



中小學生成長成才智慧路
家庭教育方式方略經驗談

成才之路

延安考入全國著名大學高才生及其家長訪談錄

王榜文 編著

三秦出版社

中小學生成長成才智慧路
家庭教育方式方略經驗談

成才之路

白金瑞 

延安考入全國著名大學高才生及其家長訪談錄

王榜文 編著

三秦出版社

.....

图书在版编目(CIP)数据

成才之路/王榜文著,一西安:三秦出版社,2008.9

ISBN 978—7—80736—416—0

I.成… II.王… III.①中学生—学习方法—高中②高等学校—
入学考试—经验③中学生—家庭教育 IV.G632.46 G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 119215 号

.....

成 才 之 路

王榜文 编著

出版发行 三秦出版社(西安市北大街 147 号)

电话(029)87205106 邮编 710003

各地新华书店

印 刷 延安日报社印刷厂

开 本 889×1194 1/32 开

印 张 13.5

字 数 350 千字

版 次 2008 年 9 月第 1 版

2008 年 9 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978—7—80736—416—0

定 价 65.00 元

版权所有 侵权必究 印装错误 负责调换

顾 问

- 郝 飏 中共延安市委常委、宣传部部长
冯继红 延安市人民政府副市长
张芳斌 陕西省地方志办公室副主任
高随祥 中国科学院研究生院院长助理、博士生导师
张四清 美国哈佛大学教授、中国厦门大学“闽江学者”特聘教授
王殿军 清华大学教授、清华大学附中校长
付绥燕 北京大学空间物理与应用技术研究所所长、博士生导师

特邀编审

- 肖中强 中共延安市委宣传部副部长、延安日报社社长
白生瑞 延安市教育局局长
王世明 延安市地方志办公室主任
张润海 延安市教育教学研究中心主任
吴 静 延安市招生办公室主任

特邀副编审

(按姓氏笔画排列)

- | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 王忠义 | 王成山 | 白树岗 | 白耀旭 | 冯世平 | 刘春生 |
| 刘阳平 | 刘高行 | 吕立军 | 张树林 | 武彦俊 | 姜 涛 |
| 郝代斌 | 贺建海 | 高树亮 | 郭志文 | 郭登宝 | |



序

XU



学习有方 成功有道

在知识经济迅猛发展的当今时代，科学、知识、人才已成为人们共同追求的价值取向，每个学生都想考入自己理想的大学深造，每位家长都想使自己的孩子成为优秀人才。进入新世纪，越来越多的国外一流大学渴望选拔中国优秀中学生，美国、英国等欧美国家在中国大陆提前录取新生的世界知名高校不断增加。2006年12月28日，中国青少年研究中心公布的“中日韩美四国高中生生活意识比较研究”调查结果认为，中国学生最渴望成功，最关注学业和国家事务。在学业和行为规范方面，中日韩美四国学生都非常看重学习成绩及未来前途，而中国学生竞争压力更大，比其他三国同龄人更重视学业。“励志照亮人生，学习改变命运”已经成为当今社会每位学生和家长的头等大事和第一要务，建设一个学习型的家庭，将是21世纪知识经济社会最有发展前途的家庭。

中国心理学会副会长、北京师范大学发展心理研究所博士生导师林崇德认为，提倡素质教育，丝毫不排斥



英才教育。社会主义现代化建设需要各类各层次的人才，卓越的人才、特别是大师级的人才的数量与质量将决定着中国在 21 世纪人类发展史上的坐标位置。纵观古今中外名人名家成功历程，横察各行各业杰出英才奋斗经验，几乎无一例外地告诉人们：学习有方，成功有道。近几年来我国高校持续扩招，使高考的竞争发生质的转变，从能否考上大学转变为能否考上重点大学或著名大学。而且，现行的高考与过去相比有很大的改进，不仅考查学生对书本知识理解和掌握的程度及分析问题、解决问题的能力，而且考验学生的智力、体力及心理等方面素质。可以说，当今社会青少年成长所面临的社会因素比以往任何时候都要复杂，新的世纪家庭及孩子都面临新的挑战。

美国哈佛大学心理学博士、中国香港城市大学教授岳晓东认为：“现在社会普遍关注的焦点是学校教育，父母更多的考虑也是学校教育，忽视了他们自己才是真正的基础教育，才是决定孩子命运的关键。”虽然越来越多的家长都对自己孩子的未来充满希望，十分重视家庭教育，舍得为孩子做一切；虽然越来越多的中小學生也十分重视学习与考试，一切为了考好大学，但是失败的家庭教育及问题孩子仍然在不断增加。有的家庭，孩子与父母严重对立，以至到了无法相处下去的地步；有的家庭，孩子懒散厌学，自暴自弃甚至自残，家长苦不堪言；有的家庭，孩子上网成瘾，痴迷于虚拟世界，逃课辍学，早恋浪荡，家长束手无策，心急如焚；有的家庭，

孩子为了上重点考大学埋头读书，废寝忘食，但学习效率不高，考试成绩不佳；有的家庭，父母为了孩子的学习与进步全力以赴，甚至达到了不顾一切的程度，但结果是事倍功半，甚至事与愿违；有的家庭经济条件优越，孩子平时学习成绩也不错，但由于家长给孩子施加的压力过大，导致孩子与父母反目成仇，甚至酿成悲剧。

《成才之路——延安考入全国著名大学高才生及其家长访谈录》一书的作者，就是针对解决当今社会广大中小學生及家長面臨的學習與考試、家教與成才等重大問題及困惑，不辭千辛萬苦，跑遍全市各縣區城鎮及部分鄉村，采訪調查、收集整理、總結研究了近十年來我市部分考入全國著名大學高才生學習志趣與方法及其家長家教的成功經驗，篩選了我市部分著名教師及優秀教育工作者有關中小學生學習方法及技巧、應試心態及策略等方面的優秀論文，經過潛心考究和精心編撰，付梓出版，以便廣大青少年學生及家長學習效仿、借鑒運用。

通覽全文，我心潮澎湃，萬分激動，既為延安的莘莘學子不凡的志向與才智而感到驕傲，也為他們及其家長崇尚科學、追求理想、奮發向上、銳意進取的精神所感動。《成才之路》是一部幫助廣大青少年學生樹立遠大志向、培養優良學習習慣、掌握高效學習方法、提高學習成績的勵志書，是一部幫助廣大中小學生家長豐富家教知識、更新家教觀念、掌握家教方法、提高家教水平的工具書，是一部存儲延安優秀人才翔實信息、輯錄全國著名大學在延安錄生情況的資料書。《成才之路》令學子增信心、立常志、獲方法，成



才有望;使家长增爱心、正自身、得经验,教子有方。

总而言之,《成才之路》是一部值得一读、不可多得、开卷受益的好书,是广大青少年成才和家长教子的良师益友。为此,我欣然应邀作序,将此书推荐给大家,以飨读者。

延安市人民政府副市长 冯继红

2008年5月6日

前言

QIANYAN

延安是中华民族的发祥地,也是华夏文明的摇篮,具有悠久的历史 and 灿烂的文化。历史上,延安曾为世界文明和中国人民的解放事业做出过重大贡献。而今,改革开放的大潮,又使这块古老的土地迸发出前所未有的活力与光彩。1977年恢复高考制度以来,圣地延安紧随国家教育改革步伐,力革延安教育落后面貌,培育了一大批中华栋梁,从学界精英到哈佛教授,从政界领导到文坛巨匠,桃李的踪迹在神州遍及、海外飘香。

为了集中展示延安英才的风采,鼓舞延安莘莘学子,与时俱进,开拓创新,在全国各地、世界各国建功立业,大展宏图;激励新一代延安青少年及家长,学习和效仿前贤成功经验,尊师重教,博学笃志,奋发向上,再创辉煌,打造延安人才品牌。我们历时3年多,走访了全市13个县区城乡180多名高才生家长,对他们在家庭教育方面的成功经验和体会进行了面对面的访谈。并通过拜访、信函、电话、网络等方式,访问了部分高才生性情志趣、学习复习及高考等方面的体会与心得,以及毕业后的大学生、研究生就业情况。每次访谈都是在激动而热烈的气氛中进行,鞭策



我们决心早日把《成才之路》付梓面世,为新一代青少年及家长提供详实可信的方法和经验,使更多身边的孩子成为家庭的龙凤、国家的栋梁。

因篇幅所限,本书入编人物标准是:在1995~2006年全国高考中,考分高出当年一本录取分数线100分以上、品学兼优、被录取到全国著名大学重点专业学习的高考学生,或是考分高出当年一本录取分数线100分以上、德智体全面发展、提前录取到全国著名军事院校重点专业学习的应届高中生。对个别接近入编标准,而且在选择学校和专业方面或家庭教育方面具有突出借鉴意义的高考学生也予以入编。并经收集整理、考订筛选、分析研究收编了我市部分著名教师及优秀教育工作者有关中小学学生学习志趣及方法培养、应试心态及能力训练方面的文章。

为了便于广大读者阅读,本书入编人物按照惯用县区顺序排列,凡出生地与生活地不同的按生活地归属。文章随人物编排,并设【锦绣家庭】篇,将兄弟姐妹双双考入全国著名大学的集中在前编排。入编人物学习、生活照由本人或家长提供,其它图照由编者摄制。入编文章作者在标题下署名并在文后注明作者单位、职务及荣誉。未署名文章,均属编者根据访谈内容及感受整理记述。入编的有关资料由编者在阅读报刊杂志过程中精选整理。

本书主体内容采用中小学生的教科书字体,名称运用、时间表述、数字书写一律采用出版物的行文规范,文风力



求严谨、朴实、简洁、通俗,力戒渲染、臆测、空泛、冗长。

本书采编工作要求赤诚、潜心、吃苦,编撰内容要求真切、感人、实用,由于编者水平所限,可能存在不少错误和疏漏,敬请广大读者多提宝贵意见。

王榜文

2008年5月1日

目 录

MU

LU

锦绣家庭

刘佳 刘乐

家庭教育才是决定孩子命运的关键 (3)

曹军生 曹晓霞

学习效率决定学习成功 (8)

李田 李越

英语学习漫谈

——写给即将升入高一的新生们 李学德(13)

张建红 张建芳

我的学习心得 (19)

用热情创造未来 张保定(21)

王琦 王强

爱国爱家爱子,重德重智重体 刘延丽(26)

王云杉 王丹

怎样学好物理 白耀旭(31)

齐文静 齐振民

素质较量键者胜 (37)

南春子 南凯



- 春天里的一朵小花 屈锋(42)
家庭要注意培养孩子崇高的理想信念 李艳琴(46)

宝塔区

魏秦歌 刘龙波

- 第一任老师 刘照生(50)

钟忻 冯晋涛 李蓉 武延军

- 学好英语“五字”法 (56)

贾瑞 刘晓鹏 田波 石静 惠建峰

- 也谈学习方法 (63)

白亮 车小红 王春燕 郝小夏

- 瞎管教,不如不管教——中小学生家长八忌 ... (69)

韩蓓蓓 段军 沙晶晶

- 选择专业,就是选择人生 (74)

刘琦 候忠艳 张娜 白鑫

- 家庭教育“十要”、“十不要” (81)

刘鲁波 陈蒙 张茜

- 享受你的青春 (86)

冯光 张炜 曹江

- 学好数学之管见 白月琴(93)

马旭

- 家庭教育十法 杨士杰(97)

刘岚 陈伟 贺涛

- 好习惯成就人一生 王栋民(106)



邵磊

孩子成长成才之我见 邵剑鸣(115)

马蕾 冯晓林 周扬

学习小窍门 (121)

韩晓琼 高慧

优秀的惯性 (125)

王星 李菲菲

心理健康教育不容忽视

——高三复习中的几点体会 呼丽芳(130)

高文涛 米文博

那晚,去长安一中练琴 (135)

罗腾 刘超

论考试战术 (140)

白丽 张腾

圣地骄子

——记 2005 年全国高考延安市理科状元张腾

..... 芦书苇(144)

白楠

让孩子在宽松和谐中放飞理想 ... 白小平(149)

曹睿 刘沫

春风化雨,水到渠成

——我在实施家庭教育中的一点体会 刘光胜(156)



强蔷 赵亮

欲学会求知,先学会做人

——写给中学生的心里话 赵忠民(163)

井维维

“高分低能”是个伪命题 老井(168)

吴起

郝晋升 郝晋级 曹宏瑞 宗浩

家庭教育,误区种种 (174)

侯光霞 刘延涛 蔺建邦 高新雅

家庭教育的主要内容和原则 杨士杰(182)

彭化

志丹

郭晓敏 边海梅 沈双莉 李丽

学好英语之最 (196)

李文静 柴扬 曹妮 郭倩

父母应如何引导孩子学习 杨耀宁(202)

子长

刘静 马耀东 杨斐 封帅

考试最科学 封营杰(212)

石浩 韩帅

心灵的抉择 (218)

孙普



延 川

任东强 党蕾蕾

期盼与现实 党清平(226)

杨莉

论家庭教育与孩子成才 杨国俊(230)

冯国星 贺鑫

我的家庭教育做法 贺安庆(236)

张袁 刘文兴 刘江

“三心”化春雨,温馨育春苗

——家庭教育工作点滴体会 樊秋平(242)

王锐 贺凡凡 白楠

家庭教育工作的几点体会 白树岗(251)

高三情趣 田野(256)

延 长

郝景山 张英 何芳

家庭教育对孩子健康成长的影响 ... 吴春莲(263)

李涛涛 雷飞龙 樊卿

学习生活感想 (271)

陈权伟 张明 呼伟

再富不能富孩子 白延霞(276)

甘 泉

杨峰

学习数学的体会 (280)



高文伟 马纪敏 余知朴

考前饮食“五要” (285)

郝亚洲 王潇翔

富 县

师锋军 左新强 陈兴

儿子的清华之路 白淑梅(291)

张文钰 李博 张宏亮

如何面对高考英语 马崇灵(299)

陈麒 雷杰 魏巍

高考成功的体会 (307)

范喆 宋智杰 樊柳莹

孩子闹别扭,家长怎么办? (312)

陈婧 李晨光

洛 川

赵鹏军

培养良好的学习习惯是提高自学能力的关键
..... 张毅(317)

张文鹏 史田野 马峰 王国雄

坚强与爱心铸就的辉煌 许亚琴(327)

屈昕 刘磊 张蓓 王云彬

情导个性,悉心教诲 陈芳琴(336)

车路宽

如何应对高考