

高考“状元”启示录

献给广大中学生朋友
和他们的师长

胡富 校丰 张大力 编

- 高考“状元”谈高考
 - “状元”师长谈高考
 - 行家谈高考
- 招生与阅卷老师的话



海洋出版社

高考“状元”启示录

——献给广大中学生朋友和他们的师长

胡 富 校 丰 张大力 编

海 洋 出 版 社

1992年·北京

京新登字号 (087)

高考“状元”启示录

——献给广大中学生朋友和他们的师长

胡 富 校丰 张大力 编

海洋出版社出版 (北京市复兴门外大街1号)

新华书店北京发行所发行 通县振兴印刷厂

开本: 787×1092 1/32 印张: 12 字数: 25千

1992年7月第一版 1992年7月第一次印刷

印数: 2000册

ISBN7—5027—1439—1/G·470 定价: 4.80元

前 言

尽管“大学生”这个牌子不再象过去那么炫目，尽管社会上曾流行过“知识贬值”的种种说法，但高考仍然每年都牵动着无数父母、老师和考生的心。通往高等学府这条独木桥上，仍然挤着千军万马。在这场险恶的竞争中，有人幸运地通过了，有人却被挤掉了。

我们并不认为大学是通往人生幸福必经的驿站，但我们正视这样一个现实：在我们国家还没发展到让大多数人都能接受高等教育的今天，上大学对每个年青人的成功似乎提供了更多的机会。于是，我们便想为中学生朋友以及他们的师长做点什么。我们想到了各省市的高考状元，这些走在独木桥最前头的佼佼者，或许对他们身后的弟弟妹妹们有所启发。我们同时想到了“状元”的家长和老师，是他们用智慧和汗水哺育了这些高考夺魁者。关心孩子成长的师长，如果能从这里有所收获，我们将感到欣慰。

高考既是每位考生知识实力和心理素质的较量，也是他们的老师和家长的智慧与教育方法的较量。所以，本书力求从各个侧面反映每位高考状元的学习、生活及情感世界，同时，我们也企图从他们的亲人和老师的眼里折射出他们的孩子或学生的个性和魅力，以及他们如何为人父母，为人老师。

本书分两部分。第一部分收集了1990年全国十几个省市的各科高考状元及其师长100多篇文章；第二部分是北京海

淀区教师进修学院几位老师多年的高考阅卷心得和高校招生人员的工作体会，可以看做是第一部分的补充，其目的仍是为中学生朋友服务。

本书在编辑过程中，姜在敏、吴宗敏、蔡春红、谢冰、王平等同志做了大量的组织工作，并得到了许多高考状元和他们的家长、老师的大力支持，在此一并表示感谢。由于我们水平有限，在本书的内容取舍、结构安排乃至一篇文章的写作技巧上，肯定还存在不少不足，请广大读者批评指正。

编 者

1992.6.24



第一部分“状元”启示录

一、学习经验纵横谈……………(2)

投入,享受学习的乐趣……………金京华(2)

旧书不厌百回读——如何学好政、史、地、……………赵少钦(3)

增加对课本的投入……………张际枫(5)

以本为本,循序渐进……………邓剑平(6)

最后的攻坚战——谈高考前的总复习……………武 彬(7)

“问渠哪得清如许,唯有源头来活水”

——浅谈高三史、地复习……………曹 莉(10)

情到深深处 笔落泣鬼神——谈我作文

的一点心得……………刘凤喜(12)

绝知此事要躬行——如何学好语文……………赵少钦(14)

掌握根本 理清分支——谈学习数学的

方法……………肖常兴(16)

史地不分家……………张际枫(17)

史实虽杂,记忆有方……………彭 浩(19)

“巴拿马事件”卧谈会——学好政治的一个

方法……………吴洪涛(20)

重新唤起失去的兴趣……………刘渤海(21)

我是怎样学数学的……………曾雪梅(23)

数学我考了个满分·····	彭 浩(25)
写提纲——一种读书方法·····	陈列江(27)
提高你的学习效率·····	彭 浩(29)
地图:知识的纽带——介绍一种地理学习方法·····	赵 玮(31)
在“精”和“深”上下功夫·····	刘 翔(32)
如何提高效率·····	赵 玮(35)
我是如何记忆的·····	刘凤喜(37)
一分辛苦一分才·····	陈耀东(39)
分析考卷 纠正错误 带动复习·····	赵少钦(41)
心里装着一幅地图——浅谈怎样学习地理·····	张 莉(45)
不以好恶而取舍——谈政治和语文学习·····	金京华(47)
察微·冥想·系统化——我是怎样学习历史的·····	孙德立(50)
抓主干 明方向——谈一谈高考前的总复习·····	蒋 涛(52)
浓厚的兴趣,独创的方法·····	刘渤海(53)
我学习生物课的体会·····	吴 峻(55)
介绍一点答题技巧·····	阎志远(60)
英语的“死知识”和“活知识”·····	李 波(62)
走在老师前面——谈谈我的英语学习·····	孙德立(66)
怎样巩固英语语法知识·····	陈耀东(69)
我是怎样学英语的·····	肖常兴(70)
致高三同学的一封信·····	吴洪涛(71)
怎样在高考中取得成功·····	王 欣(73)
二、七彩生活 ·····	(77)
读懂人生·····	赵少钦(77)
那一个晚上·····	陈列江(79)
高中生活片断·····	吴洪涛(80)
日记,永远伴我前行·····	邓剑平(84)

“尖子”的中烦恼·····	曹 莉(87)
汗水浇出成功之花·····	孙 颖(91)
春露润我——谈我的家人·····	孙德立(95)
漂泊的小船·····	张 莉(99)
同路客·····	肖常兴(101)
哦，那醇醇的情谊·····	金京华(104)
想起那羊肉飘香·····	方文字(106)
宁静的避港——献给我的双亲·····	张 莉(107)
静夜寄深情·····	刘凤喜(110)
让友谊之花盛开·····	赵少钦(113)
友谊，煦暖的阳光·····	张 津(114)
九〇年：我们的心·····	苏 闽(116)
三、超越自我 ·····	(119)
冲破自己设计的牢笼·····	刘凤喜(119)
扬起自信的风帆远航——给即将参加高考的同学的一 封信·····	李屹峰(123)
调准你的心弦·····	刘渤海(125)
情绪ABC·····	陈列江(129)
写给女孩子·····	曹 莉(131)
冲刺前的告诫·····	李屹峰(133)
你与我·····	余 琪(135)
走自己的路·····	陈慧明(137)
请您服片“镇定剂”·····	余 琪(139)
以健康的心理状态参加高考·····	武 彬(141)
考不上，我就去开个咖啡屋·····	孙德立(143)
走出你自己·····	赵少钦(145)
重要的是把握自己·····	金京华(146)

保持那份自信.....	张 莉(151)
平静本身就是一种胜利.....	肖常兴(153)
四、多梦时节	(157)
七嘴八舌话早恋.....	苏 闽(157)
Love is Blue	金京华(160)
五“状元”的背后	(163)
从孩子的进步所想到的.....	高令俊(163)
家教点滴.....	李晋生(165)
做孩子的引路人.....	赵玉林 张俊芝(167)
抢在春天里播种.....	那志平(169)
让孩子走自己的路.....	陈昌平(172)
孩子脚下的路.....	彭啸涛(175)
提供良好的学习环境 引导孩子全面发展.....	周秀兰(181)
家 规.....	李淑子(185)
学习自觉性和道德品质是家庭教育的重点.....	吴光藩(188)
校外园丁的责任.....	孙九星 李淑琴(194)
孩子教育三阶段.....	蒋正伦(196)
“山窝窝”也能飞出“金凤凰”	时永常(200)
他是一个全面发展的学生.....	富廷风(203)
陈列江同学二三事.....	李 军(205)
楚天升起一颗“文曲星”	戴军等(207)
状元背后.....	雷连娣(212)
“教学的目的是为了达到不教”	杨义碧(214)
孙德立同学印象记.....	孙景昌(217)
金牌，在勤奋中闪光.....	张斤力(219)
金京华印象记.....	邹同元(223)
“系统论的序列化目标管理” 结硕果.....	吕文仲(225)

勤奋, 成功的阶梯·····	赵忠烈 孙凤哲(227)
一位状元的境界·····	周桂环(229)
重习惯、讲方法、求效率·····	聂景江(231)
一个“教练”如是说·····	王守义(233)
梅花香自苦寒来·····	游大正(235)
认准了, 就坚定地走下去·····	马 谦(238)
在成才之路上的拼搏·····	周正魁 蒋华铸(242)
刘溯海同学的印象记·····	李香荣(245)
勤奋之舟送他到达成功的彼岸·····	赵应安 秦晓龙(247)

第二部分 行家谈高考

一、阅卷老师的话

前车之鉴 可以为师——数学高考阅卷心得·····	(252)
增强信心 改进方法——物理高考阅卷心得·····	(265)
MET试题与解题技巧——英语高考阅卷心得·····	(278)
谈谈如何复习语文——语文高考阅卷心得·····	(296)
复习与应考——政治高考阅卷心得·····	(308)
实战分析——生物高考阅卷心得·····	(317)
总结过去 走向未来——历史高考阅卷心得·····	(323)
强化能力 适应高考——地理高考阅卷心得·····	(330)
打好基础 发展智能——化学高考阅卷心得·····	(337)

二、招生人员谈招生

怎样进入高校·····	(356)
招生工作谈·····	(362)

第一部分

状元启示录

一、学习经验纵横谈

投入，享受学习的乐趣

金京华

有时，学习可以达到一种意境，一种已升华为艺术的超于一切世俗名利荣辱之上的意境。那时，学习不是为了争什么。只是自己愿意学，在学习时头脑处于既兴奋又冷静、既丰富又单纯的状态。

高三的那段日子，我力争能达到这种意境，这种高度。

每当我专心致志于某一内容，周围所有事物全与我无关了。我的头脑只关注我要掌握的内容，用全部的精力思索其中的内涵，变化，思索其中让人激动不已的含义。知识的系统如一条清澈见底的溪流，在心中宁静地滴过。喜欢这种感觉，自己仿佛是运筹帷幄的元帅，自如地调动指挥手下训练有素的将士们。

如果时时都能保持这样的心态，我想任何事情都能应付自如，无可忧虑。

可惜的是我并不能完全如此。很多时候，我无法达到这种高度，而只能用拼命的劲儿死学。幸好在这时我还知道怎样想办法把自己调节到尽可能高效的地步。

有一些极其简单的方法。

学一会儿语文后做一会儿数学题，这本身就是互相休息的过程，使脑子总有一部分处于兴奋状态。

每一段时期要开始时，定下总的计划。比如几次模拟考，划分几个时期。那么，到第一次模拟考的几十天时间里，我按天数分配各科内容：历史用几天看完一本书；地理用几天复习完一本书；争取每天或每两天要把六门功课都涉及到。一门功课，不因自己学得好而放松它，也不因自己不感兴趣而放弃它。

每天也要有计划。几小时念哪一门的哪部分，怎么个学法。这计划不必详细诉诸笔端，但自己心中要明了，到时一定按着去做。

学习不是苦事，不要抱着“咬牙吃苦反正就这一年，拼下来算”的心情。最佳状态是以欢喜的心情学习，以一种投入的心境，享受学习的乐趣，体味收获的喜悦。在这同时会失去一些，比如休息、娱乐，但获得的与失去的相比，是值得的。

旧书不厌百回读

——如何学好政、史、地

赵少钦

“旧书不厌百回读，熟读深思子自知”。这是学习文科、政、史、地各科都应持的态度。

众所周知，政、史、地各科虽无理科那样的推理、演算、证明；但头绪纷繁，需要记忆并灵活运用知识点也不

少，各环节之间内在联系也很强，并且内容颇多，如果想单靠“临阵磨枪”的话，取得好成绩是绝不可能的。这就需要平时就把基础打好。“功夫在平时，”“书读百遍，其义自见”。我在学习史、地的时候，对教科书反复学习过多遍，自己对于每一章节的内容都有了很明晰的印象，甚至能成段地背下来；自己也归纳出了重点，理清了脉络，把书由厚读薄了。同时，我还在老师指导下，做了很多的练习，对知识进一步融会贯通，查缺补漏。对政治除掌握老师讲授的知识体系、记好笔记外，我每星期集中一次时间（在星期日上午）对政治理论和时事知识进行背诵，如此坚持不懈，以至达到滚瓜烂熟的程度，到考试回答问题时才会如同“唠家常”一样得心应手，而且回答得有点有面，条理清楚。

在“熟读”的同时要“深思”。记忆之中也有科学，也有一定规律可循。以历史为例：1689年英国通过《权利法案》，1789年法国大革命，1889年第二国际成立，中间都差100年；又如我国历史上的“十六国”可记为“一夏二赵秦四燕五凉以及成国等。同时，你也应当学会归纳，综合和分析，比如“为什么要坚持中国共产党的领导”一题，你应该从社会主义的性质决定，党的根本宗旨和目标，党能坚持社会主义的方向，党能制定出正确的方针和政策，党能协调各方面利益，共同搞好建设，党能够做到自我批评不断纠正错误，以及党领导中国革命和建设的近七十年实践，1989年“六四”风波的反思；不坚持党的领导，必然导致资本主义复辟。天下大乱，中国重新四分五裂，成为一盘散沙等多方面归纳论证。又如地理上的为何设置上海宝钢，我们可以从市场广阔、交通条件好、技术和劳力条件好，工业基础好等诸多方面总结归纳。

总之，学习政、史、地，一要“熟读”，二要“深思”。“苦心人，天不负”。你如果真的在这块土地上辛勤耕耘，就一定会尝到丰收的喜悦！

增加对课本的投入

张际枫

我不赞成买参考书。除少量英语练习外，我没买什么参考书，尤其史地，一本不要。这也许有点偏激，可不无道理：课本是学习之本，高考的全部内容所在，理应下大力气；而且当前确有一部分参考书，水平不高甚至错误百出。减少了参考，必然增加对课本的投入，这是一桩好事。

学习课本的办法之一是“精读”。在每晚的两小时学习中，我就努力读课本文章，分析理解每句、每段的意思，记那些应该记的重点句段。对文科生来说，把文章层层分析到句群甚至单句，不仅有一套符号，例如“I、A、a、①”之类，把课文剖解成小块儿，分析它们的关系，很容易就理解了书的意思。在记的时候，把这些符号连同文字一起记下，到回忆时，不仅能条理清晰地忆出，而且避免了遗漏。

真要学时，可不是这么几句话，须专心致力于课文，认真体会，并实践若干次，才能划分清楚、记得准确。

学习课本，还需要“泛读”，就是撇开书上的一切符号，只要是书中内容包括注解等，都要读到。这时，我把书当作小说，不分重点，一律同等对待。平时一翻书，就是圈点钩划的一堆，往往使人只见带钩儿、道儿的那些重点，而忽视一些细节。可是，高考题目现在越来越杂，越来越细，

光记“重点”不行。“泛读”，使我看到了许多学习中未曾发现或未加注意的东西，避免了因小节而失误。

这种“泛读”，可以放在空闲时间，并且要进行若干次，以达到细致准确，把那些故事性、非重点的知识都在脑中留个印象。既不需专下苦功，又记了不少东西，还使时间充分利用起来，可谓一举多得。

以本为本，循序渐进

邓剑平

首先，我得承认自己的智力并不非常出色，不属于“竞赛型”的学生。紧抓课本，循序渐进，是我的成功之道。

高一时，我的各科成绩都不算好，特别是数学，缺乏足够的空间想象能力。我试图通过练习来改变这种状况。我买了很多参考书，可是一点也看不懂，好多练习根本做不出。后来，我想到了课本，开始静下心来，仔细分析书上每一句话，每一道例题，认真完成每一道习题。一段时间后，我的成绩就明显提高了，开始不懂的知识也恍然大悟，发觉有些题型似乎从未见过，其实是书上题型变化而已。于是，我得出一个经验：以本为本，循序渐进。在以后的两年里，我一直坚持了这条原则。

课本是我们学习的对象，它的编排本身就体现了一种由浅入深的规律。它的每一句话都很简练易懂，编选的习题也很典型。因此，只要认真做好课本上作业就够了，无需专门求助于资料。这样可以培养一种认真书写、讲究格式，计算准确、周到细致的作风。循序渐进也有助于鼓起我们的信

心。我们常常碰到难题，自己可能一时做不出，不妨自我安慰：我还没复习到这步，过几天就会做的。这样一想，心里也就宽然一释。以本为本，也可以提高我们的学习技巧。因为课本上的练习和例题具有典型性，覆盖面广，完成了它们，一些技巧也就自然而然地掌握了。实践出真知，从实践中摸索出的规律才是最有用的规律。

以本为本，循序渐进，这条经验一直是我学习的原则，每当我有一科成绩下降时，我首先就想到了它。高三第一学期期末考，我数学考得很惨。我分析原因主要是计算能力差，基础知识不过关。于是，我每天中午做习题，从高一到高三的课本上的习题全部被我认真做完，直到段考时才结束。结果段考时数学取得了很好的成绩。基础知识牢了，以后我就不再担心数学考不好。高考时成绩也很理想。

有很多同学热衷于资料，花大量精力去啃资料，结果却并不如愿。我总认为这是“吃力不讨好”。现成的课本不去弄懂，何苦呢？把课本知识弄懂，再适当地看一点资料，吸取更多的知识，这才是一种正确的学习方法。

最后的攻坚战

——谈高考前的总复习

武 彬

有一些同学，因为高考前最后阶段的复习不得法而落榜。因此，我想把自己的复习方法写出来，供大家参考。

（一）订好复习计划，做到心中有数。一般来说，到了