，我更倾向于相信一个学生，一个学有所成的经验感想，中学生学会学习方法，养成学习习惯很重要，希望能对表妹有用。

96、学习需要强烈的动力

97、非常实用，值得向学生推荐。

98、值得一看，对孩子学习有帮助。

99、我孩子上初一，当我正为孩子的学习方法着急时，碰到了这本书，当时只是抱着试试看的心情，没想到收获很大，作为父母，看了后，经过总结，再用比较简单的道理讲给孩子听，让他理解预习和复习的道理，然后把从书中学来的简易的办法交给他，他自己都觉得很不错

100、学习方法的书很多，有用的不多，大部分都是说了很多貌似正确的道理，其实完全不得要领。这本书是有效的。

101、希望把初中知识学得扎实，同时希望逃离题海战术，我希望能找到一个好方法。

《这样学习最轻松》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com