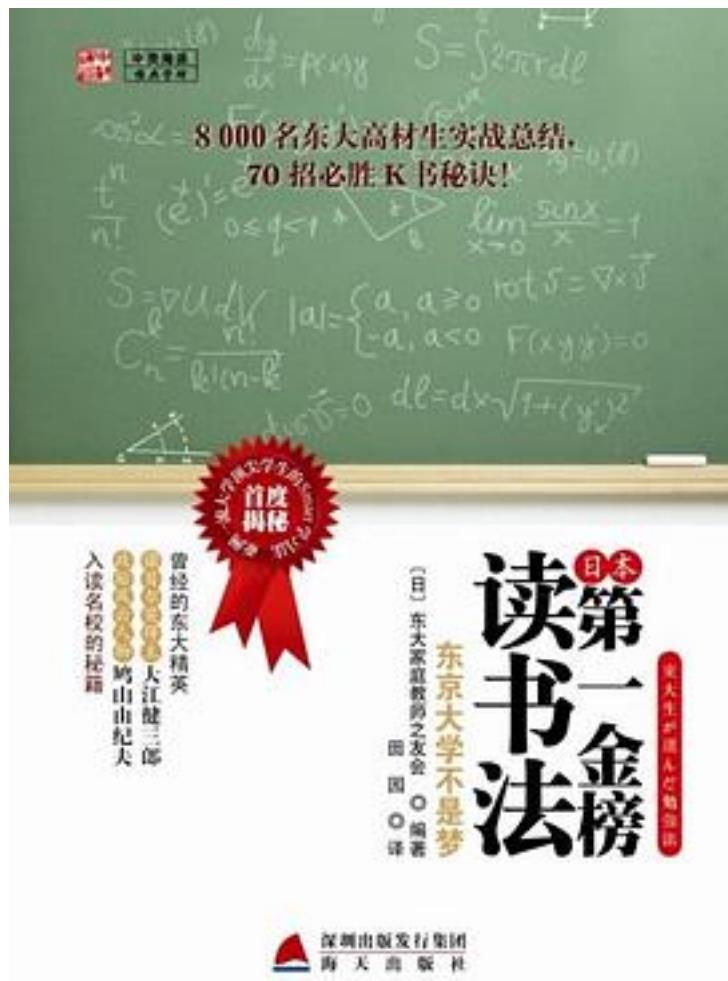


日本第一金榜读书法



[日本第一金榜读书法 下载链接1](#)

著者:东大家庭教师之友会

出版者:海天出版社

出版时间:2011-8-1

装帧:平装

isbn:9787550701717

亚洲顶尖大学高材生的Smart学习法

强效记忆法+完整笔记法+快速阅读法+提高效率法+摆脱低潮法=进入顶尖名校

利用广告时间记忆单词

利用线条、对话框、箭头等符号简化笔记

运用轻松的活动把自己“哄”向书桌

采用不同手段转换心情、走出学习低潮

为中高考备战的你，雄心勃勃制定计划却虎头蛇尾，只因你不知“设定缓冲时间”

你可能尝试过多种记忆法，但一定没用过“红色塑料板游戏记忆法”

你可能习惯于从A到Z记忆单词，但一定没想到“用自制单词集为记忆蓝本”

你可能一直在印有横线的本子上记笔记，却一定想不到用白纸记笔记更灵活

你可能经常从左到右抄录笔记，但一定没试过将笔记页面对折后再使用

现在，打开这本《日本第一金榜读书法》，你将成为与众不同的K书达人。

当然，如果你已使用了本书的K书秘诀，同时也足够勤奋与坚持，却依然效果不佳，那么请试试本书的最后绝招——K书秘诀71：不妨改变原来的志向。因为这已不再是方法的问题，而已变成人生方向的选择了。

作者介绍：

东大家庭教师之友会

1992年由具有共同理念的东大学生成立，目前共有8

000名东大在校学生登录。该组织主要为东大学生介绍家庭教师等工作，另外还为补习班或学校介绍教师、制作各种学习教材等。以东大家庭教师之友会的名义出版的畅销书有《东大学生的智囊》、《东大家庭教师指导》。

目录: 前言 世界顶尖学府高材生的K书指南

强效记忆法

K书秘诀1 丢弃已熟记的书本

K书秘诀2 大声朗读助记忆

K书秘诀3 一气呵成通读记忆法

K书秘诀4 利用广告时间来记忆

K书秘诀5 记住整篇文章

K书秘诀6 红色塑料板游戏记忆法

K书秘诀7 涂上不同颜色标志记忆点

K书秘诀8 以自制单词集为记忆蓝本

K书秘诀大比拼 阅读记忆法 VS 手写记忆法

K书秘诀9 睡眠记忆法

K书秘诀10 利用笔记本封面提示记忆

K书秘诀11 图像记忆好处多

K书秘诀12 一边书写一边记

K书秘诀13 将整页内容记入脑中

K书秘诀14 借助声音更易于记忆

K书秘诀15 将难记的内容做成图表
这样K书也有效 (记忆篇)
完整笔记法
K书秘诀16 自创一问一答式笔记法
K书秘诀17 使用简称和记号作笔记
K书秘诀18 小小“错题集”发挥大效果
K书秘诀19 善于利用白纸的空间
K书秘诀20 用自己的话整理笔记
K书秘诀21 在笔记本上设计问题与答案
K书秘诀22 将笔记本页面对分后再使用
K书秘诀大比拼 整齐书写VS随意书写
K书秘诀23 用故事记笔记
K书秘诀24 “对话框”笔记法
K书秘诀25 笔记做完后要作整理
K书秘诀大比拼 使用多色笔 VS 使用单色笔
K书秘诀26 箭头、记号、框框的使用方法
K书秘诀27 制作“错题集”无需太工整
这样K书也有效 (笔记篇)

快读阅读法
K书秘诀28 彻底读透一本参考书
K书秘诀29 使用专家编写的参考书
K书秘诀30 跳过不懂的地方大胆读下去
K书秘诀31 容易忽略的“参考书使用法”
K书秘诀32 确定重点后再作记号
K书秘诀33 选择用心编写的漫画教材
K书秘诀34 背诵记忆的时候不要贪心
K书秘诀大比拼 读透一本VS 泛读多本
K书秘诀35 先从较简单的资料读起
K书秘诀36 果断丢掉不合适的参考书
K书秘诀37 坐着读不如躺着读
这样K书也有效 (阅读篇)

提高效率法
K书秘诀38 一秒钟也能记住一个单词
K书秘诀39 以小时为单位制定每日计划
K书秘诀40 不要长时间念书
K书秘诀41 边看电视边解数学难题
K书秘诀42 在最有效率的时间段念书
K书秘诀大比拼 坐在书桌前念书VS 随时随地念书
K书秘诀43 出现睡意时最适合用来默记
K书秘诀44 根据目标安排学习计划
K书秘诀45 念书时要设定缓冲时间
K书秘诀46 当场理解课堂知识
K书秘诀47 用危机感克服赖床习惯
K书秘诀48 时间不够时只记结论
K书秘诀49 根据需要设定念书时间
这样K书也有效 (时间管理篇)

摆脱低潮法
K书秘诀50 利用口香糖控制注意力
K书秘诀51 憧憬理想的自己
K书秘诀52 利用“不纯”的动机
K书秘诀53 将读书转变为最快乐的事
K书秘诀54 不同科目使用不同的笔记本
K书秘诀55 不与睡魔对抗
K书秘诀56 利用DVD来调剂

K书秘诀57 适当放松以找回读书欲望
K书秘诀大比拼 想象成功的样子 VS 想象失败的样子
K书秘诀58 将笔记艺术化可提高读书兴趣
K书秘诀59 弹奏钢琴，恢复精神
K书秘诀60 用恋爱心情引导读书欲望
K书秘诀61 将梦想公开后就无法退缩
K书秘诀62 K书要在适当的环境下进行
K书秘诀63 活动身体比小睡更有效果
K书秘诀64 整齐书写笔记可赏心悦目
K书秘诀65 尽情玩乐十五分钟可提高读书动力
K书秘诀66 把自己“哄”向书桌
K书秘诀67 重视一起念书的友人
K书秘诀68 在“快乐”与“读书”之间寻求平衡
K书秘诀69 在书桌前读腻了不如换个地方
K书秘诀70 读到兴起的时不妨废寝忘食
K书秘诀71 不妨改变原来的志向
这样K书也有效（动力持续篇）
附录
心理测验：你的学习习惯好吗？
心理测验：你适合哪一种职业？
· · · · · (收起)

[日本第一金榜读书法 下载链接1](#)

标签

学习方法

学习

日本

读书

个人管理

个人成长

Methodology

0

评论

: G792/6462

合适的学习方法是王道

只是个人经验的收集，缺乏科学性

在图书馆翻阅过了 看目录就能明白内容

很多学习的方法与小技巧，总有几条适合你。分成了五个部分：强效记忆法+完整笔记法+快速阅读法+提高效率法+摆脱低潮法

有的还蛮有趣的，小小一册子。很多短小的访谈，可以借鉴……对我来说，倒是印证了很多我古怪的读书方法，原来也有人这样的啊~ 哈哈。

凑邮费ˊ>ˋ其实没什么印象……

note:每周给自己放假一天绝对不学习/同一科目短休息不同科目长休息/不与睡魔对抗/憧憬理想型/恋爱大法好/1h 15min/10min-plan/危机感vs赖床/课堂必预勿拖/2h 1h(缓冲时间)大法好/明确everyday分量/7: 00-12: 00/hour-day/理科类书籍长痛不如短痛/初次见面故事书法则/先接受模拟考试然后逼自己学习(N3大法好)/浅多>深一

汇总了东大的读书法，各有千秋，适合自己才是最好的。

对于需要考试的人会有所帮助，类似高考状元学习方法集合的一本书，看目录基本就够了

我始终相信捷径的存在。方法正确是关键。合适的才是最好的。

还蛮好的

看完送人～

一些小方法都挺实用的吧。但是没有多少个特别出色的建议的感觉。

这本书都是采访考取东京大学的大学生们的真实学习方法，就是多少有些牵强，毕竟想读书的人在哪都会想读书，只是方法不同，各有不同，不过部份学习方法还是不错的，比如记笔记时采用对半划线记笔记，每页留一部份页面写总结或补充，其他比如利用广告时间记单词这些方法看看参考一下就好。

只是相对零散的方法，缺乏系统和图表

当年就是用这本书的原版来练习日语阅读啦～里面的一些小方法很接地气很实用。

[日本第一金榜读书法 下载链接1](#)

书评

从高中毕业17年了。上学时就一直对“第一名”很是向往，其实我自己除了小学拿过几次双百，之后读到高中都木进过年级前200名（上大学一个年级就一个班，一个班全体

14人，哈！）。当然了，现在回想起还俺还是比较努力的，成绩不好不是因为同学多，完全是因为自己学习没有掌握方法...

虽然我把此书归类到个人修炼类，其实更像是一本厕所读物。
这本书分五章，分别是记忆法，...，时间使用法和读书欲望持续法。每一章由一个东大学子的现身说法组成。所谓前言不搭后语，前文和后文矛盾。
见识了各种奇葩的K书（嗯，台版书）方法后觉得自己好单调啊，意志力好差：...

[日本第一金榜读书法](#) [下载链接1](#)