



大学校园题材丛书

我们 是这样 考上清华的

——清华学子自述成功之道

■ 志 鹏 / 编

高考是目前高等院校选拔人才的主要方式，如何在有限的时间内提高复习效率，如何在高考中发挥最佳水平，如何填报志愿等等，每一位考生和家长都十分关心。为此，我们策划出版了《我们是这样考上清华的》这本书，本书的作者大部分都是去年参加高考，并且成功考进清华的天之骄子。他们以各自的切身体会和现身说法回顾高考，畅抒己见，各授“锦囊”，不吝倾心，希望令莘莘学子“借镜饱读，各得收益”。

兵器工业出版社

THE PICK PEKING UNIVERSITY

QINGHUA

我们这样考上清华的

志鹏 编

兵器工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

我们是这样考上清华的/志鹏编. - 北京:兵器工业出版社,2001.6

ISBN 7-80132-971-6

I. 我... II. 志... III. 中学生—升学参考资料
IV. G632.46

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 26474 号

出版发行:兵器工业出版社

责任编辑:周宜今

责任技编:程开丽

社 址:100089 北京市海淀区车道沟 10 号

经 销:各地新华书店

印 刷:北京鑫洪源印刷厂印刷

版 次:2001 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

印 数:1-3000

封面设计:李 栋

责任校对:孙 朦

责任印刷:王京华

开 本:850 × 1168 毫米 1/32

印 张:13

字 数:200 千字

定 价:22.80 元

(版权所有 翻印必究 印装有误 负责调换)

前 言

高考是目前高等院校选拔人才的主要方式，如何在有限的时间里提高复习效率，如何在高考中发挥最佳水平，如何填报志愿等等，每一位考生和家长都十分关心。为此，我们策划出版了《我们是这样考上清华的》、《我们是这样考上北大的》两本书。本书的作者大部分都是去年参加高考，并且成功考进北大和清华的天之骄子。他们以各自的切身体会和现身说法回顾高考，畅抒己见，各授“锦囊”，不吝倾心，希望令莘莘学子借镜饱读，各得收益。

本书分复习冲刺、考前调整、7月闯关、填报志愿和名师指导五大部分，从高考的全过程关心与指导高考考生，使考生顺利决胜高考，圆一个大学梦。本书通过北大、清华学子们的亲身体验和名师的谆谆指导，告诉你一个面对难题如何支解它的好主意，理科生应如何克服文科上的弱项，文科生怎样战胜理科的难题，以及正确的复习方法和复习进度。另外，全书讲述了目前最新的各科复习和应考经验；指导考生临考身心调整及科学安排复习与休息；指导考生志愿填报，慎重作好人生第一次选择；介绍高校注重通俗易懂、信息量大、实用性强，使中学生一册在手，就能搭上通向大学校园的直通车。

这本书对广大中学生来说，无论经验还是方法，读来都是

十分有益的。文科见长的学生可以从《我们是这样考上清华的》一书中学到理科能人之所长；理科为志的学生能够从《我们是这样考上北大的》一书中汲取更利于自身消化的营养。

进入 21 世纪，我国高校合并与改革步伐加大，从 2001 年起高考将发生较大的改革，“3 + X”将在大范围实施，高考政策将有较大变化，因此，我们十分注重吸收最新的信息，反映“3 + X”高考改革精神，在内容上与高考改革同步。但考生们除参考本书所提供的信息外，还应密切关注我国的高考改革与高等教育的变化。

又是一年的高考即将来临，又是一个靠你自身努力来实现理想的终生难忘的 7 月。稳定自己，加倍努力，我们都相信：

你一定能够成功！

本书在编写过程中，得到了北大、清华同学们的大力支持，同时也参考了一些相关资料，在此一并表示衷心感谢！

编者

2001 年 5 月 1 日

目 录

一、复习冲刺

自我剖析	隋树森/清华大学 2000 级考生 (1)
题海战术也不错	任二北/清华大学 2000 级考生 (5)
学海无涯苦作舟	王季思/清华大学 2000 级考生 (11)
走过去, 前面就是清华	
.....	张 庚/清华大学 2000 级考生 (17)
条条大路通罗马	郭汉城/清华大学 2000 级考生 (21)
绝不弃权	蒋星煜/清华大学 2000 级考生 (27)
“补课”工程	齐森华/清华大学 2000 级考生 (30)
能拿的分数决不丢	叶长海/清华大学 2000 级考生 (32)
高效率地学习	万云逵/清华大学 2000 级考生 (36)
养成严谨的习惯	王双启/清华大学 2000 级考生 (37)
切勿盲目乐观	方智范/清华大学 2000 级考生 (43)
“自力更生”与“引进外资”	
.....	田守真/清华大学 2000 级考生 (45)

一份自信在胸	朱建明/清华大学 2000 级考生 (50)
用坚强注释生命	刘知渐/清华大学 2000 级考生 (56)
找出适合自己的最佳揉和点	
.....	熊志远/清华大学 2000 级考生 (60)
更上一层楼	周奢华/清华大学 2000 级考生 (64)
树立明确的目标	吴书荫/清华大学 2000 级考生 (72)
高屋建瓴	刘旭皆/清华大学 2000 级考生 (77)
志当存高远	刘国华/清华大学 2000 级考生 (78)
做好“三大工程”	刘 军/清华大学 2000 级考生 (79)
要善于驾驭和指导自己	
.....	张人和/清华大学 2000 级考生 (81)
处理好五种关系	罗方华/清华大学 2000 级考生 (88)
提高复习的有效性	李毓珍/清华大学 2000 级考生 (90)
我的复习心得	范民声/清华大学 2000 级考生 (94)
“超级学习”复习法	万 钧/清华大学 2000 级考生 (99)
把握命题的重点	王学奇/清华大学 2000 级考生 (102)
抓住关键,突破难点	邓小军/清华大学 2000 级考生 (107)
提高创造性思维	陈亚波/清华大学 2000 级考生 (110)
有效地使用课本	史 乘/清华大学 2000 级考生 (117)
复习点津	殷艳美/清华大学 2000 级考生 (120)

二、考前调整

平淡对待高考	邓乔彬/清华大学 2000 级考生 (123)
心态加干劲	刘 辉/清华大学 2000 级考生 (124)

不要自暴自弃	邝素军/清华大学 2000 级考生 (128)
正视竞争	文 辉/清华大学 2000 级考生 (129)
保持心态平衡	李 彬/清华大学 2000 级考生 (131)
以平常心迎接高考	何喜元/清华大学 2000 级考生 (134)
给自己一点心理暗示 ...	羊春秋/清华大学 2000 级考生 (138)
风物长宜放眼量	张燕瑾/清华大学 2000 级考生 (143)
顺其自然	周巩平/清华大学 2000 级考生 (145)
丢弃自卑的心性	林昭德/清华大学 2000 级考生 (147)
制定精密的战术	周传家/清华大学 2000 级考生 (150)
一颗平常心	马欣来/清华大学 2000 级考生 (152)
小心马失前蹄	王昆吾/清华大学 2000 级考生 (154)
树立正确的态度	叶长海/清华大学 2000 级考生 (158)
不怕输才会赢	师 飙/清华大学 2000 级考生 (163)
大功将成勿松懈	傅任达/清华大学 2000 级考生 (168)
进入高考节奏	周 全/清华大学 2000 级考生 (171)
给自己的身体加油	鲁旭鸿/清华大学 2000 级考生 (172)
分秒必争	宋光祖/清华大学 2000 级考生 (179)

三、7 月闯关

梅花香自苦寒来	高建中/清华大学 2000 级考生 (184)
集中优势兵力	谢真元/清华大学 2000 级考生 (190)
握住“手中之雀”	霍松林/清华大学 2000 级考生 (194)
闯过“黑色七月”	徐培均/清华大学 2000 级考生 (200)
享受高考	胡世厚/清华大学 2000 级考生 (203)

直视自己的缺点	赵 鸿/清华大学 2000 级考生 (204)
青春无悔	鲜述文/清华大学 2000 级考生 (210)
寻找最佳状态	夏克武/清华大学 2000 级考生 (213)
减少怯场心理	黄宝华/清华大学 2000 级考生 (222)
激励斗志	李玉彬/清华大学 2000 级考生 (224)
考前考后	韩希白/清华大学 2000 级考生 (227)
坚持到底	刘跃辉/清华大学 2000 级考生 (230)
排除杂念	宋 雨/清华大学 2000 级考生 (232)
养兵千日, 用兵一时 ...	刘赵峰/清华大学 2000 级考生 (237)
加强自我暗示	黄新桃/清华大学 2000 级考生 (238)
保持最佳心态	文莲元/清华大学 2000 级考生 (240)

四、填报志愿

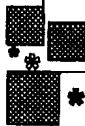
向希望冲刺	丁文军/清华大学 2000 级考生 (245)
把兴趣摆在第一位	吴 军/清华大学 2000 级考生 (247)
不要盲从	徐 健/清华大学 2000 级考生 (249)
收获美丽的鲜花	葛慧波/清华大学 2000 级考生 (251)
正确估计自己的实力 ...	刘光明/清华大学 2000 级考生 (253)
不妨报报冷门	丰桂华/清华大学 2000 级考生 (254)
不要一时冲动	洪 光/清华大学 2000 级考生 (256)
做好定位分析	彭卫星/清华大学 2000 级考生 (260)
对专业准确定位	吴 伟/清华大学 2000 级考生 (267)
鱼和熊掌如何兼得	胡 卫/清华大学 2000 级考生 (270)

正确对待“热门”与“冷门”	
..... 张朝东/清华大学 2000 级考生	(274)
确定好重点志愿	李晓涛/清华大学 2000 级考生 (280)
安排好志愿的组合	陈东升/清华大学 2000 级考生 (289)
请求他人指导	李玉明/清华大学 2000 级考生 (298)

五、名师指导

抓住中低档试题	(301)
熟悉考场规则	(303)
提前到达考场	(309)
以纲为纲，以本为本	(312)
微观与宏观相结合	(316)
记忆 + 理解	(317)
全面复习	(319)
联系实际，培养能力	(322)
帮“新知识”安个家	(325)
让“厚的”变薄	(327)
把自己放在“背水一战”的境地	(331)
复习期间饮食巧安排	(333)
对自己的期望值要恰当	(336)
熟悉考场，早作准备	(338)
做时间的主人	(340)
备考要领	(343)
如何防止考前失眠	(348)

克服考场上的“克拉克现象”	(349)
妥善处理意外情况	(353)
防止“考场病”	(355)
考完一门扔一门	(362)
提高答题的准确性	(363)
精心填写志愿表	(366)
填报志愿的六大原则	(371)
不要受某次考试成绩的影响	(373)
避免“撞车”	(374)
沉着、大胆	(376)
该出手时就出手	(378)
如何根据体检结果选报志愿	(379)
首选专业，再选院校	(382)



一、复习冲刺

自我剖析

隋树森

一年以前，我也是作为一名选择了高考这条路子的高中毕业生，度过了这紧张而又不平凡的三天。幸运的是，我挤过了高考的独木桥，以不错的成绩跨入了心中向往已久的高等学府——清华大学。回顾高三的复习、考前的冲刺和考场上的奋战，我觉得自己有许多东西需要总结。我把自己在此阶段的一些得与失写下来，供将要参加高考的朋友们参考。

高一、高二期间，各科老师们一般都把高中需要掌握的东西讲的差不多了。因此，高三的主要任务是复习旧的知识，而非学习新的课程。这一段时间固然枯燥无味，但却十分重要。我认为只有思想上对其加以重视，而不是持“学过

的东西无味”的态度，才能充分利用时间，达到最高效率。

复习除了思想上要重视，还要讲求方法。时间上自己要安排好，自己要复习几个阶段，就为每个阶段配以合适的时间，如第一阶段需要多少天，第二阶段需要多少天，都要做到心中有谱。而每个时间段最好再分成若干个小区间，每个小区间内定一个复习内容，如这一周我要复习静力学，下周要复习动力学，这样才能有计划的前进，不会让珍贵的时间白白逝去。至于复习进度，我认为这要根据老师的教学计划来安排。老师们一般都有着丰富的经验，他们制定的复习计划往往比较合理、全面和有效。所以自己的复习进度应与老师的一致。不要落后，否则往前赶着去复习效果必然不好；也不要超前，超前了心理上往往产生这样一种想法：“老师现在讲的我已看过了，且都掌握了（这种“掌握”常常是自己对自己估计太高了，实际上并未真正掌握），听不听也无所谓。”这种想法会大大降低复习的热情，也会导致效率的下降。

从进入大复习到高考，设置三到四个复习阶段足矣。老师们一般安排两到三个阶段：第一个阶段是领着大家把课本细细地筛一遍，把各知识点连成线并成面，使同学们头脑中对知识层次结构的了解尽量清楚；第二个阶段是“以赛代练”，就是做大量的习题，巩固第一阶段所述重点，查缺补漏；第三阶段是“赛前热身”，就是适度做一些高考类型的卷子，像历年高考题一类的试题，使学生进入状态并给自己定位、建立自信去迎接考试。

第一个阶段，是完善自己知识结构、理清思路的重要步骤。高考再难，也脱离不了课本的范畴，所以对课本上的重点、难点就要一点一点认真抠，不要丢下一丁点儿疑问，因

为这被弃下的小东西很可能在今后的高考中造成失分，成为你遗憾的根源。另外，自己要学会总结，你可以在头脑中建立一棵知识树，复习了哪个知识点，就把它安放在知识树的合适位置上，用到它时就能及时方便的提取。当然，如果能把这棵“树”拷贝到你的复习本上以供参考效果会更好。要是温习课本过程中出现不明了之处，一定要问，问同学、问老师，他们的思维方式和理解方法很可能给你以启发。总之，就是要一步一步地走，把基础知识掌握好了，才能够“更上一层楼”。

第二阶段，主要是要熟悉解题方法，通过习题来加强对书中原理的理解。我觉得这一阶段时间里最重要的仍是总结、归纳。不要说数、理、化这些偏理方面的学科中，对某一类问题总存在着普遍可行的方法可以总结，就是在语文、英语方面也大有规律可循。通过做大量的习题，找出规律来。题做熟了，看见一道就有思路，那么目的也就达到了。题海战术对整个高中阶段来说并不好，但考试之前下一下“海”还是大有好处的。当然，这“好处”也是有前提的，就是下“海”要有目的，多观察，勤比较，并加以思考，不要盲目或被动地下“海”。老师们布置的题目多是典型题目，或可谓之“经典”题目，这自然要以十分的认真去完成，而自己也不妨找一些参考书做一下，而且最好这些参考书也按章、节、单元设置习题。这样就可点面结合，齐头并进了。这里我还要加上一句，就是参考书的选择要慎重。如果有兄长或姐姐为参谋最好，他们是“过来人”，自然有高己一筹的见解；或者咨询一下师兄师姐；或者直接找老师去问一下。一本好书做完了能够令你自己都感觉到有了很大的提高，反之则可能令你感到一片茫然，白白浪费了时间

和精力。

第三个阶段亦有其重要意义。高考的考场上，晕倒者不乏其人，这主要是考生心理方面的问题，适应不了考场紧张的气氛，从而心跳加快，血压上升。而第三阶段中就要虚设一种高考气氛，使考生能够适应它并承受它的巨大压力，发挥自己的水平。遇到不会的题目，不能轻松放过，要暗示自己：这是高考，每一分都决定着我的命运，不要轻易言败；当然也不能给自己施加这样的压力：“这道题我怎么不会呢，这是高考，决不放弃！”在这种模拟环境下，自己要不断调整心态，避免走极端，找到最佳迎考状态。并且，通过这一阶段的做题，自己应该能够找准自己的位置，了解自身的水平，这就不会因期望值（当然是自身的了）过高或自信心彻底被毁而在考试中发挥失常。水平高者不要骄傲自大，水平低者不要垂头丧气，只要能够立足自身，放手一搏，那么在高考中不要说发挥水平，就是超水平发挥也不无可能。

高三下半学期初，保送生名单基本就定下来了。被保送固然可喜，不被保送亦不必着急。有的同学看到不如自己的都纷纷被免试保送上了这样那样的大学，心中常产生一种焦躁情绪，甚至心态失衡。当年我就曾被这样的问题困扰。幸好我意识到这种心态有百害而无一益，及时调整了过来。希望面临同样问题的朋友们能够意识到这一点：高考是对自己的挑战，别人被保送了，是他们找到了捷径，自己没有捷径，并不证明自己无法接受挑战。只要继续以积极态度备考，自己同样能战胜高考，获得胜利。自己付出的努力是不会白白浪费的，高考就是收获的季节。忘掉他人，把目光盯在高考上，把精力放在复习上，才能摆脱困扰，丢掉焦虑，

大步地走下去！

一般各省、市在高考之前，或填报志愿前，都有两到三次的统考，然后组织老师改卷并根据分数在全市或全区范围内排定名次。这种考试的绝对成绩，即分数的意义并不很大，但其相对成绩，也就是名次则很有参考价值。说分数意义不大，是因为这些题往往偏难或偏易，致使整体分数偏低或偏高，故绝对成绩并不是很重要，而相对成绩则反映了考生在较小范围内相对水平如何。各省、市之间整体水平必然参差不齐，但根据往年统计，在统考中测出的考生水平大约能上什么类的学校，还是比较准确的。对考生及考生父母来说，填报志愿时亦有不小的参考价值。

而考试成绩的一个极为重要的影响因素就是临场发挥。统考结束，考生就应该进行一下自我剖析：自己是否考出了水平，是否以稳定的心态迎考，考试成绩过高或过低是否是由于超水平发挥或发挥失常造成的，这也是估量自己水平的重要依据。

题海战术也不错

任二北

很多人都很羡慕我。在他们看来，清华大学是一所高不可攀的学府，或许你也或多或少地有这种感觉。但我想说，不，那并不是高不可攀的。当你跨出初中的门坎而迈入高中

的大门时，你可曾想过，你也是许许多多同龄人羡慕的对象？你也曾经登上过对别人来说高不可攀的山峰，也许当时你惊喜，因为你刚刚上线；但我想，你们当中的多数人会认为：“我本来就可以上高中，所以没有什么大的感想。”那是因为你初中的努力，功到便自然成了。这便是我想说的第一点，也是我认为最重要的一点：自信。相信自己的能力，并付出相应的努力。

也许许多同学有种感觉，便是自己一直没有努力的动力。经常是好不容易下定决心要努力学习了，但没过多长时间便半途而废，又恢复到往常的状态，于是成绩老提高不了，久而久之便放松了自己。这是为什么？我想，这与他们心中的目标有很大关系。许多同学心中并没有一个明确的目标，甚至根本没有目标。目标的存在给人以动力，而实现目标的强烈愿望才是人学习动力的来源。我想对那些成绩不好的同学说，不要整天想着“考大学不是惟一的出路，天生我材必有用”。你作为一个高中生，本就应该考大学，难道你不想继续深造吗？当然，的确“考大学不是惟一的出路”这句话是对的，但并不意味着对一个高中生来说考得上大学与考不上大学影响是等同的，前者的路要比后者的路宽敞得多。所以你今后走哪条路，基本上就由你高中三年决定了（但并不是说高中决定了你一生），你又有什么理由不努力地学习呢？制定一个目标，努力地学习，当你尽了力，以后你才能无遗憾地回首你的高中生涯。这便是我想说的第二点。

以上两点，是我个人在高中乃至现在感受最深，也是我认为最最重要的两点——自信与目标。至于学习方法、经验等，因人而异，但一切都必须基于端正的学习态度上。我以