

高考状元

考进清华大学，不再遥不可及！

到百年名校里，接受名教授们的言传身教；
跻身华罗庚、钱学森、杨振宁、李政道之列，
成为他们的校友！

将你人生最美好的求学岁月，在清华园定格；
将清华园盖章在你的人生履历上……

三招圆你“清华梦”！

柴云龙 良石◎编著

不要以为三招太少，岂不闻“一招鲜吃遍天”？

不要觉得三招太浅，道理浅显，却是字字珠玑！

不要轻言三招没用，它是过来者经验的结晶！

三招教你 上清华



柴云龙 良石◎编著

高考
状元

三招教你
上清华

图书在版编目 (CIP) 数据

三招教你上清华 / 柴云龙, 良石编著. -- 北京:
海潮出版社, 2013.4

ISBN 978-7-5157-0338-1

I. ①三… II. ①柴… ②良… III. ①高中生 - 学习方法②高等学校 - 入学考试 - 经验 IV. ①G632.46

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第316821号

书 名: 三招教你上清华

作 者: 柴云龙 良 石

责任编辑: 张 莉

封面设计: 回归线视觉传达

出版发行: 海潮出版社

社 址: 北京市西三环中路19号

邮政编码: 100841

电 话: (010)66969738 (发行) 66969751 (编辑) 66969746 (邮购)

经 销: 全国新华书店

印刷装订: 北京毅峰迅捷印刷有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 16

字 数: 180千字

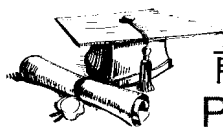
版 次: 2013年4月第1版

印 次: 2013年4月第1次印刷

ISBN 978-7-5157-0338-1

定 价: 28.00元

(如有印刷、装订错误, 请寄本社发行部调换)



前言 Preface

三招圆你“清华梦”！

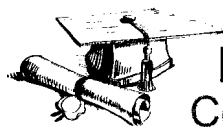
拥有百年历史的清华大学，一直都是莘莘学子梦寐以求的学府，亦是全国优秀人才的聚集地，可以说，上清华基本预示着你已经是中国青年中的佼佼者。然而，要实现这一目标，我们必须先迈过“高考”这道坎，它虽是一场“没有硝烟的战争”，却比真正的战场更为残酷。也许，有些人拥有强大的实力；也许，有些具备良好的习惯；也许，有些人对待学习勤奋刻苦……

然而，他们的成绩始终都无法达到理想状态，为什么会这样呢？因为我们没有掌握学习的诀窍！面对高考，在千军万马的“备考军团”突如其来，我们难免会方寸混乱；在这一场特殊的成人仪式中，我们会不自觉地发生些改变；在这个人生的重大转折点前，我们会不由得紧张。对此，我们大可不必惊慌失措，只要获得了学习的技巧、良好的习惯和端正的态度，这些都不再是难事！

其实学习可以很简单，三招就能让你上清华，翻开本书便是你要的答案！

本书从方法、习惯、心态三个方面入手，以上百个历届状元的精彩案例，揭示高考成功的秘诀，让读者学会三招制胜的技巧，拉近自己跟清华大学之间的距离！同时，该书还为读者深入剖析了学习中的重点、难点、关键点，以帮助广大学生总结有效的学习方法、学习习惯和学习心态，而书中贴心的文字也更易让读者接受，令他们能够快速吸收，成功踏入梦寐以求的清华校园！

最后，希望本书能助莘莘学子一臂之力，早日实现自己的“清华梦”！



目 录 Contents

[上 篇]

好方法出好成绩，学习其实没那么难

对于大多数学生而言，学习并不是一件容易的事，但看着那些成绩优异者如囊中取物般学习，他们才恍然大悟：原来学习是需要技巧的！显然，在同一所学校上同一个老师的课，学习方法的不同才造成了如此的差异，其实只要掌握了学习中的各种技巧，我们就会发现：学习并没有想象中的那么难！

第一章 课前早做准备，有备才能够无“患”003

为什么总跟不上老师？——学会预习，掌握学习的主动权 004

哎，课本好难懂啊！——借助外力，用参考书激发思维 006

看重点就行了，省时间！——全面过一遍，基础知识也很重要 010

我5分钟就能看完课本！——要研究课本，不只是看看而已 013

怎样才能充分利用教材呢？——善用目录，抓住知识脉络 015

怎么复习没效果啊！——量身定做，了解高三复习的各个阶段 018

高考了，高考了！——安抚情绪，抓住考前10分钟 020

糟糕，忘拿准考证了！——减少失误，做好考前准备 023

第二章 紧抓45分钟，保持高分“零距离”027

我总记不住知识点！——别忘了“好记性不如烂笔头” 028

上课跟不上趟啊！——抓住上课节奏，思路跟着老师走 031



老师讲课也太快了点吧！——听课要记重点、抓难点	034
老师，我来回答这个！——紧跟老师步伐，集中课堂注意力	037
上课总是分心怎么办？——抛去杂念，充分吸收课堂知识	040

第三章 课后巧补漏，将知识“一网打尽”043

我今天学到了……——课后勤复习，巩固课堂知识	044
这么多科怎么学？——学会构建自己的“知识大厦”	047
尖子生总能考第一！——不妨主动向高分同学“取经”	050
周末能休息一下了！——不能忽视课外学习的重要性	053
这题我怎么一错再错？——查漏补缺，建个错题集	056
笔记还要筛选？不用吧！——课后翻看笔记，“筛”出知识重点	059
问这个会被人笑吧？——不懂就问，装懂只会越学越差	062
复习还要计划啊？——温故能知新，做好计划是关键	065
笔记还要整理？浪费时间！——街上接下，及时整理课堂笔记	068
他的方法不错，可以照搬！——绝不盲从，追求最佳复习效果	071
这题没见过啊，怎么办？——善用“题海战术”提高成绩	074
学习需要检验效果！——课后巧检验，让成绩“飞”得更高	077

[中 篇]

好习惯伴好学生，优等生是这样炼成的

每一个学生都渴望成为优等生，成为老师眼中的培养对象，成为同学心目中的榜样，但优等生却不是与生俱来。他们在学习的过程中，摸索出了一个又一个良好的学习习惯，才令自己的学业逐渐走向辉煌。因此，我们应当从现在开始，努力培养良好的学习习惯，将自己磨炼成一名好学生！

第四章 高效学习，将每分钟都用在刀刃上083

奇怪，他总有空学更多！——利用时间，学会“合理抢跑”	084
----------------------------------	-----

哈，早晨背课文真有效！——抓住每一个学习的巅峰时段	087
我学到凌晨都考不好！——制订学习计划，要忙在点上	090
为什么每次检查都会出错？——打好草稿，提升学习效率	093
公交没来，看看英语单词先！——善用零碎时间来学习	096
这应该打“星”号！——出奇制胜，以另类复习法提高效率	098
我就喜欢向高难度挑战！——巩固基础，不浪费时间钻难题	101
该干些什么呢？——回家复习要安排好考前一星期计划	104
赶紧吃完写作业！——养成良好的作息习惯，为高考“加满油”	107
最后的时刻到了，我拼了！——不打时间战，要打效率战	110
第五章 积极进取，哪怕每天只进步一点点	113
别催了，马上去学习！——变“要我学”为“我要学”	114
嘿嘿，偷个懒没事！——天才在于勤奋，知识都是攒来的	117
烦死了，不学了！——引发学习欲望，爆发潜力的小宇宙	119
我今天有哪些不足呢？——累计进步，每天反省自己的学习	122
今天就复习物理吧！——系统复习，学会总结知识要点	125
我要考全班第一！——提高自身要求，激发自己的求知欲	128
思路正确啊！怎么错了呢？——解题时，要强化三种意识	131
烦人的化学，先丢一边吧！——纠正偏科恶习，全面吸收知识	134
复习？该学的都已经学了！——步步为营，不放过最后一击	137
第六章 注重细节，抓准考试的每一个关键	141
小测验而已，不用太重视！——小考试里也有大智慧	142
时间紧迫，赶紧答题！——考试要高分，答题有技巧	145
按顺序作答也有错？——争分夺秒，合理安排答题时间	148
郁闷，每次都考这点分！——学会“挤”分，掌握应试新技巧	151
终于答完题了，交卷！——有技巧的检查能“捞”回不少分	154



晕,我怎么会犯这种错误!——小问题往往才是大错误	156
哎,功亏一篑了!——小心,别被意外“绊倒”在考场上	159
我想,我想,我再想!——灵活应对考试中的“记忆短路”	161

[下 篇]

好心态有好机遇,走进清华不再是梦

多少学生曾梦想走进清华,成为清华人,成为钱学森、华罗庚、钱钟书等名人的校友。但是对于很多人,这终于只是一个梦。因为种种原因,他们最后与清华擦肩而过。相信这对所有曾梦想着清华的人,都已经成为了他们生命中极大的遗憾。同学!你是想让它成为一个梦,还是成为现实?只要我们能保持信心、决心与恒心,那么,走进清华大学便不再只是一个梦!

第七章 你的心有多大,离梦想就有多近.....167

上清华?谈何容易!——自信者总能先一步成功	168
都怪我太笨了!——告诉自己,你并不比尖子生差	171
糟糕,这道题我不会做!——别让恐慌成为你的敌人	174
这么难的题,我解不了!——刷新旧观念,重塑自己的信心	177
今年一定能做得更好!——肯定自我,迈过“高四”之冬	180
又考砸了,还学个什么劲!——看淡成绩,增强学习的信心	183
考不好怎么办?——突破心理障碍,用信心赶走紧张情绪	186
高考也不过如此嘛!——放平心态,考试都是“纸老虎”	189

第八章 拿出豁出去的气势,谁都拦不住你.....193

哎,考多少是多少吧!——树立目标,才能勇往直前	194
这种学习方法挺好,但.....——什么都别想,现在就去 做	197
放学留校,一定要弄懂这题!——下定决心,做好吃苦的准备	200

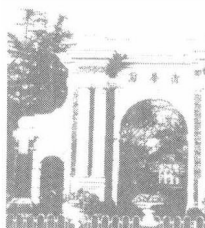
怕什么，没什么输不起的！——狭路相逢常常勇者胜	203
考不好没什么大不了的！——将挫折当阶梯，不断进步	205
怎么懂了又像没懂！——克服“高原效应”，保持前进的脚步	208
不想背书！我只做题！——抑制冲动，不做脱了缰的野马	211
平时考试？应付一下就行！——要把每次“演习”都视为生死战场	213
别烦我，正学习呢！——调整考前心态，化“压力”为“动力”	216

第九章 从没有失败，只有暂未抵达的成功.....219

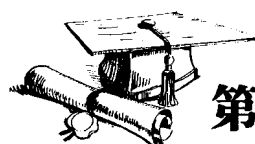
算了，离分数线差得太远！——失败的原因往往是不能够坚持	220
我一定要学好英语！——坚强的学习意志是前进的发动机	223
越学越差，还是放弃算了！——成功只属于自强不息者	226
天天考试，都麻木了！——高考需要斗志昂扬的面对	229
都怪这次试题太难！——与其抱怨，不如积极分析原因	232
哎，离目标还差很远啊！——降低目标，让成绩提得更快些	235
我真是差劲，又没考好！——模拟考试的成绩并不代表实力	238
学习太辛苦，坚持不住了！——其实，学习也能“苦中作乐”	241

上 篇

好方法出好成绩， 学习其实没那么难



对于大多数学生而言，学习并不是一件容易的事，但看着那些成绩优异者如囊中取物般学习，他们才恍然大悟：原来学习是需要技巧的！显然，在同一所学校上同一个老师的课，学习方法的不同才造成了如此的差异，其实只要掌握了学习中的各种技巧，我们就会发现：学习并没有想象中的那么难！



第一章

课前早做准备，
有备才能够无“患”



为什么总跟不上老师？

——学会预习，掌握学习的主动权

对于任何一位学生而言，课前预习都是高效听课的充分必要条件！

2007年，李同学在高考中一举夺得了高考理科状元的称号！

李同学在高中的学习中，不断摸索出属于自己的一套学习方法，在谈到自己的成功时，他也将这个助自己一臂之力的学习方法，分享给了那些学弟学妹们，他说：“我的方法很简单，那就是主动去学习！我在平常的学习过程中，非常注重预习，从高一开始，我就养成一个习惯，每一课在老师讲之前，都要先预习一遍，自己把功课的基本信息搞透，高考往往考察的就是基础知识。”

也许，有些同学认为预习没意思，是在浪费时间，反正老师上课会讲。但李同学却有不同的看法，那就是课前不预习，听课效率肯定会不高，而且学习效果也会不好。因为有许多知识，我们往往不可能一次就能认识清楚，需要多次反复地领会，才能有深刻的印象，他觉得预习往往比复习更为重要，他的学习方法显然不是说出来，而是他有经过实际的实验得出来的。

李同学曾经做过这样一个试验：预习后听的课，到晚上躺在床上，还能较完整地回忆起上课的内容，因此，复习工作只要躺在床上用脑子进行就行了；如果没有预习就去听课，课后只能记得一些大概，如只记得一个公式，至于这个公式是如何推导、如何证明的，还有上课讲的例题等就印象不深了。

最后李同学得出了自己的结论：预习可以说是提高听课效率的重要一环，课前做了充分的预习，对所学新课有了整体的了解，对新课要讲什么，重点是什么，难点是什么，心中有数，听起课来顺理成章。这种主动预习的学习方

法，让他在高考中大放异彩，也让他进入了梦想中的清华大学！

其实，许多同学都有这样的疑问：预习的内容不是都在课上讲了吗？我真听课就好了！那么，有没有预习是否关键？答案显然是肯定的，预习是非常重要的学习环节之一，能让我们明白什么地方是对旧知识的复习和梳理，什么地方是对新知识的推理和扩展；哪些知识已经掌握，哪些知识点还不熟练……找出疑难点，做到心中有数，上课时带着问题听课，学习效率会提高很多。

预习最大的好处是有助于形成学习的良性循环，可激发出我们的求知欲，使学习活动变得更加积极主动，在这种心理状态下听课，精力自然就会集中到新课的重点、难点和疑点上，而听课时亦会目的明确，主动去思考，再经过老师的讲解、指点与启发，我们对知识的领会便可以进入更高的境界！

► 招式锦囊

大家同样是在预习，有的学生跟得上老师的进度，有的却始终跟不上。所以，我们要学习提高预习效果的技巧，对此，下面的几点就一定要做到：

预习两遍效果更好

预习两遍，可以考察自己在不同的时间里，对同一问题是不是有不同的看法，再来听老师的讲解就会深化两次。时间间隔以一天为最好，在时间充裕的情况下可提前查阅资料，对将要讲的知识做到心中有数，也能增加学习的信心，如果时间较少，也可以大概地学习，但绝对不能一无所知，冒冒失失地就去听课。

灵活安排预习时间

根据每天的空余时间，来制定预习的科目及每科的时间，要保障所选择的重点学科，课前预习一般在20分钟左右，时间多时预习可以充分些，钻研得深点，闲时可以多搞一些阶段预习和学期预习，闲时“向前学”是优等生的经验。

预习要持之以恒

有的同学经过一段时间的预习后，感到学习成绩并没有明显的提高，就想放弃预习，这是不可取的，因为学习成绩与多种因素相关，只有在搞好预习的



同时，也搞好其他学习环节，才能取得满意的结果。另外，预习的质量也有一个不断提高的过程，因此，预习不能浅尝辄止，持之以恒方能奏效。

要防止两个极端

两个极端一是指预习过粗，流于形式，达不到预习应有的目的；二是指预习过细，以至于上课没什么可听的，甚至打乱了整体计划，影响了其他学科，虽然有收效，但时间利用得不经济，效果不佳。所以，这两种方法都不可取。



对于孩子来说，预习是一种有效的学习方式，能提高课堂的效率、改善学习的效果，从而给高考复习增添一副强有力的臂膀，所以，在日常生活中，父母要监督孩子进行预习，并且，还要提醒孩子多寻找一些高效预习的方法，父母也可以平时多留意一下这方面的内容，从而为孩子的学习出一份力！

哎，课本好难懂啊！

——借助外力，用参考书激发思维

参考书是参透教材的好帮手，它能让课本知识系统化、脉络清晰化！

毕业于温州中学的曾同学，是一名高三的备考学生，在距离高考不足三个月的时间里，他除了注重课本上的基础知识外，还将时间与精力分散到了参考书上，只不过，他跟那些购买了大量参考书，走“题海”路线的同学有所不同，他追求的是参考书的“质”，而不是“量”，每天的晚自习之时，他都会从参考书里精心挑选一些习题，然后结合教材上的知识点做好课前预习。

其实，刚进入高三时，曾同学并不懂得借助外力来预习，但随着课本知识的逐渐深入，他已经无法吃透书本上的重点与难点了，那一刻，他清楚地认识到了自己的不足之处，为了啃下那一块块“难啃”的骨头，他开始寻找能跟教材紧密结合的各科参考书，然而，要做到这一点并不容易。

要知道，每一年关于高考的参考书都非常之多，其中不乏良莠不齐、好坏参半的书籍，于是，如何选择适合自己的参考书，成了摆在曾同学面前的一道难题！为了解决这个难题，曾同学决定从最基础的出发，那些脱离教材、知识泛滥、题型较偏的参考书，他一概不纳入自己考虑的范围之内。

最后，曾同学通过对参考书的研究与分析，很多课本上的知识点都迎刃而解，从那以后，他便将参考书当做了学习的好帮手。随着时间的慢慢推移，曾同学对参考书的各种功能也了如指掌，他没有盲目地跟从大流，采用“题海战术”的学习策略，而是借助参考书来激发自己的思维，以帮助自己克服学习上的困难，他的学习也逐渐得心应手、游刃有余了。

终于，曾同学以优异的成绩，获得了清华大学的自主招生名额！

当学生进入高三以后，随着时间的逐渐缩减，知识难度的不断加强，有些人在面对课本时会感觉青涩难懂，此时，我们会努力做好课前的预习以及增加课后的复习，却唯独忽视了参考书的作用。要知道，绝大部分的参考书都是围绕课本知识来编著的，我们何不借助它的力量，更有效的做好课前预习呢！

其实，参考书是我们参透教材的好帮手，亦是做好课前预习的一种有效手段，它能起到查缺补漏的作用，让我们将课本知识系统化、脉络清晰化，同时，书中所选的例题、解题方法大多都是经典，还可以提升我们的解题能力，更重要的是，在参考书的帮助之下，我们的思维也能更加发散，学会举一反三！

► 招式锦囊

在课题预习时，参考书的作用不言而喻，然而，怎样有效地去利用它，却需要一定的技巧，对此，下面的几点建议，也许能给大家一些提示：



慎重选择自己的参考书

在现实生活中，不少同学常常会广撒书网，购买大量的参考资料，殊不知，这种做法就大错特错了，每个人都有自己的学习习惯与模式，唯有找到适合自己的参考书，才能获得以上那些有利的因素，否则，不但浪费了时间与精力，也很难起到吸收和消化课本知识的作用，更激发不了我们的发散性思维。

因此，我们必须慎重选择自己的参考书！一般来说，老师作为复习资料的书籍，我们应将其标为精读的重点，它显然是课堂知识的精髓所在；而对于其他的参考书，我们要根据自己的预习时间与计划，进行有针对性的选择。唯有如此，我们才能有效地借助参考书，来达到做好课前预习的目的！

学会在卡壳时及早抽身

很多同学在使用参考书时，常常会执著于某一个知识点或某一道题，殊不知，这是一种不正确的学习方法，虽然我们要解决预习时遇到的困难，但并不表示我们就可以白白浪费自己的时间，而应当在适当的时候选择放弃，将精力迅速投放到下一个知识点之中，以充分利用自己的宝贵时间，提升效率。

所以，在阅读参考书时，如果在学习的过程中越来越不确定，觉得收获不大或题型怪异的时候，便应当及早地抽身而出，而不能抱着愚公移山的决心，硬着头皮坚持下去，此时，我们完全没有必要保持必胜的心态，也无需固执地认为这就是关键，毕竟我们的时间有限，后面还有很多知识在等着我们。

要注重知识的不断积累

不可否认，参考书的确对课前预习很有帮助，但预习的效果不可能即时可见，而是需要长期的知识积累，才能反映在我们的成绩上，因此，在日常的学习中，我们不能只沉迷于参考书的“数”，应当以“效用”为自己追求的目标，唯有这种不断积累的方式，我们才能形成一定的题感与练出一定的速度。

对此，当我们觉得所有的参考书都差不多，并且内容大同小异之时，就应该总结一下自己所学的知识，对其进行系统化的梳理，不能再一味地埋头做题了，否则，无论我们做再多的习题，收获也会越来越小，最后导致花了时间却在做无用功，此时，我们可以适当减少参考书的量，以提高自己的预习效率。