

<<東大生不藏私>>

图书基本信息

书名：<<東大生不藏私>>

13位ISBN编号：9789861362410

10位ISBN编号：986136241X

出版时间：2010-01-25

出版时间：如何出版社

作者：東大家庭教師友の会

译者：劉滌昭

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：<http://www.tushu007.com>

<<東大生不藏私>>

内容概要

完全公開！

日本最頂尖大學、最優秀學生的讀書法 從8000名東大資優生中，嚴選出的70招必勝K書術！

絕對成功的讀書指南！

參加各項考試皆適用！

記憶法 + 筆記法 + 讀書法 + 時間使用法 + 讀書欲望持續法 > 東大生的成功訣竅，不藏私大揭露

！

保證找到！

最適合你的考試必上讀書法擔心沒時間念書、考試科目一堆要從何看起、不知怎麼抓重點、如何把長篇大論牢牢記住.....這裡集結全日本最優秀學生的K書法，70招考試致勝秘訣。

不管是要準備升學考、檢定考，或是各式各樣求職考；不論是要記憶大量知識或是做筆記、閱讀困難的書、有效使用時間、持續讀書欲望等等.....用對方法就能讓你事半功倍！

一本書從頭讀到尾來記憶：不畫線、不書寫、不作任何記號 自創一問一答式的筆記：製作和記憶都很容易 將筆記頁面分成左右兩半來使用：東大生常用的有效方法 以一小時為單位來製作每天的計畫：確實學習的最強手法 猶豫不知該不該畫上紅線時，最好不要畫：重要部分只占三分之一 讀書興致高時將吃飯時間延後：勿錯過願專心念書的好機會 中午以前專心念書，下午可以感覺輕鬆：上午七點至中午是勝負關鍵！

丟棄已記得的書：若自認已經「記得」，立即將書丟棄 加深印象幫助記憶：難記的內容都畫成圖畫

<<東大生不藏私>>

作者簡介

東大家庭教師之友會

1992年由具有共同理念的東大學生成立，目前共有8000名東大在學學生登錄，從事家庭教師的派遣事業。

另外還為補習班或學校介紹教師、製作各種學習教材等，進行各方面的活動。

以東大家庭教師之友會的名義出版的書籍有《東大學生的智囊》、《東大家庭教師指導 簡單！數學檢定三級講座》。

<<東大生不藏私>>

書籍目錄

前言 絕對成功的K書指南

第1章 東大學生的記憶法

丟棄已記得的書：若自認已經「記得」，立即將書丟棄
在屋子裡邊走邊大聲朗讀來幫助記憶：活用身體的五種感覺
一本書從頭讀到尾來記憶：不畫線、不書寫、不作任何記號
邊看電視邊記憶：活用廣告時間！

記憶整篇長的文章：閱讀三次勝過手寫一次！

使用紅色透明塑膠板以遊戲的心情來記憶：便於製作，也容易記憶
塗上三種不同的顏色來記憶：標示已經記住的部分而非應該記住的地方
選擇沒有不必要之內容的教材：以單字集中收錄的內容來一決勝負
睡眠記憶法：單是睡前用聽的就能記住
在筆記本封面書寫重點提示：活用顯眼的地方使效果倍增
利用圖像效果來記憶：以遊戲心態製作的圖像在考試時能清晰浮現
閱讀一百次的記憶效果不如書寫一次：書寫記憶有助於考試作答
將每一頁的內容都記在腦中：將書當成圖像記在腦中
讀出聲音來記憶：依科目改變作法
加深印象幫助記憶：難記的內容都畫成圖畫
這種「K書法」也有效果！

【記憶法篇】

一天死背十個單字，不如一天粗略暗記三百個單字
先接受模擬考試，逼自己念書
有錯誤的地方，隔天和一周後再複習

第2章 東大學生的筆記法

自創一問一答式的筆記：製作和記憶都很容易
使用略語和記號：應付說話快速的老師
記載弱點的筆記能發揮大效果：將自己較弱的部分整理成一冊
善於利用白紙的空間：不需要市售的筆記本
這種K書法也有效果！

【筆記篇之1】

用粉紅、藍色、綠色的螢光色來顯示重要性
筆記中除了上課內容外，也記入自己的感想！

完全以自己的方式樂在其中的整理筆記：任何內容都能輕鬆記住
使用題庫不如自己製作問題與解答：確認自己是否已記住
將筆記頁面分成左右兩半來使用：東大學生常用的有效方法
整齊書寫VS.隨意書寫
獨特的故事性筆記法：將上課內容完全記錄下來
多應用「對話框」筆記法：專門應付教課快速的老師
完美的筆記有意想不到的效果：還可活用作為模擬試題
使用多種顏色的筆VS.僅使用單一顏色的筆
箭頭、記號、框框的使用方法：複雜的結構也不難理解
無須太過工整的弱點筆記：隨時隨地都能複習、默記
這種「K書法」也有效果！

<<東大生不藏私>>

【筆記篇之2】

筆記中加入塗鴉，加深印象

左右兩側留下較多餘白，視線的移動可減至最低且易閱讀

只製作一本完整的筆記

筆記中除了主幹部分外，還加入一些枝葉

第3章 東大學生的讀書法

徹底讀透一本參考書：比讀十本參考書還有效果

與其自己製作筆記，不如使用專家出的參考書：感覺不合立即丟進垃圾桶

艱深的書即使無法理解，仍應繼續讀下去：不懂的地方一併處理

熟讀容易忽略的「本書使用方法」：理解參考書的編排方式

猶豫不知該不該畫上紅線時，最好不要畫：重要部分只占三分之一

使用漫畫的輕鬆K書法：反覆閱讀也不覺枯燥

小範圍重點性的反覆閱讀：順利理解參考書內容的秘訣

徹底讀透一本參考書VS.配合用途使用多本參考書

閱讀艱深的書之前，先找尋相關雜誌：挑戰高難度書籍的好方法

若不適合就大膽的更換參考書：依不同用途多準備幾本

單純的閱讀採取臥姿而非坐在書桌前：單純的閱讀推薦這種方法

這種「K書法」也有效果！

【讀書篇】

比較數十本參考書，選擇較自己程度高一級者

長時間一點一點閱讀，不如短時間一口氣念完

先熟讀目錄與前言

參考書的封面也善加利用

第4章 東大學生的時間使用法

一秒鐘的短暫時間也能記住一個單字：短時間注意力容易集中

以一小時為單位來製作每天的計畫：確實學習的最強手法

想休息時就休息：長時間念書未必有效

邊看電視邊解數學難題：順利解開數學難題的好方法

中午以前專心念書，下午可以感覺輕鬆：上午七點至中午是勝負關鍵！

一定要坐在書桌前念書VS.隨時隨地都可念書

想睡覺時用來默記：獨樹一格的時間利用術！

精細計算一整年的日數來分配讀書內容：確實達成讀書目標！

每念書兩小時要設定一小時預備時間：獲得高於目標的成果

集中注意力，在上課時當場理解新知識：上課時是勝負關鍵

以緊張感克服賴床：白天小睡三十分鐘輕鬆念書

由於時間不足，只記住結論部分：沒有必要記住教材的所有內容

配合目的來設定念書時間：不要被每一堂九十分鐘的上課時間所拘束

這種「K書法」也有效果！

【時間的使用篇】

不論假日或平日都以相同的生活節奏來念書

每天早上多念書十分鐘可產生很大的信心

以十分鐘為單位設定讀書計畫，自然不敢偷懶

每念一小時獎勵自己十五分鐘，以維持K書欲望

第5章 東大學生讀書欲望持續法

<<東大生不藏私>>

利用口香糖隨心所欲的控制注意力：配合疲勞程度調整休息方式
想像理想的自己：擺脫低潮的方法
利用「不純」的動機：懷抱強力動機者才能夠獲勝！

將讀書轉變為「快樂的事」：每天長時間埋首K書也不覺辛苦！

各科目分別使用不同的筆記本：新鮮感油然而生
有睡意時就暫時擱下書本去休息：激發面對危機時的潛在力量
利用時間固定的電影DVD來調劑心情：能立即轉換心情
改念較輕鬆的內容以找回讀書欲望：即使已經厭煩仍不離開書桌
想像成功的樣子VS.想像失敗的樣子，促使自己努力
將筆記製作成藝術作品可提高讀書興趣：大幅提升讀書欲望
彈奏鋼琴，恢復精神：轉換心情的絕對條件
戀愛的心情引導出讀書欲望：僅適合女性的K書法
向周遭宣告後就無法退縮：如果想非達成目標不可的話
K書要在適當的環境下進行：運用環境影響力
活動身體比小睡更有效果：慢跑十五分鐘可趕走睡意
使用有格子的筆記本練習整齊書寫：提高K書欲望的方法
盡情玩樂十五分鐘可提高讀書動力：不可虛度休息時間
利用阪神球迷的心理，讓自己走向書桌：一面聽收音機一面念書具有效果
重視一起念書的友人：維持讀書欲望的關鍵人物
在快樂的心情與義務感之間取得平衡：維持讀書動力的方法
在書桌前讀膩了，轉移至秘密地點：意外的讀書場所
讀書興致高時將吃飯時間延後：勿錯過願專心念書的好機會
若覺得讀得辛苦，就應檢討當初的目標：過於勉強只會造成反效果
這種「K書法」也有效果！

【持續篇】

每周設定一天絕對不念書的日子
每一科只念一小時，每天接觸不同的科目
散步和肉包的樂趣成為持續念書的關鍵
口中實際喊出：「繼續加油！」
用數字來顯示應達成的目標

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:<http://www.tushu007.com>