

改变与超越

CHALLENGE & MASTERY

高中、大学成人组

——志鸿优化杯第六届“希望之星”英语风采大赛

总决赛选手 **学习经验谈**

点石成金的学习方法，总有一种适合你



大学成人组冠军 秦元媛



高中组冠军 沈文杰



大赛组委会 供稿

改变与超越

CHALLENGE & MASTERY

高中、大学成人组

——志鸿优化杯第六届“希望之星”英语风采大赛
总决赛选手学习经验谈

大赛组委会 供稿

图书在版编目 (CIP) 数据

改变与超越. 高中、大学成人组: 志鸿优化杯第六届“希望之星”

英语风采大赛总决赛选手学习经验谈/大赛组委会供稿.

北京: 中国人民大学出版社, 2005

ISBN 7-300-06745-X

I. 改…

II. 志…

III. ①英语课—学习方法—高中②英语—学习方法—高等学校

IV. H311.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 090500 号

Challenge & Mastery

改变与超越 高中、大学成人组

——志鸿优化杯第六届“希望之星”英语风采

大赛总决赛选手学习经验谈

大赛组委会 供稿

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街 31 号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511239 (出版部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.ttrnet.com> (人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 北京东方圣雅印刷有限公司

开 本 890 × 1240 毫米 1/32

版 次 2005 年 8 月第 1 版

印 张 6.5 插页 1

印 次 2005 年 8 月第 1 次印刷

字 数 175 000

定 价 15.00 元

版权所有 侵权必究

印装差错 负责调换

《改变与超越》丛书编委会

策 划：赵 京

顾 问：冯存礼 田 勇 徐义鸣

主 编：田 巍

副 主 编：秦 翊 贾同杰

编 委：李 忆 刘 磊 翟 环 张琳鑫

石 岩 张 洁 周绍巍

中央电视台《希望—英语杂志》 栏目创作组

监 制：张 宁 王进友 冯存礼
总制片人：徐义鸣
主 编：秦 翊
顾 问：田 勇
总 策 划：赵 京
制片主任：齐德喜
外籍专家：莫大伟
主 持 人：赵音奇 朱 华
办 公 室：杨利佳 徐耀武 张 洁
外联推广：田 巍 贾同杰
编 导：芦志刚 邓春辉 李 伟 亢 淼
 李岩松 侯茂华 颜 芳 汪 震
 曹 敏 白 静 王 飞 徐善贵
 赵音奇 陈 东 段敏静 王 萍
 朴慧欣 吉新明 田 梅 刘文辉
 魏玲芳 李 忆 刘 磊 翟 环
 张琳鑫 石 岩
后期制作：杨 升 张志勇 齐梦雯

致 读 者

亲爱的读者，感谢您选择了这本书。

中央电视台“希望之星”英语风采大赛（以下简称“大赛”）是面向全国的高水平英语竞赛，如今已经成功地举办六届了。我们的《改变与超越》丛书，也从最初的3本，增加到了如今的11本，形成了一个初具规模的书系；同时，“改变与超越”也成了一句响亮的口号。的确，学好英语，会改变生活，甚至改变性格；学好英语，不但能超越环境，还能超越自我。全国各地的参赛选手们都从这套丛书中得到不少的启迪和帮助。一位山西的母亲曾经跑遍了大半个太原城，为自己的孩子购买这套书。这些都令我们感动，使我们欣慰。

今年的第六届大赛在形式上有了一些变化，就是增加了预选赛，各分赛区的冠、亚、季军共248名齐聚北京，参加决赛前的预选赛。经过激烈角逐，小学组、初中组、高中组和大学成人组分别产生了12名选手进入决赛。因此，我们首先延续了前两届大赛图书所采用的、为广大读者所接受和喜爱的侧重介绍选手学习经验的形式，编辑出版了两本《改变与超越——志鸿优化杯第六届“希望之星”英语风采大赛总决赛选手学习经验谈》，分为小学、初中组和高中、大学成人组。其次，我们还将参加预选赛的选手的自命题演讲稿汇编成册，出版了《THIS IS ME 这就是我——CCTV“希望之星”英语风采大赛自命题演讲范文全集》。这些演讲稿都经过反复的思考与修改，可谓千锤百炼之作，不仅对于想要参赛的选手们来说具有很好的借鉴意义，而且这些演讲稿本身也具有较强的可读性和较高的欣赏价值。

此外，我们感觉到如今的家长越来越重视子女的英语学习，然而如何正确引导和给予必要的帮助，却令相当多的家长疑惑和

苦恼。为此，我们特别从这三年来选手家长或老师撰写的介绍选手学习英语经验的文章中精选出了一批优秀文章，编辑出版了《培养英语“希望之星”的智慧锦囊》一书，其中既有培养方法的介绍，也渗透了作者对子女教育和英语教学的反思，希望能使家长们从中受到启发。

我们还再次出版了大赛的现场实况 VCD，即《志鸿优化杯第六届“希望之星”英语风采大赛现场实况》系列 VCD。因为许多参赛选手都感觉到，通过反复观看大赛的现场实况，认真分析和揣摩往届选手成功的经验和失败的教训，对于自身的参赛是大有裨益的。因此，如果您想要参加大赛，那么，详细地了解大赛的竞赛规则、内容、程序，以及所有选手的现场表现，一定会有助于您在赛场上更出色地发挥。对于广大英语学习爱好者来说，看到参赛选手们出色的表现，一定会进一步激发您学习英语的兴趣，树立起学好英语的信心。

亲爱的读者，“改变与超越书系”的形成，源于您的关注；“改变与超越书系”的创新与发展，更有赖于您的支持。同时，我们也希望您能从中获益。

再次感谢！

编者

2005 年 6 月

大赛历程（代序）

中央电视台“希望之星”英语风采大赛是中央电视台社教节目中心主办的面向观众的大型电视英语比赛。大赛本着“培养兴趣、增强信心、树立榜样”的原则，为所有爱好英语的电视观众提供了一个锻炼自我、展示自我、捕捉机遇的舞台，深受广大观众欢迎。

大赛自2000年起，每年举办一届，至今已有六年。参赛选手涉及各行各业，以在校学生为主，分别来自各省、市、自治区。影响人数超过3 000万。

大赛进程分为全国选拔赛和全国总决赛两个阶段。全国选拔赛采取在各地设立赛区的形式，分组通过初赛、复赛、决赛三个层次进行选拔，报名的选手根据自己所处的地区到相应的赛区进行比赛，本地区没有设立赛区的报名选手，由大赛组委会负责选拔。全国总决赛集中在北京进行，各赛区不同组别的前三名选手到北京参赛。全国总决赛分为预选赛、决赛两个环节，邀请全国英语界的权威专家和外籍专家担任评委。中央电视台对全国总决赛以及颁奖典礼给予全程录像并剪辑播出。

大赛组委会欢迎全国各地从事教育、文化、出版等行业的企事业单位承办大赛各赛区的活动组织工作；在大赛组委会的统一领导下，进行各赛区的大赛宣传、招商、报名、比赛等工作，关注教育，携手央视，与“希望之星”共同发展。

历史记录

2000年2月至7月，首届大赛举行，全国分为7个赛区，20名选手不分组别参加了全国总决赛。上海外国语大学的詹莹获得了首届大赛第一名，北京外国语大学韩疆和上海外国语大学的邵惟谥分获二、三名。

首届大赛的播出，给全国火热的英语学习浪潮增添了一副催化剂，其新奇灵活的比赛形式、绚丽的视觉效果、轻松愉快的风格以及选手们靓丽的青春风采和高超的英语水平让观众耳目一新。

2001年2月至8月，第二届大赛举行，来自19个省市的54名选手参加了全国总决赛。北京大学的孙铮和杭州学军中学的钟雨柔分获成人组和少年组的冠军。选手们不仅得到了锻炼，彼此还结下了深厚的友谊。

第二届大赛在社会上引起了很大的反响，观众报名踊跃。据统计，年龄最大的报名者已经是86岁的老者，而年龄最小的是3岁半的幼童。

2002年2月至7月，第三届大赛举行，36名选手从16个省市的报名者中脱颖而出，到中央电视台参加了全国总决赛。北京语言大学的丁苑苑、长春外国语学校的刘洪悦和青岛市德县路小学的杨金分别捧走大学成人组、中学组和小学组的冠军奖杯。

第三届大赛的报名阶段更加火爆。在湖北赛区的报名点，前来报名的人群络绎不绝，甚至几次出现交通拥堵的现象。第三届大赛也得到了有关领导的重视，教育部部长助理和中央电视台副台长观摩了大赛并给获奖者颁奖。

2003年1月至5月，第四届大赛举行，来自21个省、市、自治区的45名选手角逐第四届“希望之星”冠军。武汉大学的赵为、深圳市东湖中学的李莱茵和石家庄市北新街小学的贾如馨分别获得大学成人组、中学组和小学组的冠军。

第四届大赛举行之时恰逢我国举国上下万众一心抗“非典”，所有参赛选手、评委和工作人员以大无畏的精神坚持比赛，并取得了圆满的结果，用实际行动谱写了一首抗击“非典”的颂歌。

2004年1月到5月，第五届大赛举行，来自31个省、市、自治区的88名选手分四个组别参赛，原来的中学组首次分割为初中组和高中组。复旦大学的周怡雪、青岛市第二中学的张菁菁、青岛市第七中学的杨金和郑州市文化路第一小学的庞慧分别摘得各组冠军的桂冠。

第五届大赛是总结创新的一届大赛，参赛选手遍布除港、澳、

台以外的所有省、市、自治区，无论是参赛选手的规模、赛程赛制的设置、评委的队伍、选手的水平甚至现场的舞美布置都是一个新的高点。山东志鸿教育集团为第五届大赛提供了冠名赞助，标志着大赛影响的不断扩大。

2005年3月25日至4月3日，第六届大赛的全国总决赛在北京举行。为了让更多的优秀选手来到北京锻炼交流，第六届大赛在决赛前设立了“预选赛”的环节。来自全国的248名选手聚集北京，共同参与这场英语盛会。山东志鸿教育集团继续为大赛提供了冠名赞助。



目 录

与“希望之星”面对面，英语学习方法大公开

The Power of Belief	3
胡斯羽 <u>信念的力量</u>	
Has Our Generation Been Westernized	11
方 圆 <u>我们这一代被西化了吗</u>	
Recovering	19
朱碧寰 <u>文化冲击</u>	
Bach and Me	27
张子见 <u>巴赫与我</u>	
Education	34
杨啸寒 <u>教育</u>	
Exams in Life	43
崔子琳 <u>生活中的“考试”</u>	
Who Are Real Philanthropists?	49
袁 帅 <u>谁是真正的慈善家?</u>	
The Meaning of Life	59
盖 歆 <u>生命的意义</u>	
A World of Smiles	66
袁 悦 <u>微笑的世界</u>	
Generation Gap	74
黄梦晨 <u>代沟</u>	
Trying	81
贺珍妮 <u>尝试</u>	
This Is Me	89
沈文杰 <u>这就是我</u>	

What Is Happiness?	93
潘晓琴 <u>什么是幸福?</u>	
On Not Having a Boyfriend	101
胡 静 <u>没有男朋友</u>	
Silent Angels	108
王盛夏 <u>沉默天使</u>	
The Best Competition Is with Our Self!	115
李聪聪 <u>最大的竞争对手是我们自己</u>	
Spring Festival	122
任 远 <u>春节</u>	
Be True to Yourself	129
冯 婷 <u>对自己真实</u>	
God Will Help Us Who Help Ourselves	137
尹敏燕 <u>自助者, 上帝助之</u>	
A Language We Have to Learn with Our Heart	144
刘祥文 <u>需要我们用心学习的语言</u>	
Smile and Remain Smiling	149
钱嘉宁 <u>用微笑面对生命的挑战</u>	
The Book and Its Cover	156
黄 迅 <u>书和封面</u>	
The Foreign Teachers' Experience in China	164
梁 晓 <u>外教在中国的经历</u>	
This Is Me	172
秦元媛 <u>这就是我</u>	

邀请你加入“希望之星”的行列

比赛细则和栏目介绍	181
第六届大赛获奖选手名单	189
中央电视台第七届“希望之星”英语风采大赛报名表	193

与“希望之星”面对面，英语学习方法大公开



The Power of Belief

胡斯羽



☐ 个人资料

姓名：胡斯羽

出生日期：1988 年 11 月 12 日

星座：天蝎座

血型：B 型

学校：安徽屯溪一中

电子信箱：husiyu20032003@yahoo.com.cn

我的个性宣言：I could feel comfortable at home, but that's not what I was born for.

我最喜欢的一句话：If you always keep your face to the sunshine, you'll never see the shadows!

我眼中的英语：Learn English through life and learn life through English.

我是什么时候开始学英语的：10 岁

我最喜欢的英语读物：21st Century

我最喜欢的一本书：The Secret Garden

比赛成绩：全国总决赛高中组优胜奖，最佳风采奖

□ 我是这样学英语的

每当别人询问我最喜爱的科目的时候，我总会毫不犹豫地回答：“英语。”的确，正是这种兴趣教我学会了一个个英文单词，带领我同外国友人交谈，帮助我欣赏优美的外国歌曲，进而带我走进一个全新的世界。

我得感谢这一份持久而浓厚的兴趣，她使我从一开始就没有局限地把英语作为一门课程来学，而是让我自然而然地被英语吸引，使它成为我生活的重要组成部分。

我接触的第一部英文电影是《泰坦尼克号》。感人的情节一下子就吸引了我。那也是我第一次为能听懂片中人物的几句对白而欢呼不已。从那以后，我开始看一些原版的英文电影，比如《加勒比海盗》、《后天》等等。通过观看原版的英文电影，自己不仅能轻松地学会一些地道的口语，更能通过影片的环境了解到不同时期的外国文化，而当积累了一定的背景文化知识后，就能更好地掌握及理解英语这一门语言了。

我最早接触的英文歌也是因《泰坦尼克号》而出名的《My Heart Will Go On》。再后来我逐渐知道了很多国外的流行歌手如蒂朵、西城男孩、诺拉·琼斯等，他们的歌曲无论旋律还是歌词都非常美，让我在学习英文的同时和他们一起体验生活！

我很幸运，因为我和外教 Joan 一直是很好的朋友。我们在一起会讨论很多问题，她让我以积极的态度面对这个世界，微笑地接受挑战，然后收获成功。更多的时候如果 Joan 不在我身边，我也会用英文记下自己的心情，哪怕只是一两句。当我回顾的时候，我可以清楚看见自己成长的印迹。“Learn English through life, and learn life through English.”这是我成长与学习过程中最大的收获。

我学习英语，因为这是一门真正让我快乐的艺术。