

GAOKAO YOUXIU XUESHENG QISHILU

Touxiang Chenggong

走向成功

主编 王友源

—— 高考优秀学生启示录 II



中国矿业大学出版社

China University of Mining and Technology Press

走向成功

——高考优秀学生启示录Ⅱ

主编 王友源

中国矿业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

走向成功:高考优秀学生启示录.2 / 王友源主编.
徐州:中国矿业大学出版社, 2008.1
ISBN 978 - 7 - 81107 - 834 - 3
I. 走… II. 王… III. ① 中学生—学习方法—高中
② 高等学校—入学考试—经验 IV. G632.46
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 206645 号

书 名 走向成功——高考优秀学生启示录 II
主 编 王友源
责任编辑 李士峰 姜 华 周 丽 王江涛
出版发行 中国矿业大学出版社
(江苏省徐州市中国矿业大学内 邮编 221008)
网 址 <http://www.cumtp.com> E-mail: cumtpvip@cumtp.com
排 版 中国矿业大学出版社排版中心
印 刷 江苏淮阴新华印刷厂
经 销 新华书店
开 本 850×1168 1/32 印张 10.25 字数 264 千字
版次印次 2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷
定 价 14.80 元

(图书出现印装质量问题,本社负责调换)

《走向成功——高考优秀学生启示录Ⅱ》

编委会

主 编 王友源

副主编 李建强

编 委 (按姓氏笔画为序)

王圣民 王孝德 刘德素

李忠业 吴 军 吴丕敏

冷祥卫 冷爱霞 姜 萍

郭有田 梁成山 潘立学

序

(代前言)

国无教不强,民无教不富。教育是民族振兴的基石,对于一个人、一个家庭、一个国家,教育发挥着非同寻常的作用。用知识改变命运,通过升入高等学府实现人生理想,成为许多学生、家长的共识。因此,作为选拔人才形式之一的高考,一向受到社会、家长的关注。

近几年,胶州市大力实施素质教育,不仅重视学生的智力教育,更重视对学生进行能力培养、个性发展、身心健康教育,促进学生德、智、体、美和谐发展,全面提升学生的综合素质,使每一位受教育者的潜能都能得到充分开发和发展。因此,胶州市的教育教学水平不断提高,涌现出许多优秀学子。

胶州市教体局为了真正做到服务于社会、服务于学校、服务于学生,让家长和学生真切地了解优秀学生是如何成功的,由教科所牵头组织人员对这些学生、学生的老师、学生的家长进行了走访,掌握了大量的一手资料,并进行整理,编撰成本书,希望这些学生的成功经验能对我们的学生、家长有所帮助,更希望家长、学生从中获得感悟,使自己的梦想得以实现。

编撰本书我们是基于以下原因:

为了学生的需要。金榜题名是每个学生的期盼,学生们经过十年寒窗都渴望进入高等学府,接受更高的教育,以期将来为社会做出更大的贡献。为了梦想成真,学生们尤其是高三的学生全力

以赴备战高考。但成绩的取得不光靠苦干,更要靠巧干。巧干就是科学的学习方法。一个真正有知识的人,不但要有丰厚的文化底蕴,更具有探究和创新的能力。我们力图从同学们身边的成功学生身上寻找科学方法,寻找规律,让其他学生从中有所感悟,有所借鉴,有所启发,在茫茫的学海中找到一盏到达彼岸的航灯,在高高的书山上寻到一条到达顶峰的捷径,从而提高学习效率和学习成绩。

——为了家长的需要。望子成龙是每个家长的心愿,如何把孩子培养成出色的人才,培养孩子成功的秘诀是什么。这些问题可以说整天萦绕在每位家长的心头。中国的大部分家长把孩子看做是自己的希望,自己理想实现的承担者,自己的精神寄托,所以在经济、精力上对孩子投入很大,对教育的要求也很高,总希望自己的孩子能出人头地。但是,有些家长单调、乏味、重复的说教语言使学生不厌其烦,有些家长粗鲁强制的教育手段使学生难以接受,有些家长娇惯溺爱的关心方式让学生惰性滋生,有些家长虚荣攀比让学生信心挫伤,有些家长观念陈旧让学生无所适从,有些家长好高骛远让学生心生畏惧。为了克服家庭教育中的误区,我们让生活在我们周围的、我们身边的、甚至是我们邻居中的那些成功学生的家长现身说法,把他们的家教观念、家教思想、家教方法、家教故事说出来,让身边的榜样真实再现,让其他家长近距离、真切地感受成功的家庭教育。引导家长在家庭教育中走出迷茫、走出困惑、走出单一,从而走向科学、走向理智、走向丰富。

——为了社会的需要。德才兼备是社会对公民的需求。党的教育方针是培养德智体美全面发展的建设者和接班人。跨入新世纪以来,胶州市的经济不断发展,已跃居全国百强县第26位。当今,胶州市的城镇人口不断增加,工业快速发展,现代化程度越来越高,经济发展对教育提出了更高的要求,因为教育越发达,市场经济也就越趋向文明和成熟。胶州社会经济新形势下的再发展,

对人文指数、科技指数、人才指数提出了更高的要求,呼唤胶州区域教育的超前发展和人才支撑。培养出大批适应社会发展需要的高素质人才,办好让人民满意的教育是我们的职责。

培养孩子是一项浩大的工程,需要合力,需要爱心、耐心、细心、责任心,更需智慧,需要科学的教育方法。本书选取了40名近几年高考中的优秀学生,还考虑到初中、高中的衔接,又选取了9名初中优秀学生,从学生自叙、教师点评、家庭教育三方面对一个学生的成长进行了多角度的解析,具有真实性、启发性、可读性。同时,力争从这些成功学生身上,提炼出实用高效的学习方法,探寻出科学的学习规律,归结出正确有效的、操作性强的家庭教育方法,帮助那些在高考征程中苦苦跋涉的同学们,提高学习效率,提升学习成绩,充分享受学习带来的乐趣;帮助那些拳拳爱心的家长们调整思路,密切配合,和谐相处,分享孩子进步的喜悦。

做事有两种境界,一种是做正确的事情,另一种是把事情做正确。我们编撰本书是想帮助广大同学和家长做一件正确的事情,并朝着这一目标进一步把事情做正确!愿我们的付出能激发学生进步的激情,愿我们的努力能为家长提供一点帮助。我们也清醒地明白,我们编撰的这本书不可能点石成金,但愿它可以成为一盏灯,为你的思想再增添一丝光亮。我们认为,只要有一位家长从中获得益处,使孩子成功实现理想,我们就觉得在做一件正确的事;只要能有一篇文章对学生的学习、家庭的教育产生影响,使学生了却梦寐以求的心愿,我们就觉得一定要尽力把此事做得更正确。

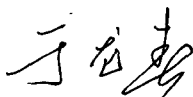
成功也是一种境界,清末学者王国维在《人间词话》中关于事业大成者的三种境界的说法,或许会让今人有所领悟:“昨夜西风凋碧树。独上高楼,望尽天涯路。”此第一境也。“衣带渐宽终不悔,为伊消得人憔悴。”此第二境也。“众里寻他千百度,蓦然回首,那人却在灯火阑珊处。”此第三境也。人生的道路虽然漫长,但紧要处常常只有几步,高考是人生道路上一个很重要的关口,为了未

来就要努力把握。

向成功者学习，可以离成功更近。借鉴可以成功，创新更可以成功。每位同学身上都蕴藏着成功的潜质，“有志者，事竟成；破釜沉舟，百二秦关终归楚；苦心人，天不负；卧薪尝胆，三千越甲可吞吴”。只要志在成功，并努力遵循科学的方法，探求成功的道路，创新思维，成功还会远吗？

最后，祝所有的考生学有所成，笑容绽放在六月；祝所有的家长事遂人愿，幸福洋溢于脸庞；祝我市的教育事业蒸蒸日上，再创辉煌。

胶州市教育体育局党委书记、局长



2007年12月

目 录

序(代前言)	于龙春 (1)
--------------	---------

第一章 少成若天性,习惯如自然

——成功始于习惯	(1)
○ 相信自己,快乐学习	张天怡 (3)
○ 理性地学习	杨 洋 (13)
○ 掌握有效方法 培养良好习惯	孙文韬 (20)
○ 聆听·感言	姜 彤 (27)
○ 端正态度 提高效率 相信自己	宁瑞蛟 (32)
○ 让孩子在朴素的氛围中成长	张廉德 (36)

第二章 工欲善其事,必先利其器

——正确的学习方法是学习成功的保证	(40)
○ 累并快乐着	高 洋 (42)
○ 成功的必备“武器”	王 岩 (50)
○ 谈谈我的成功经	宋 佳 (56)
○ 理科学习之我见	林 霖 (63)
○ 付出总有收获	张 波 (65)
○ 自然的才是最美的	侯鉴璇 (72)
○ 高考,走过,付出过	高 璐 (78)

- 坚定信念 优化方法 骆鸿儒(83)

第三章 千江有水千江月,万里无云万里天

——心态决定状态 (91)

- 奇山远处有风景 刘 钊(94)
○ 成长的幸福,幸福地成长 周 琦(99)
○ 时间不会使记忆风化 周逸群(105)
○ 心态决定命运 安冬梅(111)
○ 左手倒影 右手年华 鲍 捷(117)
○ 拥有健康的心态,走向美丽的明天 孙晓帆(123)
○ 成功的关键在于心态 宋晓龙(128)

第四章 自信人生二百年,会当水击三千里

——自信是成功的第一秘诀 (133)

- 小小鸟的飞翔 李 甜(135)
○ 有无相生,难易相成 相 枫(140)
○ 潮落自有潮涨时 樊 超(146)
○ 自信才会成功 张 妍(152)
○ 自信人生二百年 赵培庆(157)
○ 我心飞翔 吕吉昌(163)
○ 相信自己 敢于拼搏 詹 鹏(170)
○ 我就是那条龙 孟 佳(175)
○ 向东走,一直走到天亮 刘天航(181)

第五章 天行健,君子以自强不息

——勤奋是步入成功之门的通行证 (189)

- 一切皆有可能 周广峰(191)
○ 听老师的话 干该干的事 孙 红(197)

目 录

- 我的复读生活 贺 乾(203)
- 努力的力量 栾晓彤(209)
- 尊重规律,成就梦想 韩沛赤(214)
- 天道酬勤 王雪峰(218)
- 走过荆棘 走向希望 王仕林(224)

第六章 求木之长者,必固其根本

- 打好基础是成功的关键..... (229)
- 书山有路 张逸群(232)
- 做最好的自己 侯杰耀(244)
- 一路走来,进步的我 韩屹青(255)
- 成长在六中 精彩伴一生 郭东方(263)
- 我的快乐的学习生活 杨如达(268)
- 良好的心态,科学的方法是
走向成功的法宝 郑 璇(275)
- 快乐学习 有效学习 杨 俊(283)
- 反思自励 明志奋进 殷天野(295)
- 勤奋是通向成功的唯一路径 高 鑫(306)

第一章

少成若天性，习惯如自然

——成功始于习惯

“优秀是一种习惯！”这是古希腊哲学家亚里士多德说的。

每个学生都希望自己学有所长，学有所成，升入自己理想中的大学，将来成长为一名优秀的人才，成为一位成功的人士，在社会竞争中立于不败之地。成功始于习惯，习惯伴随人的一生，良好的习惯是走向成功的基石。英国哲学家培根说过这么一句话：“习惯真是一种顽强而巨大的力量，它可以主宰人的一生。”

下面一则故事可以说明习惯的作用：

40多年前，苏联宇航员加加林乘坐“东方”号宇宙飞船进入太空遨游了108分钟，成为世界上第一个进入太空的宇航员。他之所以在20多名宇航员中能脱颖而出，起决定作用的是一小事件。原来，在确定人选前一个星期，主设计师罗廖夫发现，在进入飞船前，只有加加林一人脱下鞋子，只穿袜子进入座舱。就是这个细节使加加林一下子赢得了罗廖夫的好感，他感到这个27岁的青年如此懂规矩，又如此珍爱他为之倾注心血的飞船，于是主设计师决定让加加林执行这次飞行。于是加加林就被选

中执行人类具有历史意义的宇宙飞行。

一个不起眼儿的细节,使加加林获得了千载难逢的大好机遇,成为永载史册的世界第一太空人。细节源于习惯,养成了良好的习惯,良好的行为也就形成了,优秀也就具备了,成功也就自然而然了。所以,想要成功,应先从培养好习惯开始。

学习是个系统工程,涉及学生的心理状态、意志、品质、专注程度、执著程度等。学生需要养成多个好习惯,最后才能形成综合优势。21世纪是知识经济的时代,社会的竞争日益激烈,培养学生良好的学习习惯已越来越成为学校、家长和社会关注的一个重要问题。事实证明,学生学习成绩的优劣已不仅仅取决于智力因素,而更多地取决于学习动机、意志、习惯等非智力因素,其中习惯的作用较为突出。习出于常,历练成优。机遇垂青那些有准备的人,成功青睐那些出类拔萃的人,优秀不是与生俱来的,不是一天形成的,而是靠生活中的每一个细节,经过滴水石穿的努力和坚持汇成的,这就是习惯的力量。让优秀成为一种习惯,让生命之花在优秀中绽放,那么,总有一天我们会品尝到成功的果实。

播下思想的种子,便收获文字;播下文字的种子,便收获行为;播下行为的种子,便收获习惯;播下习惯的种子,便收获命运。

相信自己，快乐学习

张天怡，女，2006年毕业于胶州市第一中学，获得山东省三好学生、山东省优秀学生干部、山东省优秀学生等多项荣誉称号，并光荣地加入中国共产党。2006年高考胶州市文科状元，现就读于北京大学英语系。

回首高中三年，心中真的是有很多感慨。在此，仅将我的一些学习感受写出来，希望能对正在为圆大学梦而奋斗的学弟学妹们有所帮助。

一、学习进步的三把钥匙

1. 明确的目标

目标即是动力。它让我知道我现在努力学习为的是什么。而一旦明确了这一点，想到目标实现之后的快乐和满足，我就会有十足的干劲去拼搏，就会想尽一切办法、尽最大努力去实现这一目标。这些目标必须是具体的，要从最小的目标开始，实现小目标就为实现它的上一级目标打好了基础，层层递进。这样，等到高中三年结束再回首，我就能发现，与刚入校时相比，与一年前相比，甚至与一个月以前相比，我已经站在了一个全新的高度上。记的初中毕业时，我和爸爸去了北京，参观完北大、清华两所高校之后，我深深为北大优美的环境和浓厚的人文气息所吸引，心里也就萌生了去北京大学上学的梦想。进入高中，我便把“去北大上学”作为自己的大目标，由此树立了努力做班级第一、级部第一、全市第一的阶段目标，进而反省自己在学习过程中有哪些不足，然后给自己一段时间尽快克服。我从最小的目标做起，稳扎稳打，最终实现了自己的目标。

2. 坚强的毅力

毅力是和目标联系在一起的。可以说,目标就像是一个灯塔,起着引导的作用,指引着前进的方向,而毅力则是一种支撑,在困难、挫折出现的时候帮助我们坚强走过。

高中学习很紧张,我们每天高负荷地学习,睡觉休息就不是特别的充分。尽管这样,我每天早晨坚持定闹钟自己起床,并且天天早起,不睡懒觉。有一天早晨醒来,我实在是太累了,靠在被子上感觉眼睛都睁不开。妈妈心疼了,让我再睡会儿,我却坚持起床。因为我知道,学习重在坚持。“三分钟热度”无法使我们取得高考的成功。学习过程中遇到困难在所难免,学累了产生懈怠心理也是正常的,而且大家都在努力,我偷一会儿懒,就会有差距产生。我要做好吃苦的准备,坚持到底,相信我就是胜利者!这就是毅力的作用,是毅力让我在挫折和劳累面前懂得了坚持。

3. 乐观的心态

高中的学习压力肯定是有的,这些压力很大一部分来源于考试。高中的考试很频繁,尤其是高三后半段,更是“三天一小考,一周一大考”,我总以一个乐观的心态正确看待考试,把它当做是一种学习水平的检验和寻找学习漏洞的机会,不必在成绩上大喜大悲。考得好值得庆祝,但重要的是从中找到做得好的地方继续坚持,并思考自己仍然存在的不足之处加以改正。面对挫折,既不能太重视,也不能不重视,原因很简单:不要因放大痛苦而浪费了宝贵的时间。泰戈尔有句话说:“如果你因为错过太阳而哭泣,那你也要错过星星了。”成绩不好关键是找出问题,通过平时考试查找学习不足,逐一改正,到高考的时候这些问题就不会再出现,自然就会有较好的发挥。

高三最后几个月中,一次考试我考得很差,甚至连级部前十名都没有进入。这对以前基本是第一名的我来说无疑是个沉重的打击,再加上当时我正处于白热化的复习阶段,这次考试给我带来的

心理压力可想而知。但是面对这样一个结果,我一滴眼泪都没有流,因为时间不允许我哭。我所能做的只能是赶紧忘掉成绩带来的不快,把自己全部精力投入到反省自己、总结教训和改正不足当中去。我必须搞清楚究竟是什么原因导致了我这次考试的失败。通过查找不足,我不断完善自己,并且一如既往地努力,最终实现了我的北大梦。

二、讲策略、重方法

1. 稳扎稳打,抓住基础知识

基础知识很重要。考试主要考的就是基础知识,将基础打牢,考试就可以有一个不错的发挥。尤其是文科同学,需要记忆的知识很多,这就要求我们要抓紧时间多背书,尤其抓住高中前两年把基础知识背扎实,因为到了高三各科都是一年复习三年的课程,如果前两年没有背牢,到了高三,三年的书压过来,就会感到很累。我认为书背得越多越好,能多背几遍就背几遍。这一点我自己是深有体会的。我自己就是在高中前两年花了很多时间、利用各种机会拼命地背书,看书看了好多遍,记得也就比较牢靠。到了高三,老师上课时提到的知识点我基本上都可以记起,不会像一些同学那样有陌生感,好像新课一样。并且我已经基本将各科各册的内容按照目录记了下来,形成了体系,考试时候自然运用自如,最终达到“书不在手中,而在心中”的境界。

2. 利用时间:尽量划整,抓住琐碎,合理安排

时间的合理利用无疑对高中学习至关重要。首先,建议同学们将时间尽量划整。因为我们会因学习环境的变化或者学习时间的断续而有一个进入学习状态的过程,尽量将时间划整,可减少调整状态的时间,把更多的时间投入学习。

就我而言,一天当中我有三块时间比较完整:早晨起床吃饭后继续看书,直到离早自习还有 10 分钟的时候出发去学校,正好赶到上自习;中午吃完饭后大约 12 点半左右,我会留最后三四十分

钟休息，中间时间用来看书或者做题；晚上回家十点钟左右，我用一个小时的时间用来学习。这三块时间比较长，静心学习可以收获很多东西。

第二，抓住零碎时间。要善于捕捉那些容易被忽略的零碎时间，做到分秒必争。比如说，在课间，如果我不感到疲倦，我会用这十分钟的时间去整理一下课堂上没有整理完的笔记，问老师问题，做点短时间就可以完成的作业（如英语的一篇阅读理解），或者是去想想当天的打算。中午坐班车的时候我一般会带一本政治书上车，在路上回忆课本知识，如果记不起来就翻书查看。甚至在下车回家的路上，我也一样复习课本。爷爷经常在窗口看我回家，每次发现我路上翻书，他就会制止说路上有车，要小心看路等，但我还是继续背书。下午我总是在教室吃自带饭，因为我觉得去食堂排队吃饭很费时间。我要么边吃边看书，要么快点吃完留出一些时间来学习。总之一句话，我把所有的可以用来玩、闲聊、发呆的时间都用来看书了。这都是一些细节，但从细节中我们可以抓出效率。

第三，合理安排时间。这就要求我们学习要有计划性。比如当天自习课想重点学习哪几门，每门课程我想完成几课的复习，上课铃一响就马上进入学习状态开始学习。其次，可以利用早晨刚起床和晚上就寝前的时间记忆自己容易忘或者是较为难记的知识。这是我在高三时候听一个讲座时学到的。我刚上高三的时候历史记得不是特别清楚，所以我就利用这两段时间来背历史。

固定时间学习固定科目，这也是我借鉴别人的经验。比如说，我会利用早起后和晚睡前的时间背历史，中午坐班车的时间来背政治，午饭后的时间来做英语题（后来是两天一套题），等等。

3. 对待错误和易忘点

对待错误：在学习过程中不可避免地遇到一些错题，我的做法是将这些错题分别整理下来。既要原题和答案写清楚，又要思