

# 《7S倍速考试法》

## 图书基本信息

书名：《7S倍速考试法》

13位ISBN编号：9787561335994

10位ISBN编号：7561335997

出版时间：2006-7

出版社：陕西师范大学出版社

作者：高效能学习研究机构

页数：223

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](http://www.tushu000.com)

# 《7S倍速考试法》

## 内容概要

每天，你第一个走进教室，最后一个离开；每天，你充分利用一分一秒的时间去学习，从来不会像其他同学那样快乐地玩耍；每天，你无法顾及奔波的劳累，放下书包就又开始了学习……

尽管你如此努力，然而，做梦都想考第一的你，结果却是一次又一次的失败，对比之下，那轻松学习的同学却出乎你的意料，取得了无比出色的成绩。此时，你不得不怀疑自己的能力。

“难道我真的与第一无缘吗？”你不止一次地问自己。

在今天和明天的学习中，考试的成败决不仅仅取决于勤奋、刻苦和耐力，也不单纯跟花费的时间，精力成正比，更主要的是要有学习的高效率。高效率从何而来？爱因斯坦的公式“ $W(成功) = X(勤奋) + Y(少说空话) + Z(正确方法)$ ”给了我们有益的启示。方法对勤奋和惜时的效果起着增加或抵销的作用，只有正确的学习方法才能保证考试成功。

书中将教给你神奇的高分绝招，就像《一千零一夜》里的神秘咒语，让你的阿拉伯神灯一下子从尘土中苏醒，闪闪发光，无所不能！

神奇的学习方法可以让你在知识的密林中成为手持猎枪的猎人，获得有效的进攻能力和选择猎物的余地。

# 《7S倍速考试法》

## 书籍目录

序言 你能考第一 第1章 S倍速学习法 第1节 做好学习的准备 第2节 让时间为你服务 第3节 有效增强学习速率第2章 S倍速记忆法 第1节 看得见的记忆 第2节 增强记忆魔法 第3节 挖掘记忆的潜能第3章 S倍速阅读法 第1节 爱上你的阅读力 第2节 突破阅读的诀窍 第3节 选择适合的方法第4章 S倍速上课法 第1节 让听课成为一种艺术 第2节 提升课堂学习效率 第3节 神奇的记笔记方法第5章 S倍速复习法 第1节 复习要讲究策略 第2节 拉开复习的帷幕 第3节 高效复习的方法第6章 S倍速写作法 第1节 写作力大飞跃 第2节 开启写作世界之门 第3节 快捷轻松地书写第7章 S倍速考试法 第1节 考前准备的捷径 第2节 把握考试大局 第3节 提高成绩的秘诀

# 《7S倍速考试法》

## 精彩短评

- 1、我只能说：我去了。
- 2、希望对妹妹会有帮助有些方法还可以运用到工作上
- 3、以说教为主的大杂烩拼盘，什么是“s倍速”，作者：“高效能学习研究机构”（应该是化名或艺名——总之不能是真名）没有说，就是个概念炒作，“饵”。强烈劝阻购买。
- 4、相识恨晚
- 5、撻过
- 6、一本详细说明如何高效学习、应对考试方法的书籍。
- 7、txt
- 8、比较传统型的考试学习法，没有太多新意，更多是书名吸引。
- 9、看的是网上下的75页繁体版。只是将高效学习需要了解的记忆、速读、笔记等方面的知识综合介绍了下

## 章节试读

### 1、《7S倍速考试法》的笔记-第13页

- 1.注意力，热情，自信是做好事情的关键.
- 2.阅读掌握方法，泛读精读，养成好习惯.
- 3.预则立，不预则废.预习
- 4.集中精力学，集中精力玩.
- 5.做笔记，精简6r法.
- 6.做完事看完书，脑子过一下什么是重点你得到了什么.
- 7.卡片助学助记.

### 2、《7S倍速考试法》的笔记-全文

习惯是一种伟大的力量！因为习惯成就性格，而性格决定命运！养成读书的好习惯，对的一生至关重要。

“播下一个行动，你将收获一种习惯；播下一种习惯，你将收获一种性格；播下一种性格，你将收获一种命运”

做任何事情都应该拥有热情，兴趣是最好的老师，但它也许只能领你入门，而热情才能带来持久的动力。

时间对于每个人来说，都是公平的，必须记住我们学习的时间是有限的。一天24小时，8小时睡眠，8小时工作，剩下的8小时在做什么，决定了不同的人生。

“最长的莫过于时间，因为它无穷无尽；最短的也莫过于时间，因为他们所有的计划都来不及完成；在等待的人看来，时间是最慢的；在玩乐的人看来，时间是最快的；它可以无穷地扩展，也可以无限地分割；当时谁都不加重视，过后都表示惋惜；没有它，什么事都做不成；不值得后世纪念的，它就令人忘怀；伟大的，它就使他们永垂不朽。”

制定计划表，长远的计划只会使人消沉。“如果想使目标早日实现，除长远计划外，你还必须制定每天计划。使生活组织化、规律化。”将长远的目标分割成一个个短期目标，不断获得完成任务的快感和喜悦，自我激励。

五步阅读技巧：

首先，把整本书粗略地看一遍，再读前言或引言，目录，每章的大标题，小标题。

其次，确认是否有细读的必要时。

再次，做好阅读前的准备后，就可以开始细读了。注意作者的旁注，书中的图表或插图。

然后，读完一篇较长的文章后要停下来，考虑文章的中心思想和主要内容，把文章中最主要的内容记在笔记本上，并用几句话把大致内容做一简短的小结。

最后，当你逐段把文章看完以后，最后再写两个总的的大意，重读一次笔记。

有些书需要我们细细品读，而有些书仅仅只需要我们一扫而过，尤其是在第一遍粗读的时候。那么快速阅读的技巧就很重要：

- 1、无声阅读、默读是快速阅读的基本要求。
- 2、杜绝回视。
- 3、杜绝逐字逐句阅读。

## 《7S倍速考试法》

4、变化阅读速度。该快的时候快，该慢的时候慢。

3、《7S倍速考试法》的笔记-第1页

播下一个行动，你将收获一种习惯；播下一种习惯，你将收获一种性格；播下一种性格，你将收获一种命运。

# 《7S倍速考试法》

## 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](http://www.tushu000.com)