

高考状元汪涵的产生是偶然的，  
11班培养出状元是必然的！

缔造

# 状元的11班

北京师范大学附属实验中学 编著



开明出版社

缔造

高考状元汪涵的产生是偶然的；  
11班培养出状元是必然的！

# 状元的11班

北京师范大学附属实验中学 编著



开明出版社

## **图书在版编目 (CIP) 数据**

缔造状元的 11 班 / 北京师范大学附属实验中学编著. —北京：开明出版社，  
2004.9

ISBN 7-80133-821-9

I. 缔... II. 北... III. 中学—素质教育—经验—北京市 IV. G. 632.0

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 088609 号

**责任编辑 马小涵**

### **书名/缔造状元的 11 班**

编著 / 北京师范大学附属实验中学

出版 / 开明出版社 (北京海淀区西三环北路 19 号)

发行 / 全国新华书店

印刷 / 保定市印刷厂

开本 / 大 1/32 开 7.625 印张

版次 / 2004 年 9 月第 1 版 2004 年 9 月第 1 次印刷

书号 / ISBN 7-80133-821-9 / G · 735

定价 / 18.00 元

## 寄语

这是一些生动的、自然的、活泼的故事。它真实地记录了一批优秀孩子成长的心路历程。谁都会由衷地喜爱他们，甚至羡慕他们的年轻、朝气、生动、智慧，更何况是他们的老师。

2004年，在我的学校里毕业了这样一个集体——高三（11）班，历史应该记住这个名字。且不论这个班有了汪涵，他因为获得北京市理科高考第一名而闻名。且不论因为他们的班级平均分达到了626分，有24名同学实现了自己的理想，荣登清华和北大招生榜。单是他们将《缔造状元的11班》作为财富和礼物奉献给自己的母校和学弟学妹，就足以使他们的精神与追求凝固、放大，以至影响更多的人。

《11班的英雄传奇》虽然改名为《缔造状元的11班》，但从字里行间让我们可以感受到成长中生命的激扬热血和豪情壮志。他们以这样的精神留下了在实验中学六年深深的脚印。他们的生命价值和精神世界也在这六年平凡、平静生活的锻造中不断升华。

这些故事的字里行间有实验中学深深的烙印。透过一个个活生生的形象和生动的故事，我们也看到民主的氛围，尊重个体发展的环境，丰富多彩的活动，循循善诱的师长……这些是何等的重要。

这个团队的优秀，让我们感受到发自内心的欣慰和感慨。来源于他们的故事也鞭策我和我的同仁更好的做好我们的工作。我衷心地感谢11班，感谢他们每位同学。

北京师范大学附属实验中学校长：



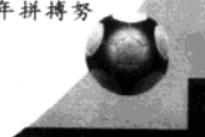
# 状元的身前影后



本书带领你沿着 2004 年北京市高考理科状元班——北京师范大学附属实验中学 2004 级高三（11）班高中时代的轨迹，挖掘作为一个诞生状元的集体，是怎么样的出类拔萃和样样精通。作为一个理科班，出现状元本应该是莫大的荣耀，然而我们必须说，对于我们 11 班，这只是锦上添花。事实上，由于我们对生活的无限热忱和坚定，造就了我们这个集体每一个成员同样的出类拔萃和样样精通，状元汪涵同学就是其中的一个代表。三年来，我们不仅在学习成绩上傲视群雄，在日常工作上有条不紊，在体育竞技中百战不殆，在文艺活动中大放异彩，同时高二我们的话剧《轮回》入选大学生戏剧节，高三我们被评为北京市优秀班集体，这些都是一个集体难以企及和梦寐以求的荣誉，汪涵同学成为 2004 年北京市高考理科状元，为我们的传说写下了最后一笔辉煌。

我们以老师、同学和家长的所观所闻所感为载体，记录了我们可爱的 11 班高中时代的辉煌历程，有喜出望外也有怅然若失，有一帆风顺也有举步维艰，我们希望能从每一个字每一句话渲染出 11 班完美的精神轮廓，也希望能以此对所有期冀轰烈烈的班级有所启示。

我们从一个平淡无奇的数学实验班，在三年时间内打出了“实验第一名班—传说中的 11 班”的辉煌形象，绝非一蹴而就。对于任何一个成功的团体而言，它不仅仅懂得在成功后鼓舞自己的士气，更懂得在无可避免的失败面前冷静地总结和反思，这正是我们的集体能够遥遥领先的根本原因。编者谨以此提示所有正在成长的班集体，不卑不亢、戒骄戒躁，是可以造就一个成功团队的重要品格和修养。同样，班级成员内部的紧密团结，在每次活动中都发挥出了巨大的力量，它是我们对“11”的热忱和义无反顾，它是在最艰难的时刻挣扎前行的惟一动力，它是我们的智慧、才华和创造力，它是我们心中对“11”荣誉的永恒信仰。团结就是有这样的力量： $50 \times 1 = +\infty$ ，让我们的集体不断地狂奔和超越。编者衷心地希望所有正在成长的班集体都能创造这样一笔无价的财富，希望所有在高中三年拼搏努



力的同学能有这样一种令人热血沸腾的追求。

当人们回忆一件大事的时候，似乎只有美好才会浮现，那过程中的焦躁、气愤、厌恶、恐惧等等，全部淡化。一切愚蠢、错误，别人不会长久地计较，只有自己会长久地愧疚，在敞开心扉乞求原谅的那一刻，灵魂也获得了救赎。在每一次大型的活动中，我们也是以这样的方式化解难以避免的矛盾和误会，这使我们能始终毫无芥蒂地并肩前行，并且以这样的方式获得对一个团队而言最为珍贵的理解和信任。

编者谨将此献给无数正在面临，或者将要面临上述问题的朋友：

Sorry is not only the hardest word, but also the most beautiful one.

三年里，我们也都在成长，从稚拙走向沉稳，从自私走向博爱——

Every where I turn, I hurt someone

But there's nothing I can say to change the things I've done

Of all the things I hid from you

I can not hide the shame

And I pray someone, something will come to take away the pain

Tell me where, did I go wrong

Everyone I loved, they're all gone

I'd do everything so differently, but I can't turn back the time

There's no shelter from the storm inside of me

There's no way out of this dark place

No hope, no future

I know I can't be free

But I can't see another way

I can't face another day

I can't believe the words I hear

It's like an answer to a prayer

When I look around I see



>>>>>>>>>>>>>

状元的身前影后

dizaozhuangyuande 11 ban



This place, this time, this friend of mine  
I know it's hard but you found somehow  
To look into your heart and to forgive me now  
You've given me the strength to see just where my journey ends  
You've given me the strength to carry on

I see the path from this dark place

I see my future

Your forgiveness has set me free

Oh and I can see another way

I can face another day!

No Way Out (theme from Brother Bear) by Phil Collins



11 班全体同学

北师大附属实验中学高三(11)班 全家福留念 2004



## 传说中的感受

作为11班的一员，每个人心里都会有这样的感受，共同经历了六年的风风雨雨，身边的同学老师都仿佛亲人一般，难以割舍，值此即将分离之际，真的想留下一些印迹，留给荣誉与共的我们，留给养育我们的实验中学，也留给有心人共同分享传说中的辉煌。

也许是缘分吧，注定我们有这样一个展现自我的舞台，也给了一个报恩的机会。这次取得状元的成绩，真得要感谢11班这个团结的集体，感谢同学们的支持，老师的教导，年级学校领导的关怀，周国家长们的鼓励。

11班的天空永远是群星灿烂的，无论是学习、文艺、体育、娱乐，还是社会工作、人文修养都是一流的。生活在这样的一个集体里，心里永远充斥着热情。在这里，每个人都有自己的优点，自己引以为豪的特长，每时每刻，我们都能清醒地感受到别人身上的闪光点，一种催人发奋的激情激励着我们不断前进。

然而11班又是最团结的，在这里，没有嫉妒，没有纷争，大家在竞争中欣赏对方，在互助中创造辉煌。在集体面前，自我是渺小的：还记得艺术节前忘我的练习，运动会后尽情的狂奔，集体的荣誉给我们前进的动力；还记得一起出行时的快乐，临别送行时的伤感，同学间的情谊浇灌着我们的心田。只有温暖的感觉，伴我们走过这么多个春秋冬夏。

回首过往，凄清悲凉诉说着心酸的痛，豪言壮语宣泄着热烈的情。低吟、高唱、无奈、痴狂，一点一滴都化为新生的翅膀；反思、觉悟、沉寂、辉煌，一丝一毫都刻在每一颗心上。

就要各奔东西了，虽然我们将进入不同的高校，但11班这个共同的名字，我们会铭记，也会让未来11班的天空更加灿烂。

说起对11班的溢美之辞，也许怎样也无法表达对它的依恋和崇敬，只会因身为一个传说的缔造者而感到自豪。透过文字能够表达的也许有限，但这一努力作为传说的延续，已让我们心满意足，受用终身了，毕竟真正的情绪在心底，尽管彼此即将分离，但传说将继续……

——11班的一员汪涵





**CONTENT**

# 目录

状元的身前影后/1

传说中的感受/4

真实生活的我们（同学篇） ..... 1

萍水又相逢——印象点滴/3

且行且珍惜——情感札记/11

家在二龙路——住校生活/18

实验之球缘——大球小球/27

学而悠则闲——课外娱乐/53

远行通天下——大开眼界/68

我们真实的生活（活动篇） ..... 91

高一第一学期：2001年8月—2002年2月/93

那时候的我们还是多么的懵懂，不谙世事和血气方刚。一个又一个美妙的瞬间在眼前浮现，算是我们少年时代的最后见证.....

高一第二学期：2002年2月—2002年9月/107

关于这个学期，最明显的回忆是我们班不断地得第二。这是一个白云苍狗的时期，大部分事情可以用“不顺”这一个词来轻描淡写，语焉不详。

### **高二第一学期：2002年9月—2003年2月/112**

我们11班在这一年像是在以光速前行，“如麋鹿在她自己的香气刺激下而狂奔”（泰戈尔），我们为自己感动，为自己疯狂。

### **高二第二学期：2003年2月—2003年9月/136**

因为“非典”，这段生活被生硬地拆成了几小块，完整不起来，大家对这一段时间的回忆也不甚确切，这段集体生活总体感觉就是像个被遗失了组块的不完整拼图。

### **高三第一学期：2003年9月—2004年2月/145**

事实上，高三第一学期过的比谁想象的都快，忽的一下子就到期末了，老师们是很有办法的，一点一点考验你的忍耐力，你觉得生活很紧张但是又不觉得很暴戾残忍。总之，人是要生活的。

### **高三第二学期：2004年3月—2004年6月/160**

高三这个学期让人过得没感觉，而不是痛苦。这其实比纯正的痛苦更痛苦。监狱里人的生活就是这样，知道哪一天上刑场，然后让生命在最后的时刻耗尽。

## **我们生活的真实（学习篇）………163**

十年铸一剑——记奋斗途中的苦乐/165

锋从磨砺出——忆竞赛路上的奇遇/177

学而不思则罔——谈特色学习的乐趣/188

一枝一叶总关情——写班干部的感与思/192

**关于老师/197**

**关于家长/209**

**《轮回》/222**

**后记/231**

萍水又相逢  
且行且珍惜  
家在二龙路  
实验之球缘  
学而悠则闲  
远行通天下

# 真实生活的我们

同学篇





## 同学篇

我们班是一个不寻常的集体，因为我们不只是高中三年的同学。追溯到 1996 年的某一天，我们——身为数学乐园的有志少年，便聚在一起，共同打拼。从小学奥校，到初中的数学实验班，再到我们现在的 11 班，我们一同走过了激情燃烧的八年时光。

我们的家长常常告诉我们，等我们长大了，才会觉得高中同学的友情是最真挚的友情，是最美好的回忆，而我们八年的同学之情，自是非同一般，也是我们一生难忘的。



### 萍水又相逢——印象点滴

初到实验，我们还是一群生龙活虎的孩子，每个人心里，对将来的生活，日后的竞争都一无所知，最亲近的莫过于同一群一般大小的、爱玩爱闹的孩子挤在一起。我们用我们自己的小眼睛，认识着身边的个性鲜明的同学。

说到个性，我想这就是区分人和人的最好方法。我身边的许多人都有鲜明的个性，比如：王晓宁，我认为他是个性最强的一个，他很善于表现，比较张扬；杨笑非，始终是一个高傲、不服输的人；贺悦，有很高的艺术天赋，但不太自信，不善于表达；张彬，始终是个“怪”人，有着超越常人的思维逻辑……正因为有诸多不同的个性，才构成 11 班的丰富。

——田玮

个性鲜明是 11 班的特点，每位同学，都有各自可爱的面容，不同的性格。有人爱唱，有人爱跳；有人喜欢装酷，有人喜欢搞笑；有人喜欢搞恶作剧，有人喜欢犯 DIR（音呆二，意发傻），因此就有了我们班形形色色的外号。

**外号原则：**人手一个，互不侵犯；能者多劳，鼓励兼职。

**DIR：**梁森。很久以前，他在 QQ 的网名为 direb，一个不明出处但他觉得很好听的名字，后经徐宗华指点，其中文直译为呆二 B，后此名延用



至今，也用来形容人犯了很傻很呆的失误。

89：刘博畅。初一军训时，大家已都不见外，再加上有口音的教官旁敲侧击，他被人亲切的称为伯猪。经多番演变，出现伯君、89等版本，由于所在为数学班，含数字的外号倍受青睐，再加上他的姓，为689，于是以此为结果的题目往往被人反复提起。之后，所有拼音的声母为LBJ的中文组合，均成为他外号的衍生，例如老斑鸠，零部件，罗比基恩，罗伯尼克，淋巴结，乐皮熊，刘编辑等都是这一外号的演变。

猩猩：刘中国。此人外表酷像猩猩且擅长篮球，简直是灌篮高手中赤木的真人版。初二时，有人想加入他们，关山便对他说：“你问问那个最像猩猩的吧。”那人便径直向刘中国走去。而长相具有这种特点的人竟不在少数，实验中学、数学学校的老师中，便各有一个他的“亲戚”。

周颠：史晓宇。在高二时候，电视热播《倚天屠龙记》，见明教声势浩大，于是便在班内组织了拖拉机协会，与明教针锋相对。会内同样设立护法两人，法王四人，散人五人。护法、法王已分配完毕，史晓宇同学非要争着问自己的职务，于是经协会讨论决定：鉴于此人，行为古怪，举止异常，时常颠三倒四，通过犯傻以娱乐众教徒，故取名周颠，即周期性发颠。

数学实验班的原班人马已在一起生活了五年，升入高中，班里又来了四个从外班考上数学实验班的同学，是同学们的热情好客，真诚相待使“四个外星人”（梁晗、魏星汉、丛琳、夏熙明）融入了这个伟大的集体。

.....

在我们看来，年轻老师只是比我们大一点点的“同学”，课上是我们尊敬的老师，课下便是我们的哥哥姐姐，我们的朋友、玩伴，甚至是恶搞的对象。老师也是有昵称的，我们称初中的班主任刘红老师为“小红”“咪咪”，称可爱的又有点孩子气的黄老师为“阿黄”。还有化学孙兆前老师为“赵钱孙”“Mr. Chen”，生物李晓辉老师为“胖胖”。当然和我们感情最深的，是语文“阿卷”尚建军老师。

### 卷毛创世纪

——记我们的语文老师

[第一天，神说：11班要有语文老师！]

于是，在踏入高中的第一天，我们兴奋地发现，讲台上多了一位个子



不高，满头卷发的“白面书生”。

“我姓尚，高尚的‘尚’……”

“嗤，不就是和尚的‘尚’吗？”

那时也是奇怪，尚老师非但没有生气，反而嘿嘿傻笑了一阵。直到后来我们才渐渐发觉，这居然就是他的“本来面目”！而且他所发出的“嘿嘿”的诡异声音，到了高三竟成了他的“终极必杀”……至于必杀的奥义，现在还不可说不可说，那该是第四天的事了……

要说尚老师的全名……咳咳，很古典，这是说好听的。换句话说呢，一个字：俗。叫“建军”的人，在我印象中似乎都是穿着军装高举红宝书的形象……不过不能以名取人，尚老师这个人，实在不俗的很呐！

[第二天，神说：语文老师要有外号！]

记得刚开学不久，樊婧突然奸笑着对我说：“南楠给尚老师起了个外号……”我期待地望着她，只听她大声说：“卷毛！”不知怎的，听了这个词之后，我整整笑了一中午，也许是因为太形象了吧。

从此以后，“卷毛”正式成为了尚老师的代名词，而且一传十，十传百，这件事渐渐成了年级皆知的秘密。

有次上课时，卷毛正讲到借代，他举了个例子：“比如一个很胖的人走进来，我们可以说‘胖子进来了’”。话音刚落，就听台下有人小声说：“卷毛进来了！”全场爆笑。

高二之后，卷毛的外号又有了诸多衍生……像是卷卷，鬟鬟之类，听起来倒是十分可爱。

[第三天，神说：做些有趣的事吧！]

不知何时，我开始热衷于画卷毛的写真集和短篇漫画，从最初的《天竺舞魂》到后来的《卷毛正传》，也算是吸引了一小群读者，现在大部分原稿我还保留着。

后来樊婧写了一篇《卷毛正传》，堪称精彩绝伦，只是目前仍下落不明，我为她补充的《画鬟说》也随之湮没无闻了……

到了高三末期，我又开始了《卷毛语录》的收集工作，想看的话就到这篇文章的附录找吧。呵呵，简直是教师版韩乔生……说漏了。

[第四天，神怒了：你总该说说他上课时的事呀！]

好吧好吧，净说废话了，连神都怒了……



现在走入正题，说说卷毛的本职工作吧。

上语文课确实是一种享受，卷毛的独特见解，卷毛的精彩演说，卷毛的终极必杀……总之，我们的语文课总是快乐的。外班人常常疑惑：为什么11班上课总是在笑？答案很简单：快乐的老师+快乐的学生=整堂欢笑。

终于到了卷毛“终极必杀”大揭秘的时候了，那就是：随时随地发出“嘿嘿”的诡异之音。是，这句话我刚才说过，其实重点在后面，“终极必杀”的奥义就是：爆笑二连击！说得有点深奥了，简单的讲，就是在课上发生有趣的事情之后，大家总要爆笑一次，在大家爆笑的时候，卷毛总是一脸茫然，接着一分钟之后，卷毛才开始“嘿嘿”傻笑（刚明白我们为什么笑），于是全班开始第二次爆笑……

呵，我们的爆笑语文课。

[第五天，神说：你们要把卷毛留下！]

高一的那件事，早被我们说了又说……

高一的那件事，让我们变得珍惜又珍惜……

高一期末，他居然说不能再教我们了。复杂的，痛苦的……是我们的  
心情。也许49个人心中有49个尚老师，但相同的是，我们都希望他走。

一张纸上写下我们的心声、我们的祈祷，签下我们的名字。抱着一线  
希望，我们将那张写满“留下”的纸送到了教学处……

接着奇迹发生了，祈祷灵验了……高二的第一节语文课，我们又见到了  
了那张熟悉的面孔。

感谢神……

[第六天，神说：卷毛要有个小女儿！]

从某天起，卷毛的脸上开始散发异样的光辉。后来我们看到语文办公室的粉笔字：尚建军请客，后来我们看到许静老师（尚太太）一天天变大的肚子……呵，原来如此。

后来卷毛一脸春光灿烂地走上讲台。掌声，为他和他的下一代。“是个  
女孩！”卷毛露出幸福的微笑。

此后，起名字成了我们的课后娱乐。含沙射影的如尚毳毳（音“翠”）、  
尚毛毛；恶搞的如尚毛房（不雅）、尚吊吊；寓意美好的如尚建乔（剑桥），  
尚清华，尚北大……





最后人家叫的是：尚舒。唔……尚书，有前途。

[第七天，神说：你们不得不分开了……]

三年好短，短得连爆笑的时间都不够。

分别总是难免的，所以就笑着说再见吧。

反正记忆是抹不掉的……

反正以后会再见面的……

不是吗？



[附：卷毛语录]

2003. 11. 25 8:10

刘中国：我是翻译前面那句还是后面那句？

卷毛：对！

2003. 12. 3 14:00

添天：XXXXXXXXXX（翻译古文中）

卷毛：嗯！

添天：XXXXXXXXXX（翻译古文中）

卷毛：嗯！

添天：这句不会了……

卷毛：嗯！

2003. 12. 4 10:58

卷毛：夏朝有几个朝代？

2003. 12. 12 10:00

同学：蝙蝠儿长什么样？

卷毛：就像蟑螂站起来。

2003. 12. 26 11:20

魏星汉：你是雄鹰我是小鸟！

卷毛：鹦鹉和小鸟？

2004. 1. 18 13:38

卷毛：每天的学习时间应该是 100 到 100 分钟。

2004. 1. 18 14:30

卷毛：教材的编写、审查需要五年。（做“八”的手势）

