

这是你的第一选择但不是唯一选择

GaoSan JingYan

高三经验

→ 来自北大状元的报告

那段日子·那种心情 高三感悟 我的读书经验 回顾所来径 心情盈路飞
我的高中时代 “3+X文科综合” 备考必读 给正在努力的你们 穿过森林就
能采到鲜花 理科的学习方法 曾经的记忆 光阴的碎片 我的圆梦之路
我这三年 一个平凡少年的“踏清”之感 荆棘与玫瑰——高三学习经验谈
回首来时路 一段并不“成功”的经历 备战3+X 奋斗没有终点 我的故事卧薪
尝胆——我备战高考的经历 高考前夜 高考父母必读



王伟营

编著

中国人口出版社

这是你的第一选择但不是唯一选择

GaoSan JingYan

高三经验

王伟营 编著

→ 来自北大状元的报告

中国人口出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

高三经验: 来自北大状元的报告/王伟营编著. —北京: 中国人口出版社, 2004. 2

ISBN 7-80079-928-X

I. 高… 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 (2004) 第 003655 号

高三经验·来自北大状元的报告

王伟营 编著

出版发行 中国人口出版社
印 刷 北京业和印务有限公司
开 本 850 × 1168 1/32
印 张 32
字 数 600 千字
版 次 2004 年 3 月第 1 版
印 次 2004 年 3 月第 1 次印刷
印 数 1 ~ 10 000 册
书 号 ISBN 7-80079-928-X/C·230
定 价 48.00 元 (全三册)

社 长 陶庆军
电子信箱 chinapphouse@163.net
电 话 (010) 83519390
传 真 (010) 83519401
地 址 北京市宣武区广安门南街 80 号中加大厦
邮 编 100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

从这里结束，还从这里开始。

这里没有方法，但有心的体验。

这里没有哲理，但有心的感悟。

这里没有秘密，但有心的交流。

这里没有奇迹，但有心的期待。



状元金榜

- 王 璇：2003 年全国高考天津市文科状元
罗佳媛：2002 年全国高考内蒙古文科状元
刘小溪：2002 年全国高考天津市文科状元
徐舒扬：2001 年全国高考浙江省文科状元
张 晔：2001 年全国高考内蒙古自治区文科状元
谢 希：2001 年全国高考贵州省理科状元
赵旭丹：2001 年全国高考河北省理科状元
赵 翔：2001 年全国高考宁夏理科状元

- 冀梦珏：2001 年全国高考青海省文科第二
余向荣：2001 年全国高考浙江衢州市状元
崔少旭：2001 年全国高考河北省衡水市状元，省文科第二
李格丽：2001 年全国高考山东胶南市文科状元
顾林枝：2001 年全国高考江西上饶市文科状元
宋天奇：2001 年全国高考内蒙古通辽市状元
彭 聪：2001 年全国高考湖北襄樊状元
陈 波：2001 年全国高考福建漳州状元，省理科第二名
李雄明：2001 年全国高考甘肃省文第四名
陈 珍：2000 年全国高考西藏自治区文科状元



杨长湧：2000 年全国高考山西省文科状元

张 舒：2000 年全国高考福建省理工科状元

黄 洁：2000 年全国高考浙江诸暨市状元，省文科第四名

陈楸帆：2000 年全国高考广东省汕头市文科状元

杨 华：2000 年全国高考北京市顺义区文科状元

张 力：1999 年全国高考四川省理科状元

赵 琰：1999 年全国高考河南省理科状元

任羽中：1998 年全国高考四川省文科状元



目 录

3 + X 备考秘笈

世界就这样公平.....	(003)
“3 + X 文科综合”备考必读.....	(013)
我是怎样走进高考的.....	(033)
给正在努力的你们.....	(041)
回首高三.....	(053)
只要你相信.....	(063)
迎战高考——论如何进行考试.....	(075)
关于我的高中.....	(083)
一家之言·抛砖引玉.....	(091)
与你同行.....	(103)
也谈我对高考复习的认识.....	(111)

3 + X 备考心态

从这里结束·从这里开始.....	(121)
从七月走来.....	(131)
穿过森林就能采到鲜花.....	(145)
高三再回首.....	(157)
我在北大.....	(167)

那段日子·那种心情	(175)
我的高中生活	(187)
高三感悟	(193)

学习方法总述

决战高考:从每一个细节着手	(207)
备战高考:最后冲刺阶段	(219)
态度决定一切	(229)
足迹	(235)
理科的学习方法	(245)
我的读书经验	(253)
曾经的记忆	(261)

感受高三

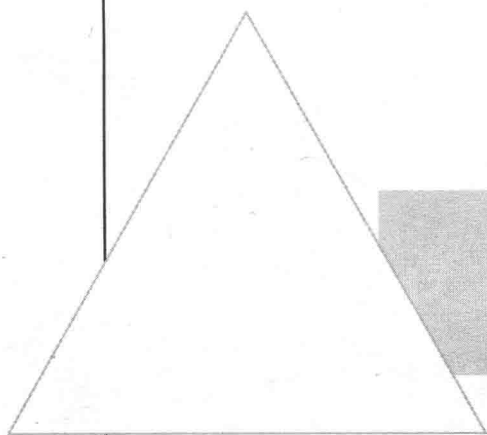
走过	(273)
回顾所来径·心情盈路飞	(281)
关于高中学习的随笔	(289)
经过高三	(303)
我的高中时代	(311)

高考父母必读

关于父母·关于朋友	(315)
高考父母必读	(317)

3 + X

备考秘笈





世界就这样公平

姓 名：陈珍

系 别：北京大学法学院 2000 级学生

状 元 榜：2000 年全国高考西藏自治区文科状元

毕业学校：江苏省泰兴中学

其 他：获斯羽西奖学金、曾任院学生会秘书长

此为试读，需要完整PDF请访问：www.erontongbook.com



世界就这样公平

陈 珍

不断被翻出的 20 年的回忆其实平淡如水，外省小城中一个偶然“幸运”的孩子。如果这也是弥足珍贵的，就是其中有真实美好回忆的简单，大漠平川上碧海绝壁的梦想，和坎坷前行中战士的心路历程。

这样的回忆便成了引人入胜的风景。

世界就这样公平。

它属于：

敢于为梦想创造条件的人。

我并不是想标榜自己的状元身份，只是，我曾经和许多比我更优秀的状元们探讨过，希望一点有限的想法能够对大家有所裨益！

我并不是想强调自己的与众不同，只是，多了几分坎坷，总会多几分味道，有限的经历也许会让大家明白我也能行！

依稀中，初中只是一个很纯真的年代，有青涩的喜欢，无忧的玩闹，追梦的天真，……

不否认，同大多数朋友一样，我是在以升学率为目标和宗旨的中学里度过了我的初中！记得上初中的第一个周末，除了课业老师布置的作业，班主任还布置了一大堆足以将我淹没的作业。刹那间，我的眼泪夺眶而出，这就是我向往已久的初中吗？好在有老妈的帮忙，尽

管我没有依班主任之规定，却依然能够交上一份家长签字单滥竽充数。就这样，初中生活揭开了序幕！

说实话，从上学的第一天起，母亲就给予我最大限度的自由，几乎从不过问我的学习，只要我能在学期末交上一份对得起自己的成绩单就行了——也许这就是妈妈从小教会我的第一点，要对自己负责！很不幸的是，开学没有多久，我就遭遇了一场滑铁卢之役——英语测验 69 分，是全班倒数第 10 名。也许我是可以为自己找点理由：比如班上几乎所有的同学都在小学毕业的暑假里上过英语班，课本早就学过了；比如英语老师很忙，讲课都是匆匆忙忙的……但任何理由都很牵强，无法掩盖我的失落！第一次遭遇这样的分数，足够打击我了——这也足够证明我的心理不够坚强（或者说这是很多自小就学习好的孩子的通病），这也成为我以后的学习生活中的隐患！

我不知道母亲是怎么看待我这次分数的，但她还是像以前一样，并不过问太多，要让我自己面对失败，即使我已经哭得淅沥哗啦。理所当然，从那以后我给予英语一定的重视，但实际算起来大家都是初学，哪有什么经验可谈，所以所谓的英语学习方法就是从那时起开始摸索的，而且我个人认为自己摸索的学习方法最可贵最有效！最初的学习是很恍惚的，有心要学好，却不知道该如何学习，我只能按部就班地做作业，复习背诵英语课文——直到期末考试前夕，我心里依旧很不踏实。哪里知道，就靠我的“按部就班”，“认认真真”，期末考试我成为年级最高分，我乐了！原来英语是如此简单，也就是从那时起我的英语让我真正有了自信！一直到中考，我的英语都是这么简简单单过来的，真的！

我不是很喜欢我的语文老师，尽管我是语文科代表。语文老师姓丁，是刚从师范学院毕业的小青年，上课时只会根据《教学参考》照本宣科，很是枯燥无味。结果，整个初一时期我们班的语文成绩都是全年级最烂。第二学年起，换了个新的老师，属于循循善诱的那一种。从那时起，我们开始接触大量的课外读物，不过可不是什么世界名著那一类，都是一些杂志！要说起来，很多家长当时都反对孩子读杂志的，



来自北大状元的报告

诸如《少年文艺》、《青年文摘》，还有什么《故事报》，但那时在家长的眼里，老师的话不可不信，所以乐坏了我们这帮孩子。说来也挺神奇的，我们的语文水平突飞猛进，到学年终我们班的语文成绩高居榜首。其实，在今天看来也就理解了当时老师要我们多读书看报的涵义了，目的有三：增加词汇量，提高阅读理解能力，拓宽写作思路。想明白了，一切也就简单了！

说起来很惭愧，我总觉得自己缺乏物理思维，几乎是学物理才一个月，我就放弃了，直至上高中选择了文科才算结束了物理的痛苦生

涯。不过上了大学之后与很多理科朋友谈起物理时，倒是听取了不少经验，在这里与大家分享一下。比如解决一道物理大题，可以根据如下程序进行：

1. 积极主动地融入题中。如果题目讲的是两小球碰撞，首先要设想出情境：怎样把两个小球放在平面上，然后让两个小球碰撞；假如是个杯子掉在地上，当然是把杯子扔下去了；

2. 把一个复杂的大过程分解开来。一个物体在一道大题中往往经历了许多种状态变化，比如说一个小球



北京大学的前身——京师大学堂，成立于1896年，这是当时的校匾

A board inscribed with "Metropolitan University", the name given to the predecessor of Peking University founded in 1898

在加速运动状态下突然碰撞的题，就一定要分解成加速运动和碰撞两个过程，才能为进一步解题打好基础；

3. 给相应过程找相应公式。学习物理一定要熟练掌握公式，不仅仅是背下来，还要透彻地想明白其物理意义，并且能够还原到原物理环境中。这样，在看到一物理过程时，才能迅速找对相应公式；

4. 找到各个过程之间的联系量。这个联系，可能是时间，也可能是速率，等等；

5. 最后一步，细心代入物理量。

说透了无非是要重视思考的过程。有句话说的好：世界是物质的，物质是运动的，运动是有规律的，规律是可以被认识的。物理不就是研究物体运动规律的科学吗？所以学物理一定要掌握好物理规律，而物理规律的表现不就是公式吗？因此记牢物理公式，尤其是对推导公式的过程了如指掌，那就万事大吉了。

——阳光并非无处不在，角落的阴影也终究不会永存。角落中的小草总是最顽强的生命，即使身处角落，也顽强地渴求一线阳光。一株小草况且如此，聪慧的人类又怎会被一时的冷落所压倒？试着观察路边萌芽的野花和小草，你会发现它们是那么的执着。在黑暗中蛰伏了一个冬天之后，无论它们将面对的是坚硬的土块，亦或沉重的碎石，哪怕会遭到无情的践踏，生命的尊严最终会战胜生存的困境。将自己当成一棵小草，你就会发现其实自己很有力，而周围的环境要比你想象的好得多。

又是一个学年过去了，该文理分科了：我在前面强调过我很头疼物理，所以，没有余地的，我选择了文科！初进文科班，一派新鲜景象，姹紫嫣红，莺声燕语，好不热闹——我心中一喜，觉得这是个不错的开端！可没多久，我开始怀疑我选择文科是不是错了？期中考试我的政治居然只有 60 分，尽管总排名不错，但政治也太离谱了。另外，历史小考我也能经常不及格——实在是头疼！看着班长还有科代表的



优秀高分，很是羡慕！没有办法，我只能厚着脸皮向他们讨教几点经验。现在就把它展示如下：

经验之一：通过地理位置来简化记忆是一个行之有效的方法。下面六句话就叙述了二战期间希特勒最初侵占的国家：

东占奥捷波，北上占丹挪，西卢荷比法，南下匈保罗，控制南希后，望过莫斯科

对于一段时间内连续发生的事件，其时间先后顺序往往容易被颠倒。因此，需要运用口诀、图表等特殊方法做个大致的概括以加深印象！

经验之二：可以做一些类似下面的题目来刺激思想潜力：

- 比较中国共产党在各历史时期的土地政策并予以评论；
- 分析辛亥革命与国民大革命的异同并分析其历史原因；
- 论述法国大革命与 1848 年法国革命的差异背后历史发展进程的复杂性；

道理很简单，一道看似平常的题目包罗万象，内含千秋，完成一道比起单纯的记忆效果当然要好得多！

经验之三：政治是一个紧扣时代脉搏的科目，“时效性”是其最大的特点。政治贵在“原理应用于实践”，如下是比较实用的五步答题法：1. 原理；2. 对原理适当解释；3. 摆出实例；4. 理论套用于实际；5. 总结。要记住政治采用“绝不放弃”的原则，不会答也得说上几句。

以上看似仅仅是简单的小技巧，小方法，但实际上很有效，不信你试试看？

说话间，我们已经到了高三！高二的那个暑假我一直很惶惑，因为暑假里我遇到了大我一级的师哥。炽热的阳光下，他一脸的灿烂，我知道：他如愿以偿进了北大；而我呢？没有他满腹的自信，也没有他骄人的成绩——我又能怎么样呢？在那一刹那，我有了危机感！在暑假剩下的日子里，我整日惶恐着，怎样也无法平静思绪去做一些真正有益的事情——诸如学习之类。就这样，我进了高三。略去不谈高三的具体生活，通过与朋友的交流以及自己的体会，我具体地分析一下

高三!

原则上，高三可以分为以下几个阶段：首次抉择；储备战资；冬练三九；疲劳4月；模考5月；走进6月；考场上见！

“首次抉择”指的就是文理分科。文理分科的时间因地区而异。我是在一进入高二就进行了文理分科，原因想必大家已经知道了，我不喜欢物理！事实上，很多同学选择文理的原因不是特别复杂。和我有点类似，要么是不喜欢某一门功课，要么是某一门成绩不好，还有就是根据家长老师的意见！文理分科，家长老师的经验不可不听，他们是过来人，或多或少积累了相当的社会经验；但同时

我们也要在一定程度上遵从自己的意愿，没有必要简单地服从家长的命令——诸如“理科将来最吃香”之类。最关键的一步是我们要发现自己所擅长的内容，这就需要坚定以下两个步骤的原则：

一、照镜子。意即要对自己有一个比较客观的评估。不但要照上半身，全身都要照到；不仅要照自己的优美之处，更要将身上的暗疮、暗斑全都发现。不能仅仅简单地看主要科目的成绩与名次排列，重要的是要对这些数据所反映的真正实力有清醒的认识，尤其不能太过乐观！

二、挑婆家。照完镜子后，知道了自己的长处与短处，我们对自身的客观情况可以作出一个清醒的评估。有人认为理科在大学毕业后就业面广，就匆匆选择了理科，结果反而给自己背上了一个沉重的包

