



英才

王金战 隋永双 \ 著

是怎样造就的

他带的一个班

10 位学生进入剑桥、牛津、耶鲁大学等世界名校

37 位学生进入北大清华

畅销近百万册的中国教育经典
数百万家长因此书而受益匪浅

➤ 全新修订 蓄力再发 ➤

陈鲁豫、毕淑敏、徐小平、胡一虎

联袂诚意推荐



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

英才

王金战 隋永双 \ 著

是怎样造就的

(第2版)



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

英才是怎样造就的 / 王金战, 隋永双著. —2 版. —北京: 北京大学出版社, 2012.7

ISBN 978-7-301-20569-3

I. 英… II. ①王… ②隋… III. 中学教育—经验 IV. G630

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第 076611 号

书 名: 英才是怎样造就的 (第 2 版)

著作责任者: 王金战 隋永双 著

责任编辑: 兰 慧

标准书号: ISBN 978-7-301-20569-3 / G · 3403

出版发行: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区成府路 205 号 100871

网 址: <http://www.pup.cn>

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672

编辑部 82893506 出版部 62754962

电子信箱: tbcbooks@vip.163.com

印 刷 者: 北京嘉业印刷厂

经 销 者: 新华书店

787 毫米 × 1092 毫米 16 开本 16.25 印张 223 千字

2006 年 11 月第 1 版

2012 年 9 月第 2 版第 2 次印刷

定 价: 32.00 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有, 侵权必究

举报电话: 010-62752024; 电子信箱: fd@pup.pku.edu.cn

序一

只要方法得当，每个学生都可能成为英才

我叫王金战，1999年调到中国人民大学附属中学任教至今，亲历了这所学校逐步辉煌的历程。

仅以高考为例，人大附中考取清华、北大的人数逐年攀升。

我要告知读者的是，我们取得这样的成绩并不是靠加班加点，不是靠增加学生的学习负担。事实上，我们的学生在学校开设的100多种选修课里尽情展现才华，我们没有早自习和晚自习，周末及节假日照常休息。

这一事实充分说明：只要按教育规律办事，只要把教育当成是以全面提高人的素质为目的的事业，只要充分尊重学生的学习需求和心理需求，我们完全可以取得全面丰收。

但发生在全国各地的状况却令人担忧……

——从学校方面看，学校追求好成绩无可厚非，但不应该把挤占学生时间、无限度地增加学生负担作为主要手段！当前教育改革势在必行，但教育改革的关键是教学观念的改革，没有先进的教育理念、诲人不倦的精神，很可能会产生“毁人不倦”的结果。

中学阶段本是一个人能力形成的关键阶段，当众多富有责任感的老师打着为学生负责的旗号把巨大的课业负担强加给学生的时候，处于弱勢的学生也只有放弃自己的所有爱好来完成老师的作业，不得不牺牲自己的童趣，把珍贵的生命消耗在无用甚至是无聊的重复的题海中，其后

果便是一大批高分低能学生的出现。当每个学校都这样做的时候，便培养了一代没有个性的人，这对一个民族来说，简直就是一场灾难。

——从家长方面看，几乎每个孩子都是独生子女，当家长们把所有美好的希望都寄托在这一个孩子身上的时候，也就不敢拿孩子当特立独行的实验品，明明知道有些做法对孩子的成长不利，但当看到大家都这样做，而且好多孩子因为这样做便取得了好成绩，也就不再顾及孩子的感受和需求了。

许多家长不考虑孩子的特长和爱好，盲目跟风，给孩子报了各种兴趣班和特长班，即使增加经济负担也在所不惜。孩子本来课业负担已很重，但周末更累，被家长陪着奔波在各种培训班之间。而家长有所不知，这样的做法由于给孩子施加的压力太大，极有可能造成孩子厌学，从而过早退出竞争。请看一位中国台湾地区教育专家总结的使孩子变笨的 10 个高招：

1. 过分苛责。
2. 处处干涉。
3. 追求完美。
4. 看重高分。
5. 父母不和。
6. 不准发问。
7. 事事代劳。
8. 限制游戏。
9. 鼓励听话。
10. 拔苗助长。

我们不得不相信，许多家长由于理念错位，正在不停地使用以上“高招”，可悲的是他们还不知道这样做的后果，所以我说许多孩子前途丧失往往不是败在自己手里，而是败在家长手里，但哪位家长的初衷不是望子成龙、望女成凤？

——从社会方面看，网络、电视、手机等本来可以被当成工具为人

类服务的东西，却用其负面作用不断影响到青少年。学习本来是需要平心静气的，宁静才能致远。可当青少年被大量的诱惑包围而影响学习时，便对社会的教育能力提出了更高的要求。很多家长和教师显然没有充分的准备，因而采取了大量治标不治本的做法。

教育本是一门科学，需要用科学的方法来对待，但我们看到的是，谁都可以对教育评头论足，谁都似乎是教育的行家，一般百姓这样做倒无关大局，但当政府官员也这样做的时候，教育便在各种干扰中迷失了方向。

某种程度上可以说，当前的中小学教育就是在这种困惑中摇摆不定。再摆上几年，一代孩子又会错失良机。

总的来说，当前的现状是，我们的孩子在震耳的“减负”声中，书包越来越重，视力越来越坏，体质越来越差，作业越来越多，童年越来越短，考分越来越高，能力越来越低。有一次我与一位德国的中学校长交流，谈起两国中学生的特点，这位校长就提到：中国学生的考试成绩是世界一流的，但你们不得不拿自己的钱买我们生产的東西。

我国的中学生在国际学科竞赛中获得的金牌越来越多，多次排名世界总分第一，充分证明了中国人的聪明，但我们离诺贝尔奖却越来越远！

我作为一个教育工作者，深知教育的弊端所在，但正是因为我是一个教育工作者，才不能只是抱怨。我无力改变教育的形势，但我完全可以在自己力所能及的范围内营造一片创新的气候，为困难重重的中学教育注入一份活力，闯出一条新路。正如人们没法改变冬天的气候，但一个塑料大棚就可以让人们享用到春天的蔬菜。

带着这样的理念，2000年我担任了高一（12）班的班主任，便决定进行大胆的改革和实验，我为班级确定的培养目标是：

科学家的思维。

外交家的智慧。

军事家的勇敢。

政治家的胆魄。

基于这样的目标，便有了“犯其至难，图其至远”的班训。

便有了云蒙峡通宵的篝火、电视台集体的亮相、圆明园挥洒的汗水、中山音乐堂醉人的乐章。

便有了班干部半年轮换制、班长负责制、竞争上岗制、议会监督制。这些制度的实施使每个人都在班干部的位置上经受了锻炼，为每个人释放个性、展示才华搭建了平台，并涌现出中央电视台栏目主持人、校学生会主席、校团委书记、校学生会学习部长、校体育部长、校网络安全社社长、校古典音乐社社长、学生党员等优秀人才。出自学生之手的两万多字的议会法案中有这样的规定：班级议会有权罢免班长，有权弹劾班主任。虽然他们比较给我面子，没有将我弹劾出局，但他们敢将这一条写进法案，其胆量之大令我高兴。

便有了日本国际数学家大会上8位中学生代表的出现，他们的表现赢得了所有与会者的高度评价。

便有了中日远程教学中的精彩表现，中国学生制作的课件、讲台上展现的才华、流利的英语表达能力及在日本中学生面前表现出的强大自信震动了日本教育界，他们在来信中惊叹这些学生的综合能力已超过了东京大学四年级学生的水平。

便有了命题权、讲评权的下放，学生踊跃的参与。从命题人的角度看待学习使他们受益颇深，出自他们之手的试题被老师们视为精品。

便有了对各项活动的积极参与、永争第一：运动会总分第一、艺术节优秀班级、足球冠军、网页大赛唯一特等奖等，不只是他们实力的体现，更是他们团队精神的升华，才有了4×400米接力仅以两秒之差没破校纪录时几十人的相拥痛哭、歌咏比赛屈居第四时全班委屈的泪水……

他们中的49人参加了2003年的高考，有37人进入清华、北大，其中13位是以其突出的竞赛成绩被保送的，这个结果还不足为奇，因为还有10位获得剑桥大学、牛津大学、耶鲁大学、杜克大学等世界名校的全额奖学金，有100多人次曾在市级以上的学科竞赛中获奖……更重要的

是，在巨大的学习压力面前，他们没有变成书呆子，人大附中“尊重个性、挖掘潜力、一切为了学生的发展、一切为了祖国的腾飞、一切为了人类的进步”的办学思想在他们身上得到了充分体现。在这个尊重个性、蓬勃向上、团结温馨的集体中，他们的个性、愿望和创造力都得到了充分的尊重并得以施展，他们的责任心、同学情、师生情、爱国情、集体观在这里得到净化和升华。

人才资源是国家的第一资源，高考——中国选拔人才的主要手段，必然影响到国人的素质甚至民族的兴衰，所以实施高考政策必须对国家的前途负责。真正的素质教育在于培养高素质的学生，而不是高分的考生。当人的综合素质得到全面提高后，高考成绩作为素质的一部分自然会水涨船高。本班的成功恰好证明了这一点。

作为一个学生家长，当时为了给孩子创造一个更好的学习环境，我毅然放弃青岛的一切，举家来到举目无亲的北京。当发现孩子因为心理问题影响到学习时，我感到了问题的严重性和沉重的压力，开始全面关注孩子的教育、研究教育孩子的技巧，逐步感到伴随孩子成长的过程其实是感受责任、接受挑战、享受幸福的过程。在我的正确引导下，孩子渐渐走出心理阴影，性格变得开朗，自信心逐步增强，学习效率不断提高，如愿考上了北京大学。这一过程使我深切感受到，教育孩子绝对是一门艺术，的作用是至关重要的，是别人没法取代的。

作为一个学生，1978年我在乡村读中学，平日调皮捣蛋，学习成绩在班里排名40名以外。恰遇高考制度改革，班主任老师动员前5名同学冲刺当年高考。而当时排名40开外的我，找到了班主任，主动请缨冲刺高考。这种不知天高地厚的行径，遇到的是老师嘲弄的眼光和同学的奚落，这使我深受刺激。我暗自发誓，一定要考给那些瞧不起我的人看看。从那时起，我开始用功学习。

在我所学的科目中，化学成绩最差。那时候，乡村中学纸张缺乏，两个学生共用一套化学教材，学习和复习起来都很不方便。有一次，我

在教室里做化学作业，化学老师看我和同桌共用一本教材，就把她讲课的教材拿过来给我用。那时候，我还是个精力过剩而学习低能的学生，老师这样一个小小的举动，让我受宠若惊、感激万分。原先不爱学化学的我，忽然之间开始爱学了，一学进去，才发现化学根本不难。高考时，化学满分成绩是100分，我考了99分，其他科成绩也不错。最后，我竟然考上了大学，并且是我那个班唯一考上的。

我一直都非常感激那位化学老师，她的一个举动，改变了我的学习态度，激发了我的学习热情，甚至影响了我的人生。诸多类似的经历使我认识到：一个好老师可以影响学生的一生！只要方法得当，只要充分挖掘出个人的潜能，每个学生都可能成为英才！

在后面详细的叙述中，如果我的理念和做法能对各位读者有所启发，当是我最大的心愿。

王金战

序二

传奇从何而来

——采访王金战老师

采访王金战老师，缘于他带出的一个高中班升学的传奇。这个高中班共有 55 名学生，其中有 37 位同学走进清华大学和北京大学，有 10 位同学进入美国耶鲁大学、英国剑桥大学、牛津大学等世界名校。

我们都知道，以国内入学标准，考入清华、北大主要靠学业成绩；而按照世界名校的入学标准，比如像美国耶鲁大学、英国剑桥大学、牛津大学等，既要看学业成绩，也要看课外活动、社交能力和个性特征等综合素质。当然，北京人大附中是一所名校，可这么多高分高能的学生出自一个高中班，真是有点儿传奇色彩了。

那时候，我正在中央电视台《新闻会客厅》做节目，就报了这个选题。巧的是栏目另一记者也报了同一选题，选题很快得到主管台长的签字批准。就是在这段时间里，我结识并采访了人大附中高中 2003 届 12 班班主任——王金战老师。乍一接触，觉得这位中年汉子坦率、自信而幽默，说着一口标准的山东普通话……而当王老师谈及他从教三十年的感悟，谈及他怎样激发学生热爱学业享受学习，怎样发掘学生自身的个性特质，以及怎样引导他的女儿发挥长项走进北京大学，我顿时觉得，这些对于父母和学生们来说，都是富于启示并可以分享的。

遇到一个好老师是学生一生的幸运，一个好老师也是一本书。王金战老师的教育之道及行事方式，对于所有翻开本书的人来说也不无裨益。

隋永双

序一 只要方法得当，每个学生都可能成为英才 / III

序二 传奇从何而来——采访王金战老师 / IX

第一章

心态：优秀从心态开始

1. 心态可以选择 / 2
2. 走出挫折心理 / 9
3. 优秀是鼓励出来的 / 24
4. 心理疏导有方法 / 32

第二章

学业：拿高分可以是轻松的

1. 目标：有台阶就上得去 / 46
2. 享受学习 / 52
3. 方法出效率 / 60
4. 寻找学习的动力 / 70
5. 如何抵御诱惑 / 82
6. 优秀是一种习惯 / 86

第三章

课外：影响孩子人生的5个关键词

1. 特长：优秀始于你的强项 / 92

2. 活力：运动激发活力 / 103
3. 主见：做一株有思想的芦苇 / 109
4. 个性：宽容与约束 / 111
5. 自我管理：成长的阶梯 / 122

第四章

孩子与家长：如何应对叛逆青春期的紧张关系

1. 问题孩子往往出自问题家庭 / 142
2. 知道你的孩子需要什么吗 / 149
3. 行动消解隔阂 / 156
4. 恋爱：中学生该如何面对 / 161

第五章

冲刺：如何踢好临门一脚

1. 中考、高考心态调整5招 / 174
2. 考试是门技术活 / 178
3. 家长不妨做左手 / 181
4. 专业“冷热”我来说 / 183

第六章

我送女儿上北大

1. 爱好与个性 / 188
2. 与孩子共同成长 / 191
3. 特长之路 / 202
4. 走进北大 / 205

结 语 每个学生都是一颗星 / 213

附录一 老王谈考试 / 217

附录二 12班学生家长教子篇 / 223

附录三 12班学习高手论剑 / 233

第一章 心态：优秀从心态开始

光有美好的理想，而不付诸行动，就会成为空想。从古到今，成功者和失败者都不乏幻想，差距就在于行动。成功者面对 1% 的希望，却付出 100% 的努力；失败者面对 99% 的希望，却被 1% 的困难所吓倒。

1. 心态可以选择

一个健全的心态，比一百种智慧更有力量。

——英国作家狄更斯

当你驱车来到十字路口，恰好红灯亮了，你可能会感到自己倒霉。但如果这样想：绿灯亮时我第一个走，你的心态也就平和了。

实际上，我们无法选择生活中遇到的每件事，我们无法控制千军万马过独木桥的教育现实，无法选择父母、老师，甚至无法选择生存的环境。但我们完全可以选择一种心态，当选择了积极的心态，许多事就会出现自己都意想不到的变化。

自信的力量

学业的最大问题是什么？我说是心态。心态的关键是什么？我说是自信。

北京一所中学的一个女孩，高考前参加了一次模拟考试。这一考，把她的心考乱了。北京是考前报志愿，每年到了五月份，所有志愿都定下来，录入电脑了。这个学生因为平常学习成绩很好，所以，她报的第一个志愿是北京大学。

而这时候，这个女孩所在的学校找了几套模拟题发给学生做。女孩平常数学基本上都在 130 分左右（150 分满分）。可是，那次一做数学卷子，她分数还不到 110 分。这个女孩就慌了，说还有不到一个月就高考了，可数学出现这么多的问题。她觉得考不上北大了，觉得志愿报错了，就跟家长提出来，说：不行，不能考北大了，与其考北大落榜落得很惨，

还不如降低一下，给自己选一个低一档的学校。孩子提出了这个问题，家长也很着急，就开始四处找人托关系，想改志愿。可那个时候，所有志愿已经录进了电脑，不能更改了。

家长托了一天的关系一无所获，晚上满心疲惫回到家里。孩子一看家长的表情，知道志愿没改成，就坚持说志愿要是改不过来，今年肯定考不上北大，明天也不去学校了。弄得家长半夜又找人，不知听谁说我在解决类似问题上有点儿经验，就拐弯抹角地找到了我。这个家长为了孩子也不顾别的了，半夜 12 点给我打电话，非常恳切，说：“王老师你帮帮忙吧！”

我说：“我没有那么大本事去给你改志愿。不过，明天你可以叫孩子来找我，我跟她谈谈。”第二天，这个女孩来了，情绪非常沮丧，说了自己的苦恼。

我说：“你马上就要高考了，你不会的问题是客观存在的，这一点承认吧？”

她说：“对。”

我继续说：“还有一个多月就高考了，你不会的问题相对是个常数，这一点你承认吧？”

她又点点头。

我说：“在你不会的问题已成常数的前提下，你是希望在考前让问题暴露得越多越好呢，还是让你不会的问题都隐藏起来好呢？”

她说：“当然希望问题在考前暴露得越多越好了。”

我说：“考前问题暴露得越多，是不是意味着你高考中遇到的问题，相对越来越少？在考前那么宝贵的时间里，你好不容易做一套题，居然一个问题都发现不了，那么你的时间浪费得也太可惜了。而如果你在这两个小时内，通过做这套题，发现了一些漏洞，那么这套题对你就太重要了，因为你通过做题发现了漏洞，然后把这个漏洞弥补上，你考试的时候，不就多了一分成功吗？你怎么能因为你发现问题了，却感觉不行

了？就你这种心态来讲，肯定考不成北大，因为你考前不可避免地会遇到好多问题，只要遇到问题你就怀疑自己，当然会垮下来的。”

她说：“我明白了。”她高高兴兴走了。结果，当年她以超出录取线30分如愿考入北大。

那次，我跟她也就谈了二十来分钟，说得也很简单，但那女生好像是变了一个人，以前发现不会的问题就丧气，现在发现不会的问题就兴奋。为什么？关键是心态。其实，她学习是有实力的。有实力，再好的心态，就能拿到一个好分数。

一位哲人说：“你的心态就是你真正的主人。”其实，人与人之间并没有太大的区别，成功与否，快乐与否，很大程度上取决于你的心态。

有这样一个老太太，大儿子是染布的，二儿子是卖伞的。天一下雨，老太太就会为大儿子发愁，因为不能晒布了；天一放晴，她就会为二儿子发愁，因为不下雨伞就卖不出去。老太太总是愁眉紧锁，没有一天开心的日子，弄得疾病缠身，骨瘦如柴。邻居告诉她，为什么你不反过来想呢？天一下雨，你就为二儿子高兴，因为他可以卖伞了；天一放晴，你就为大儿子高兴，因为他可以晒布了。老太太恍然大悟，从此以后每天都是乐呵呵的，身体也自然健康起来了。

心态改变成绩

我讲一个女生的故事，这个故事能够说明，一个学生的心态对学业影响有多大：

我曾经在人大附中教两个班的数学。我说的这位女生，就在其中一个班级。她小学三年级以前，数学成绩挺好，是数学科代表，还是班长。有一次，他们班选了五个同学参加区里的奥数选拔赛，其中就有她。她的数学本来不错，结果那次没发挥好，五个同学中，选拔赛唯一没有入围的就是她。受到冷嘲热讽，女生的心理就受到了伤害。