



大学校园题材丛书

我们就是这样 考上北大的

——北大学子自述成功之道

■ 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《我们是这样考上北大的》这本书，本书的作者大部分都是去年参加高考，并且成功考进北大的天之骄子。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

PEKING

THE PICK P

我们这样考上北大的

志鹏 编

兵器工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

我们是这样考上北大的/志鹏编. - 北京:兵器工业出版社, 2001.6

ISBN 7-80132-970-8

I. 我... II. 志... III. ①中学生—学习方法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(2001)第 26475 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》、《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，文科生该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试经验；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

学然后知不足	朱玉泉/北京大学 2000 级考生 (1)
保八争二	胡志高/北京大学 2000 级考生 (6)
培养良好的学习品质	符俊梁/北京大学 2000 级考生 (11)
给自己挑刺	陈力祥/北京大学 2000 级考生 (16)
消除厌学心理	何春雷/北京大学 2000 级考生 (20)
要稳扎稳打	李 虹/北京大学 2000 级考生 (22)
用时间乘以效率	胡鹏程/北京大学 2000 级考生 (25)
幸运的内涵	杨立雄/北京大学 2000 级考生 (28)
胸中有丘壑	金玉贻/北京大学 2000 级考生 (34)
持之以恒	师晓霞/北京大学 2000 级考生 (37)
切勿背道而驰	罗国萍/北京大学 2000 级考生 (43)
排斥死用功	刘 慧/北京大学 2000 级考生 (45)
固本、组块、扫盲	刘忠青/北京大学 2000 级考生 (49)
夯实基础, 发展能力	余敏辉/北京大学 2000 级考生 (52)
运用辩证唯物主义	孙佐务/北京大学 2000 级考生 (59)

在巩固的基础上求发展	
.....	叶耀宗/北京大学 2000 级考生 (61)
做好三个准备	惠晓红/北京大学 2000 级考生 (63)
要明确方向	阎国平/北京大学 2000 级考生 (64)
做到理解、综合、创新	
.....	俞 霞/北京大学 2000 级考生 (67)
注意横向联系	李 莉/北京大学 2000 级考生 (69)
明确考试目标	任晓荣/北京大学 2000 级考生 (71)
加强计划性	王 珏/北京大学 2000 级考生 (74)
做到复习中的“五结合”	
.....	邱胜遥/北京大学 2000 级考生 (77)
不练难题怪题	赵立光/北京大学 2000 级考生 (81)

二、考前调整

铺开一条平坦大道	李 寰/北京大学 2000 级考生 (87)
不犯同样的错误	朱元平/北京大学 2000 级考生 (92)
抛弃忧虑	周立伟/北京大学 2000 级考生 (94)
经历风雨, 方见彩虹	段 翔/北京大学 2000 级考生 (98)
避免发挥失常	杨 晖/北京大学 2000 级考生 (100)
摆脱焦虑	李小泉/北京大学 2000 级考生 (103)
人生能有几回搏	许 琼/北京大学 2000 级考生 (108)
走出高考炼狱	宋小蕊/北京大学 2000 级考生 (112)
变“要我考”为“我要考”	
.....	陈 波/北京大学 2000 级考生 (117)
激发备考的斗志	柳志远/北京大学 2000 级考生 (119)

- 不要自乱其心 朱 艳/北京大学 2000 级考生 (122)
- 积极地自我评价 蒋胜超/北京大学 2000 级考生 (124)
- 克服自卑 徐晓雄/北京大学 2000 级考生 (127)

三、7 月闯关

- 缓解对高考的恐惧 易 平/北京大学 2000 级考生 (133)
- 向“一”前进 张小璞/北京大学 2000 级考生 (137)
- 举重若轻 苏家杰/北京大学 2000 级考生 (141)
- 先苦后甜 吴山芳/北京大学 2000 级考生 (147)
- 没有硝烟的战争 赵 霞/北京大学 2000 级考生 (149)
- 量力而行 李 霞/北京大学 2000 级考生 (151)
- 我的高考经 李赵国/北京大学 2000 级考生 (156)
- 高考圆梦 祝为平/北京大学 2000 级考生 (159)
- 轻松做答 张文龙/北京大学 2000 级考生 (164)
- 了解自己的弱点 朱 力/北京大学 2000 级考生 (165)
- 我的教训 田 鸿/北京大学 2000 级考生 (169)
- 别指望超水平发挥 朱怀江/北京大学 2000 级考生 (173)
- 千万别对答案 张玲玲/北京大学 2000 级考生 (179)
- 胜败乃兵家常事 朱 米/北京大学 2000 级考生 (181)
- 通览全卷,沉着应战 ... 叶 圳/北京大学 2000 级考生 (186)
- 先易后难,从容解答 ... 顾永才/北京大学 2000 级考生 (189)
- 整体把握,力克难题 ... 曾国文/北京大学 2000 级考生 (191)
- 得分优先,巧配时间 ... 陈永发/北京大学 2000 级考生 (195)
- 卷面整洁,每分必争 ... 顾晓泉/北京大学 2000 级考生 (200)
- 补漏纠错,颗粒归仓 ... 张新元/北京大学 2000 级考生 (201)

掌握几种主要题型的解题技巧	贾敬刚/北京大学 2000 级考生 (203)
我的答题经验	王 虹/北京大学 2000 级考生 (214)

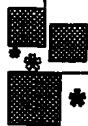
四、填报志愿

正确估分	杨文洁/北京大学 2000 级考生 (224)
赌实力和勇气	杜位娟/北京大学 2000 级考生 (225)
估分要领	李 铁/北京大学 2000 级考生 (227)
选好志愿的航标	熊 笃/北京大学 2000 级考生 (233)
看看别人, 了解自己	霍松林/北京大学 2000 级考生 (239)
善于收集信息	余立春/北京大学 2000 级考生 (246)

五、名师指导

做到心中有数	(255)
立足教材, 加强“双基”	(257)
提高实践能力	(261)
进行考前“热身赛”	(265)
了解命题老师的心理	(270)
走出记忆的误区	(273)
背过的知识需要适当复述	(276)
让大脑“积极遗忘”	(279)
睡前、醒后复习	(282)
以 50% 为宜	(284)
要善于表扬自己	(287)

从走路加快 20% 开始	(290)
扬长避短	(292)
发挥自己的最大潜力	(295)
别用紧张做借口	(299)
如何应对标准化考试	(301)
考场中的快速放松法	(306)
用积极思考克服不安	(311)
身心轻松进考场	(313)
相信你的“第一感觉”	(316)
考试中的适当技巧	(318)
把握发展方向	(321)
了解“行情”	(331)
洞悉不同行业的就业前景	(348)
明确你的战略目标	(381)



一、复习冲刺

学然后知不足

朱玉泉

跨进这所全国最高学府前后的感觉，自然是不同的。这是我来校半载之余由衷的喟叹和感悟。也许是因为这里学术大家荟萃，书卷气息浓郁，莘莘学子聚集。据一位文学史教授讲，在北大随便扔块石头便可砸倒一个诗人。与此话相似的一个传闻是在北大校园随手抓个路人，是硕士生或博士生的概率比本科生要大得多。仅凭这两个所传之说便可知一个极为侥幸进入北大的本科生能从心底迸发出多少感想来。此种感想，从某种意义上说就是经验或者教训。古训曰“学然后知不足”，可到了这儿，就单凭着这个气氛，恐怕你就感到太“知不足”了。

因为自己竟然跨过了那个千军万马争闯的独木桥，所以

①

感到庆幸，却又感到不安。便以此作为一点资本，介绍给学弟学妹们。

在这里，我想来谈一谈自己求学过程中的一些学习心得和一些或说经验或说教训的例子。

在此之前，我不妨对我的求学历程稍作叙述。至今我的整个学习生涯应该划分为如此两个阶段，从初中三年级断开。前个阶段，我在学业上是绝对的平庸，从未有过出众之举；后一个阶段似又应分出几个小些的阶段来，初三，也应该说是我这一生命运的一个转折点。我从刚入初三时的全班第二十多名成了中考时全校的第二名，当然这并非是什么奇迹，成功背后的汗水和泪水，便是奇迹的源泉。之后在县重点中学高一高二这一阶段，或许是由于环境的变迁还是青春心理的烦躁不安，使很大精力没有放在学业上，虽然学业还不算一塌糊涂，但已与初三之前的平庸绝无两样。后来的情感交迫，才使我恍然如梦初醒。“亡羊补牢，犹未为晚”，高三一年的苦战，终于胜利地跨过那根独木桥，侥幸地进入了这所百年学府。

也许有些读者看到上面一段话之后会心里有些失望：你说的那一套，恐怕早就过时了吧。总是讲辛勤的汗水会换来丰硕的果实，我也很刻苦，也从未虚度光阴，可我的成绩为何就不理想呢？

我想，这是一个方法和目的及动力的问题。我记得以前我们班有位女同学，学习特别刻苦。我那时的座位在她后面，她的情况我十分了解。她几乎是每天最早到教室，晚上又是最后一个离开教室，且三餐都在教室。可她的成绩总不理想。是她用的功夫不到么？这疑问显而易见不成立。是她

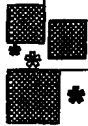
的天资不聪明么？不可能吧，现在不知有多少科学准备否定这个判断呢。那为什么呢？我想这首先是一个方法的问题。

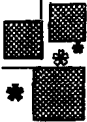
我就自己的亲身体验和对别人的观察发表一下自己的观点和看法。

关于医学上一些对人脑极限问题的研究，想必大家都有些了解。人脑的使用时间，也是有极限的，不能无限制地使用。尽管我们说“多用好使”，但有时还是会产生一些副作用的。作为面临高考的高中生来说，似乎只有从有限的时间中延长用脑时间来达到“临时磨刀”的目的。但这是不可能的。人，也要休息。记得高三进入紧张复习阶段的时候，我总是把文理两个不同的科目岔开来学习，看久了文史一类的书，换上一本数学，不但会让脑力得以调节，而且还会提高效率。这一点大家可以试着做一下。

谈到学习的目的，这似乎又让大家感到茫然了。为国家、为人民、为中华崛起，这对于面临高考的高中生来说似乎太渺茫了；为前程、为自己、为父母又羞于启齿。在我看来，现在的中学生，眼光还比较局限，不会像当年周恩来那样作出震撼人心的回答。倒不妨实事求是，就选出一个比较“俗”的目的，或者为了前程或者为爱情或者……甚至是光宗耀祖。这虽说出让人齿冷，但不失为一有效促进学习的动力。这一下，目的与动力联系起来。学习既然有了动力，再加上自己的努力，又如何不能成功呢。

对了，上面忘记了一点，这学习的目的不可定得太高，否则很难产生出动力来（当然，这只是我自己的看法）。况且，如果你进入大学之后，随着自己的知识面的不断扩大，情况还是要变化的。亦不必为自己的学习目的的“俗”感到难为情。我





举一个例子罢：我们宿舍就有一位从云南来的同学，他说他来这儿的原因是他极为向往霍达的小说《穆斯林的葬礼》中所描写的浪漫的燕园和迷人的未名湖畔。我不想说别的，我就想说他因为有了那种向往，才有了来这儿的动力，所以他现在才能来到这儿。因此，高考在即，立一个“目光短浅”的目的又何尝不可呢。

下面我再具体地谈一些我的学习方法。因为我是学文科的，在此也只有谈文科了。现在中学文科开设五门必考科目，尽管都为文科科目，但各科都有各科的特点，不可一概而论。

语文，我认为在高考中是不可轻视的一个角色。语文，说穿了就是一个积累功夫。但作为现在的高中生，很难在校涉猎到课本以外的知识。对于高一高二的同学来说，还是应趁着功课比较轻松，多看一些课外书，这对学习语文是很有帮助的，对即将面临高考的高三同学来讲，应细读教委颁发的教学大纲和考纲，抓住每一个知识点。尽管这有考“八股”之嫌，但我以为规定的那些知识点还是应该掌握的基础知识，不是可学可不学。语文学习还必须要有持之以恒的态度。日日如此积累，时间一长，收获肯定可观。

我再谈谈数学和英语，这两科在高考中往往是起主导作用的。相对于理科来说，文科数学的要求低一些。因此，抓好数学，对文科学生很有好处。英语自不待说。有句话说：“数学练，英语念，理化靠实验。”这不无道理。数学的练不言而喻，然而英语带有半文半理的性质，不但要练，还要念（背），又要会灵活运用，更重要的还是长期坚持。依我看，只要抓住了前两条，恐怕落榜的机会极小。

至于历史、政治，对文科来说，那就更为重要。学习历史，首先要抓住历史线索，提纲挈领，不可胡子眉毛一把抓。从生产力、生产关系、社会变革到国家之间、国内各阶级等一些概念入手，运用历史唯物主义来抓住事物的本质，从根本上解决问题。要善于思考各历史现象之间的本质关系，不可就事论事，泛泛而谈。政治，在中学的课程中分为三大部分：哲学、经济学、政治学，以经济学最为突出，在学习自然要权衡轻重，不可饥不择食。同时三者要兼顾，融会贯通，不可只观一点，不及其余。还要关心时事，用所学知识加以理解，并解释说明。史政这两科共同特点便是以基础知识为主，多看多练。

以上是我自己对各科的一点具体看法，但真正要取得好成绩，还是要把五科看得等同起来，五科在高考中是处于同等位置的。

下面我再说说高考心理素质问题，也就是应试心理。去年的时候我在报上看到过一篇关于复习生录取率为何低于同等水平的应届生录取率的问题的报导，其中最重要的因素就是复习生应试心理素质较差。这足见心理素质的好坏在高考中的作用。

但是据我了解，一些应届生也有心理素质差的问题，他们往往有一种对高考的渴望而又恐惧的心理。因为在他们眼中，高考是那么神圣和严酷。其实这是一种极不必要的心理。高考除了决定你是否进入高校深造之外，它与任何一次平时考试没有多少区别，然而关键就在这儿。我想建议大家不妨忘掉这个关键。学到心里只知道如何解答试卷上的题目，那么高考也就成了一只纸老虎了。尽管这种境界很难完

全达到，但这对高三的同学来说尤为重要。

记得我在那个时候，就把高考看得极为重要，似乎是高考不中，此生便是虚度，可后来进入高三最后冲刺阶段，我几乎已经“麻木”，脑子里不再有高考这个概念，只知发下考卷来就做，我的眼中只有我做不出的习题。到了高考的考场中，我自然是占了极大的便宜。顺便再举一例，我们高三文科班有一位平时学得很不错的同学，考试从未下第二名，在老师的心目中，他便是未来的状元，谁知后来高考时却损失惨重，最终被一个专科学校录取。这不能不说心理在作怪。

最后我再针对考试时的心理调节做一点介绍。应该提前10~20分钟到考场，尽量放松自己，保持头脑冷静。我在考试前，总是找一个比较清静的地方呆一会儿，理一理头绪，把下节该考的科目大概在头脑中过一遍。最后剩五六分钟时再进考场。我敢说我今年的高考成功，与我考前的心理调节是绝对分不开的。

保八争二

胡志高

在北大的莘莘学子当中，我的成绩并不算好，但毕竟经过三年苦读，毕竟参加过高考，总有一些经验、教训和体会，写下来，以供大家参考。

记得复习时，老师常告诉我们要“保八争二”，即保住80%的基本分，争取得到20%的有难度的题目的分数。老师常说，只要能保八，每科都得120，五科下来还是能得600分的，所以首先要保八，在其基础上争二，把八和二的关系摆好，以获得自己有能力得到的最好成绩。

由于同学们的水平各不相同，所以老师只能按一般水平进行复习，这就要求同学除跟着老师复习之外，还要有自己的学习计划。高三理科复习，一般有以下几个步骤：带领大家复习课本内容、练习题目、自由复习、答疑及押题性复习、第二次自由复习。下面我来谈一下各步骤中我认为所应做的。

在第一个步骤即复习所学内容之时，应再次全面了解所学内容，虽不必把整本书都背下来（也无此时间）但对于定义、注释等要点及其它出题点，要找出并且熟悉，看每一句时，都要想想：有没有可能从这里出题？如果有，就勾下来，记住它。一定要看得细，看得全，连书下注释的小字都不能放过。曾经有道化学题：“乙酸乙酯实验中，乙酸乙酯用95%酒精可不可以？”从必修本第二册课下注释中可找到答案。如果稍微粗心，漏过了，便很难答对。也许有人认为整本地背书只有两三分时觉得不值，但试问你做多少题能赌到两三分呢？不要轻视哪怕是一分，关键时刻它足以“致命”。对于寻找知识点我有以下建议，大家分别看书，将自己认为是重点的地方划下来，课下可以互相出题测验以互相交流，既互相补充不足，又加深大家的印象，这样就比较容易达到全面而又深刻地记忆。

在第一阶段的复习中，题目也是相当重要的，最好将原