

# 高考蝶变<sup>II</sup>

文科

高三姐 / 主编  
吉林人民出版社



### 高三姐

2013年毕业于长春大学汉语言文学专业，毕业后进入高三网（[www.gaosan.com](http://www.gaosan.com)），现为高三网主编，同时负责多个与高考相关的自媒体平台运营。

高三姐一直关注着高中生的生活和学习状况，十分了解高中生的心理需求和痛楚，其发布到高三网及旗下自媒体平台的文章，每年影响着几百万高考生。

2016年由其主编的《高考蝶变I》在一年时间内销量破十万，帮助那些在高中迷茫的学生重新找到了学习的方向，树立了信心。

责任编辑 / 崔 晓  
插图绘画 / 阿 久  
美术设计 / 侯 博 孙江雪  
装帧设计 / 子 羽





# 高考蝶变<sup>II</sup>

文科



高三姐 / 主编  
吉林人民出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

高考蝶变. II. 文科 / 高三姐主编. -- 长春: 吉林人民出版社, 2017.9

ISBN 978-7-206-14360-1

I. ①高… II. ①高… III. ①高考—经验②高中生—学习方法 IV. ①G632.474②G632.46

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第218120号

## 高考蝶变 II · 文科

---

主 编:高三姐

责任编辑:崔 晓

插图绘画:阿 久

美术设计:侯 博 孙江雪

装帧设计:子 羽

吉林人民出版社出版 发行(长春市人民大街7548号 邮政编码:130022)

印 刷:天津市豪迈印务有限公司

开 本:880mm×1230mm 1/32

印 张:10 字 数:200千字

标准书号:ISBN 978-7-206-14360-1

版 次:2017年9月第1版 印 次:2017年9月第1次印刷

定 价:39.00元

---

如发现印装质量问题,影响阅读,请与出版社联系调换。

湖南中医药大学 亦简

我是一个高中毕业生，从考大学无望到高考时以563分考入湖南中医药大学。在我最迷茫、无助的时候，我看到了《高考蝶变 I》这本书，自己仿佛经历了一个个的逆袭过程，曾经的他们就是现在的自己。读完他们的故事后，我不再茫然无措，而是清明开朗。愿所有的人都被世界温柔以待，心中的火永远也不要熄灭。

锦州医科大学 杨守源

在网上看到《高考蝶变 I》这本书是刚进入高三的时候，我高一、高二一直都是三百多分，到了最后一年复习时更是迷茫。但我从读这本书后总结出了适合自己的学习计划，经过280天的努力，我从三百多分到高考的484分，成功考入了锦州医科大学。到现在我还记得，高三姐每个清晨的QQ说说给了我一天的动力。

曲靖师范学院 紫羽

一个故事，温暖了寒冬，道尽了世间风景，也影响着我的的人生。在2016年高考结束后的假期，我一个朋友（《高考蝶变 I》其中的一个作者）给我寄了一本《高考蝶变 I》。那些动人心弦的逆袭故事深深地触动了我的心，它给了我很大的学习动力。语言是情感传达的最好方式，确实，该书完美地体现了这一点。我高考考了461分，逆袭了八十多分，现在就读于曲靖师范学院。在成长的路上，感谢《高考蝶变 I》给我的力量！

大连民族大学 黄宝林

在最迷茫、最无助的时候，是《高考蝶变 I》给了我前进的勇气，即使我没能像这本书中很多主人公一样创造奇迹，但至少它让我体会到了努力的成果！愿它能带给更多的人带来前进的勇气，至少不要留有遗憾就够了！！

… 天津大学 张二二

偶然买的一本《高考蝶变 I》给了我一个改变的契机，让我在高三最后的几个月里痛改前非，以一种几乎是疯狂的状态在学习。厌倦的时候，我就会打开这本书，看看前辈们的高考经历，并从中汲取再次前进的力量。如今我已进入大学，但依然非常感激这本书，是它给了一个回头的学子努力的理由和前进的动力……谢谢蝶变，愿你给更多的高考学子带去光明！

… 南京大学 逐

不得不说，是《高考蝶变 I》让我发现了逆袭黑马、找到了学习方法、恢复了高考斗志。我当时成绩只有四百多分，感谢《高考蝶变 I》改变了我的命运。让我得以从中下游中逃脱，最终考上了南京大学。不会忘记高三姐的那句至理名言：这世界上没有不适合学习的人，只是有人没有找到适合的学习方法罢了！

… 湖北民族学院 军无戏言

蝶变，似人生在经历磨炼后的重生，沉甸甸的重量，简洁的排版，让我有种莫名的激动。感谢《高考蝶变 I》让我在学习中领先别人一步，在书中我找到了努力的方向以及学习各科的方法，最终高考以524分的成绩考入了湖北民族学院。感谢《高考蝶变 I》！

… 浙江海洋大学 盛宝

我是在高三第一次诊断考试后接触《高考蝶变 I》的。那个时候，迷茫和焦虑充斥着我，我选择了放弃，当看完这本书后，我忽然明白了学习的意义，从此不再迷茫，并开始从书里面总结出属于自己的学习方法，然后不分昼夜地努力，最后我如愿地考上了浙江海洋大学。

## 序 言

# 这不是别人的逆袭故事， 你们每个人都是故事的主角

作为高中生，面对黑板上每天递减的高考倒计时，以及原地踏步的成绩，你是否觉得时间不够用、迷茫又或者毫无头绪，完全不知道该从何下手？

有的人在这个阶段自暴自弃，坐等高考的到来；而有的人却在这离高考区区几个月的时间里完成了人生第一次完美蝶变，考上了理想大学。

《高考蝶变Ⅱ》这本书，收集了60位考生的逆袭故事，每个故事并不像市面上常见的各种遥不可及的状元经验之谈。他们曾经和很多高中生一样，在班级中成绩平平，甚至是大家眼中的“学渣”，通过探索不同的学习方法并投入了百分百的努力后破茧而出，展翅高飞。

每一篇文章并没有华丽的辞藻，更没有矫揉造作，他们只是用真实平淡的文字记下自己无数个奋斗的日日夜夜。在书中，你可以看到他们的心路历程；可以看到他们最为有效的学习方法；更可以看到他们在高三这一年经历过一次次失败之后总结出的学

习经验。

《高考蝶变 I》于2016年上市后，得到了很多学生和家长的认可，一年销量过10万册，并且收到了很多有价值的反馈。今年的《高考蝶变 II》便是采用了大部分学生的建议，将书分为文科和理科两册，每册书收录了30位考生的高考逆袭故事。

在文科的故事里，有浙江高考改革的“小白鼠”，最终考入中国人民大学的同学；有在英语满分为120分的情况下考出117分好成绩的同学；也有通过自己的努力逆袭了二百多分，最终考入了四川音乐学院的艺术生同学……

在理科的故事里，有逆袭307分最终考入中山大学的同学；有从班级五十多名考入前三名，最终进入“211工程”大学的同学；有复读一年提高了98分考入中国人民公安大学的同学……

希望，看完这30篇高考逆袭故事后，你能和他们一样，放下所有的负担，争分夺秒地利用好后面的时光，书写出一篇属于你自己的高考蝶变故事。

Better later than never!



# 目 录

- 愿岁月无可辜负 陌蓓 / 2
- 成长过程中没有什么不可能 孤帆 / 12
- 揪心的玩笑与漫长的川音梦 吴彦橘子 / 22
- 你是你自己的英雄 一沐 / 34
- 以梦为马，不负韶华 亦简 / 44
- 我本将心向明月，明月终会跃沟渠 张长江 / 56
- 不努力，怎能力换狂澜 邵君耀 / 64
- 时光未老，勇敢奔跑 陌鹿 / 72
- 刺破黑暗，滴水成梦 王攀 / 84
- 风雨过后，终见彩虹 陈龙 / 94
- 金之在冶 越地散人 / 106
- 如果你见过梦想真正的样子 猫七 / 116
- 好运，不会眷顾傻瓜 罗小渊 / 128
- 永远不要质疑你的努力 随心 / 138
- 遗憾梦回高三 代潇潇 / 148
- 梦想的花装饰了高三的路 代一凡 / 160

高四，我用奋斗编织一场逆袭旅程 唐诗莹 / 170  
这一秒不放弃，下一秒就有希望 梁雅平 / 182  
奔跑吧，高三 木林森 / 190  
轻装上阵，厚积薄发 董易锋 / 200  
成功需要良好的心态加不懈的努力 心悦CX / 212  
时时点亮心中之光 墨竹 / 222  
只做怪物，不做普通人！ 凡人 / 234  
生活从来不会亏待努力的人 展展 / 244  
自是青春年少时，不负征途 李学召 / 252  
高考蝶变——你的能量超乎你的想象 杨小样 / 262  
你要成长，绝处也能逢生 啊默 / 272  
你的坚持，终将美好 军无戏言 / 284  
守得云开见月明 守明 / 294  
匆匆三年——时光不负有心人 勿忘心安 / 304



# 愿岁月无可辜负

文 / 陌菝

## 作者介绍

我是陌菝，毕业于道真中学，高考616分，考入安徽大学，曾经也有过考465分的迷茫，可我坚信那些用汗水浇灌的花儿终会开得惊艳，坚信自己有创造奇迹的能力，更坚持不到最后一刻，永不放弃。我知道闪耀的光环只能照亮一时，未来的路依然坎坷，一切从未结束，我的人生才刚刚开始。

七月的风，爽朗而不失浪漫，空气中虽夹杂着些许微尘，可还是让人感到很舒服。我曾无数次幻想着在这样一个季节踏遍祖国大好河山，去拥抱我爱的人，去做一切自己想做的事，现在都如愿以偿了。结局是美好的，可经历却被汗水和泪水所浸透。

记忆追溯到一年前，那个夏天是沉重的。当我们搬到了高三教学楼，当我们的班牌也变成高三×班时，我才突然意识到自己已经是高三的学生了。于是发誓这一年一定要更加努力，再不醒悟就来不及了。

有时候心理暗示真的很重要，开学的那段时间我比以往任何时候都要认真，因为一直在心里鞭策着自己要勇往直前，永不言败。



或许，我们的青春里都曾有过这样一段疯狂的时光，不为别人，只为自己；不求回报，只求无愧，然而自始至终都能坚持下来的却是少数。一个月后，我开始渐渐松懈了，逐渐退去了当初的满腔热血。

我深知自己不是那种聪明得让人羡慕的女孩子，很多知识并不是一学就会、一听就懂，既然如此，就要比别人更加勤奋，否则只会在这条路上渐行渐远，偏离原本的航道。

可我也不是那种天天看小说、打游戏，却能逆袭成功的人。我一直在按部就班地学习，也一直努力着，可成绩总是提不上去，总徘徊在班级二十几名。像我这种中等成绩的同学心里是最痛苦的，虽不是最后，可上升空间却有限，我心中的委屈和无奈便化作了几行泪水，很多时候我都是躲在被窝里偷偷地哭，因为不想让别人看到我这么脆弱。

你若痛苦难受，就大声哭出来吧！眼泪可以释怀很多，哭出来就会舒服很多，第二天依旧可以微笑着去面对。

我的高三有很多个片段都是靠着这样的内心独白支撑过来的，别人跟你说再多都没有用，必须要自己足够强大。

如果你真的很委屈，可以尝试着写日记，既不怕过激的言语伤害到身边的人，还可以一吐为快。整个高三，无论学习任务有多么繁重，我都坚持写日记，这个方法其实挺好的，至少可以时常提醒自己、鼓励自己，还可以借此练练笔，写作文的时候也就不难下笔了。

我是文科生，并没有什么很特殊的方法，唯有勤奋。学文的

孩子必须勤奋，除非你有过人的才华。

对于各科的学习，我的理念就是：语文多积累、数学不放弃、英语多刷题、政史地多背多看多动手，就是这么简单。

语文多积累。优秀的成绩并不是一朝一夕就能得来的，它需要长期的积累。我高一时就开始摘抄，遇到优美的文段就抄下来，这样可以运用到作文中，而且我还坚持每天掌握五个成语，到高三成语库也就充实了。

古诗文默写是最容易得分却又是得分率最低的，很多同学背得滚瓜烂熟，写的时候就错字连篇，为避免这种低级错误，你可以边背诵边默写，在草稿纸上多写写就不生疏了。

减少病句一是靠语感，二是靠练习，若语感不好就要多做题，病句也就几大类型，做多了就了然于心了。

数学不放弃。所有的科目中，数学是最令人头疼的，而我的分数也一直徘徊在六七十分，虽然已经糟糕到了如此地步，可我却从未放弃过，难的题可以放一边，但简单的就一定要拿到手，题做多了，你就会发现每一种题型都有它的答题思路，数学也就没有那么难了，这是我的亲身经历。我也很害怕数学，可高考不也及格了吗，所以无论多差，都请不要放弃它，坚持就会有希望。

英语多刷题。我的英语基础比较好，所以学起来很轻松，靠的就是做题，高考那段时间，我每天都会做一套试卷，错题找老师问懂后就整理在错题本上，没事的时候就翻翻，语法和改错就基本没什么问题了。

阅读理解更是需要每天练习，不要做太多，两篇就可以了。

完形填空我建议先整体浏览全文，然后选单词，最后做完再全文阅读一遍，有时会发现有的地方读起来不通顺，这样就便于修改。

作文其实很简单，实在不会的同学只要多背几个句型，不跑题，再尽量把字写得好看一点，就可以拿到18分了。

除此之外，英语最重要的还是背单词，这是每天的必修课，不管一天背10个还是20个，都必须背，单词是做题的基础。切记，背单词很重要。

文综多背多看多动手。政治要背，我每天下午都会抽出半个小时背书，当你政治、经济、文化、哲学生活都背熟了以后，就尝试着做框架，把每一个单元的大纲列出来，可以加强记忆，这是一个很好的方法，可以去试一试。到了最后阶段，还要多练选择题，无论是政治，还是历史地理，都要走这一步，不求多只求精，毕竟选择题占了文综一半的天下。

历史要看，其实历史背的内容不多，只要把中外的大事年表记熟就行了，但考试却考得很细，所以需要仔细看，无论是历史纵横，还是书下面的标注，都要仔细看，把历史书翻得破旧了，知识自然就到脑子里了。

地理说难也不难，说简单也不简单，就看你怎么学了，刚开始我没有找到正确的方法，学起来很困难，后来自己探索出了新的道路，地理成了优势科目。地理的内容很庞杂，特别是选择题，一道题会牵扯很多知识，这就需要多动手了，地形、气候、

洋流等等。这些都要动手画一画，大概知道它们的分布位置，做题的时候就很容易了。

非选择题就是套答题模板，比如让你分析自然因素，就要从地形、气候、水源、植被、土壤等方面分析，每一道题目的类型自己都可以总结一下它的答题套路。

苦心人，天不负。只要你有心，文综考上240分是不难的，我高考文综就考了258分，祝你考出自己满意的分数。

高考这一年，我们都会恐慌、会焦虑、会害怕，但这些都是我们的必经之路，无论有多艰难，都要咬着牙挺过去，经历之后你会发现这些都是美好的过往。

五月份，距高考仅有一个月，而我的成绩却依然停留在500分，那应该是我最黑暗的日子吧，心里不堪重负、彻底崩溃。为什么？为什么我已经很努力了，可成绩还是不理想？难道我的高考成绩就只能这样了？心中有无数的怨愤，那段时间心情很糟糕，学习也没了动力，晚上还经常失眠，我觉得自己应该就这样完了，幸好有父母的鼓励、朋友的陪伴。

我记得当时爸爸跟我说：“不要有压力，不管考得好不好，你都是我的女儿。”

自此，我才完全放开自己，觉得高考也并没有那么神圣，它只是决定你到哪里去上大学，并不能决定你的一生，所以放下或许会让你走得更加轻松，不要给自己徒增压力。

其实这一路，我一直都不孤单，我还有这样一群朋友，他们



陪伴我、鼓励我、安慰我，无助的时候给我肩膀，难过的时候带我出去散心，陪我度过了最艰难的日子。

有个朋友天天早上六点就打电话催我起床背单词，虽然很不情愿，但在他的坚持下我也坚持了下来。我学习烦躁的那段时间，他每天都给我发一条“鸡汤”，给我打气……

回忆中竟都是满满的感动，若没有他每天的坚持不懈，我或许也不会有这么好的成绩吧。找一个志同道合的伙伴也是很有必要的，你们共同努力，互相监督，会给枯燥的高三增添一丝别样的精彩。

曾经的我也很普通，卑微到感受不到我的存在，可我的内心却很强大，骨子里流淌着一股不服输的劲儿，在高三一开始，我就在心里默默喊着：我要进前十。

那时候是没有底气的，我数了一遍又一遍排名，无论如何，我只能排在二十几名，但我告诉自己，还有一年，一切皆有可能。

我就是凭着这种信念一路披荆斩棘，时刻鞭策自己，终于第六次月考，我真的做到了，那种喜悦无法言说，只是更加坚定了信念，往后的日子一如既往地努力，可现实却总是那么残酷，下一个月考又把我打回了原形，瞬间从希望的巅峰跌到了谷底，心中充满了嘲讽。可纵使迎着冷眼和嘲笑，我还是能做到不放弃，一直坚持到了最后。

五月底，是高考前的最后一次大练兵，为了提升同学们的信心，题目很简单，大家考的都很好，而我却考出了史上最差的成绩，那次对我的打击可不小，所有的希望全部破灭，我已经没有