

“新世纪中学生素质教育丛书”编委会组编

新世纪中学生素质教育丛书

# 北极星·屋檐下

——理想·兴趣·毅力



欧阳绛 编著

科学普及出版社

新世纪中学生素质教育丛书

# 北极星·屋檐水

——理想·兴趣·毅力

《新世纪中学生素质教育丛书》

编委会 组编

欧阳绛 编著

科学普及出版社  
·北 京·

## 图书在版编目(CIP)数据

北极星·屋檐水:理想、兴趣、毅力/欧阳绛编著. —北京:  
科学普及出版社, 2000.3  
(新世纪中学生素质教育丛书)  
ISBN 7-110-04839-X

I. 北… II. 欧… III. 中学生-思想政治教育 IV. G631

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 01734 号

科学普及出版社出版

北京海淀区白石桥路 32 号 邮政编码:100081

电话:62179148 62173865

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

北京市卫顺印刷厂印刷

\*

开本:850 毫米×1168 毫米 1/32 印张:5 字数:93 千字

2000 年 4 月第 1 版 2000 年 11 月第 2 次印刷

印数:5001—10000 册 定价:8.00 元

---

(凡购买本社的图书,如有缺页、倒页、  
脱页者,本社发行部负责调换)

## 《新世纪中学生素质教育丛书》序

在当今世界上,国与国之间,已不再仅仅是军事力量和经济实力的竞争,而是文明与文明的竞赛。文明的载体是人,一个国家的文明程度,是以其国民的文明程度来衡量的。正因为如此,江泽民总书记在党的“十五大”报告中指出:“建设有中国特色的社会主义,必须着力提高全民族的思想道德素质和科学文化素质,为经济发展和社会进步提供强大的精神动力和智力支持,培育适应社会主义现代化要求的一代又一代有理想、有道德、有文化、有纪律的公民。”

全面提高国民素质,必须从基础教育抓起。

当前,在充满竞争、考试及升学的压力下,许多学校仍片面地追求升学率,急功近利,以致于素质教育喊了许多年,仍然是“只听雷声,不见雨点”,素质教育没有实质性的进展和成效。学校里,依然是“分、分、分,学生的命根”,“考、考、考,老师的法宝”;升学率和分数的高低依然是评价教师教学质量高低的唯一标准;照顾考试的课程,甚至取消不考试的课程;高一文理提前分科,致使学生的知识结构出现畸型;毕业班加班加点补课,忽视德育和体育,致使学生课业负担和心理负担加重。这种严重违背教育规律,忽视学生全面发展,轻视学生能

力培养,单纯以升学为目的“应试教育”,愈来愈成为我国基础教育发展的桎梏。所以,基础教育改革势在必行,实行素质教育已迫在眉睫。

素质教育,总体上讲,我们认为包括身体素质教育、心理素质教育、道德素质教育、思维素质教育、审美素质教育、劳动技能素质教育、科学文化素质教育。为何作这样的划分呢?我们的思路是:

人们的生活水平提高了,吃不饱、穿不暖的情况少了,然而青少年中“衣来伸手,饭来张口”的现象多了,锻炼身体、爱护身体的观念日益淡薄,中学生的身体素质越来越差。所以身体素质教育,刻不容缓。

学校里,教师对科学技术讲得更细了,学生接受的知识比以前多了,可是,心理上的承受能力却比以前的学生差了。教师忘记了:在让学生领会知识的同时,还必须帮助他们提高心理的承受能力,即受到非议,遇到挫折,得到夸奖,都要承受得了。作为社会的人,这种心理上的承受能力,是必不可少的。为此,我们要进行心理素质教育。

现代社会,人与人之间交往的机会多了,但是,真正的友情少了。有人曾产生这样的疑问:“如今,社会上尔虞我诈的事纷至沓来,道德值几文钱?”因此,道德方面需要解决的问题很多,对中学生尤为重要。

电脑进入家庭后,网络联通了世界。然而,人们成天忙乱,缺乏冷静的思考。思维是打开学习之门的钥匙。养成思维的习惯,培养创造性思维的能力

力,至关重要。因此,思维素质教育,不可忽视。

彩电到了边远山区,家庭影院已不是什么稀罕事。然而,在一幅寓意深刻的画前伫立良久,凝神欣赏的人少了。流行歌曲,三岁的小孩也会哼哼。可是,“高山流水奏一曲,敢问知音有几个?”因而审美素质教育,真应该大力提倡。

由于缺乏社会生产生活的实践活动,没能掌握有用的劳动技能,从而许多学生走上社会不仅缺乏自理自立能力,而且缺乏劳动者刻苦耐劳的精神。因而常常有家长抱怨自己的孩子,没有从小树立劳动观念,缺乏生产生活的劳动锻炼。因此,对学生的劳动技能素质教育,必须加强。

在学习科学文化的同时,必须端正学习科学文化的态度。应该从国家需要、社会需要和完善自我素质结构出发来认识学习科学文化的重要意义,而不是单纯急功近利地应付考试;站得高,看得远,学习效率才会有所提高。我们所说的科学文化素质教育,就是这个意思。

希望我们这套丛书能在这几方面对广大读者有所启发。由于时间仓促,错误难免,恳请读者批评指正。

丛书编委会

2000年2月

## 前 言

“为什么我这么努力，学习成绩总是上不去？问题究竟出在哪里？”许多同学往往百思不得其解。有的同学竟然在解答难找的情况下，给出了不是答案的答案，说什么：“我的脑子笨，不如人家。”——这不是正确的答案，这只不过是吱唔搪塞。

其实，主要问题是：方法不对头。方法就是路。试想：你在上学的路上，走了弯路，绕了远，怎么会不迟到？！每门课有其自己的特点，方法也不一样。比如，学数学重在理解，就要在主动、积极、独立思考上下功夫；英语是一种语言，就要在听、说、念上下功夫。“好钢使在刀刃上”，把力量使在关键处，就能取得事半功倍的效果。

另一个是精神状态不景气。如果你对某门课发生浓厚的兴趣，学起来一定轻松，不知不觉就把该课程的内容掌握了。反之，你对它不感兴趣，心里总想着：这是被迫的，在自己肩上有莫名的压力，那怎么能学好！

是专注，还是“一心以为有鸿鹄将至”；

是坚持，还是“三天打鱼，两天晒网”；

是有远大理想,还是“做一天和尚撞一天钟”;

是信心十足,还是“畏首畏尾”。

这些对你的学习都会产生重大影响。

同学们!探索出正确的学习方法,昂首挺胸、  
理直气壮地朝前走,就一定能取得好的成绩。

作 者

1999 年 10 月

# 目 录

## 扬起理想之帆

|                    |      |
|--------------------|------|
| 挺起腰杆做人·····        | (3)  |
| 学习·目标·····         | (4)  |
| 北极星·····           | (5)  |
| 理想和事业·····         | (7)  |
| 事业心与道德·····        | (9)  |
| 好奇心·····           | (13) |
| 鼓足勇气,大胆提问·····     | (15) |
| 勇气是敲门砖·····        | (18) |
| 从贝多芬《第五交响曲》谈起····· | (19) |
| 知彼知己·····          | (20) |
| 长计划,短安排·····       | (22) |
| 千里之行,始于足下·····     | (24) |
| 今日诗·明日歌·昨日歌·····   | (25) |
| 谁是明天的主人?·····      | (27) |

## 打开智慧之窗

|                |      |
|----------------|------|
| 方法就是路·····     | (33) |
| 扬短避长者戒·····    | (35) |
| 只可意会,不可言传····· | (37) |
| 千里驹·····       | (39) |
| 从大禹治水说起·····   | (41) |

|                    |       |
|--------------------|-------|
| 语文最重要 .....        | (43)  |
| 写作与思维 .....        | (45)  |
| 文章是“写”出来的吗? .....  | (47)  |
| 有话则长,无话则短 .....    | (49)  |
| 让大自然去滋润它 .....     | (51)  |
| 谈修改文章 .....        | (53)  |
| 找书读的习惯 .....       | (57)  |
| “读”的妙趣 .....       | (61)  |
| 汉字,珍贵的遗产 .....     | (63)  |
| 千年的莲子能发芽 .....     | (65)  |
| 英语为我们打开了一扇窗户 ..... | (66)  |
| 大好时机 .....         | (68)  |
| 读英语课外书 .....       | (69)  |
| 小外国 .....          | (71)  |
| 翻来翻去 .....         | (72)  |
| 数学最有趣 .....        | (74)  |
| 数学语言—敲门砖 .....     | (79)  |
| 解题与反思 .....        | (80)  |
| 从馒头问题想起 .....      | (82)  |
| 自然现象与自然规律 .....    | (84)  |
| 带着问题观察 .....       | (88)  |
| 爱迪生的实验室 .....      | (90)  |
| 脑→手→脑 .....        | (93)  |
| 我是怎样喜欢上物理的 .....   | (95)  |
| 历史的画卷 .....        | (99)  |
| 地球上的居民 .....       | (100) |
| 口述 .....           | (102) |

## 学海无涯“乐”作舟

|                                      |       |
|--------------------------------------|-------|
| (不知道)×(不知道)=(不知道) <sup>2</sup> ..... | (107) |
| 不懂装懂者戒 .....                         | (108) |
| “自学成才”新解 .....                       | (109) |
| 历史给我们的启示 .....                       | (110) |
| 情绪 .....                             | (113) |
| 学海无涯“乐”作舟 .....                      | (114) |
| 专注 .....                             | (115) |
| 上课走神怎么办 .....                        | (117) |
| 试卷发下之后 .....                         | (118) |
| 关云长单刀赴会 .....                        | (118) |
| 学习与思维 .....                          | (121) |
| 学习三环节 .....                          | (122) |
| 兴趣—记忆—理解 .....                       | (124) |
| 提高记忆力的八要点 .....                      | (126) |
| 脑与学习 .....                           | (127) |
| 改善大脑功能的食物 .....                      | (128) |
| 自然环境对学习的影响 .....                     | (130) |
| 噪音对情绪的影响 .....                       | (131) |
| 敲门人 .....                            | (133) |
| 散文选读《耐力》 .....                       | (134) |
| 读《有木诗》有感 .....                       | (136) |
| 管不住自己怎么办? .....                      | (138) |
| 水滴石穿 .....                           | (140) |
| 后记 .....                             | (142) |

# 扬起理想之帆

要成功，首先必须确定目标，  
然后集中精神向目标前进。

——T·A·爱迪生

## 挺起腰杆做人

记者曾问我：“你小时候发生的，到现在还记忆犹新的事是什么？”我想了想，郑重其事地告诉他：“是五岁半时读的一张报纸。”也许你不会相信，五岁半怎么能读懂报纸呢？请稍安勿躁，且听我慢慢道来。

那不是凌晨四点印刷，清晨六点发到读者手中的日报，而是在下午两点印刷，四点发到读者手中的号外。我们兄妹六人，姐姐比我大十五岁，当我上幼儿园的时候，姐姐已上了大学。在男孩子中，我是最小的。一天，我刚从幼儿园放学回家，便直奔书房，准备让哥哥们给我讲故事。刚一进门，我便被一种紧张、异常的气氛惊呆了。只见哥哥姐姐们个个怒容满面，义愤填膺。哥哥们还不时地捶着桌子，暴跳如雷。难道他们是在吵架吗？不可能的，我们兄妹向来互敬互爱，互帮互助，吵架的情形是不可能在我家发生的。那是为什么呢？突然，我发现哥哥姐姐的视线都集中在那张报纸上。

我小心翼翼地钻到哥哥们中间，踮起脚尖，爬上椅子，再去拿桌上的那张号外。报纸的标题是醒目的黑体字：“日本，‘九一八’，北大……”后面的字我不认识。五岁半的我，只认识这七个字。这时只听哥哥说：“日本鬼子侵占东北，残害人民，简直太

欺负人了,我们一定要挺起腰杆做人”。当时深深烙在我幼小心灵中的便是“要挺起腰杆做人”。在以后数十年的人生旅途中,每当我遇到坎坷,遭受挫折,灰心懈怠时,“挺起腰杆做人”这句话就会萦绕在我耳边。它像一颗天际的“北极星”,时刻催我前行,励我上进。也正是因为亿万中国人“挺起腰杆做人”,才能把日本鬼子赶出中国去,才会有我们今天幸福、安宁的生活环境。

我想,对这张报纸我不须再做太多的介绍,你也一定了解了吧?

## 学习·目标

拿破仑说得好:“不想当元帅的士兵,不是个好士兵。”

学习也是一样,要有个目标。一旦选定了目标,就不要羞羞答答、半遮半掩,而要理直气壮,坚定执着地朝着目标前进。

目标要定得高一点。对于达到目标与否,不要过于介意,要有“大丈夫不争一城一池之得失”的气概。在上山的过程中,摔了一跤,碰破点皮,没什么关系,这总比一辈子往下出溜好。歌德说得好:“就最高目标本身来说,即使没有达到,也比完全达到了较低的目标,要更有价值。”

目标也是动力,有了目标,劲头就不一样了。

朝着那个目标走，腰杆都是直的，闲言碎语，都不会记在心上。些许坎坷，也被视为草芥。

唐僧不就是因为对“到西天取经”这个目标无比执着，才克服了重重困难的吗？

每逢人们在深山老林里迷了路，总是朝着北极星的方向走，北极星就是他的目标。可是，世界上有谁到过北极星呢？

## 北极星

当人们坐船的时候，看到河岸都往后退。这是什么原因呢？因为船在前进，比较起来，旁边的东西就后退了。

地球天天不停地由西向东自转。地球上的人不觉得地球在动，相反却看到夜里天空的星星都是东升西落地转动着。

地球自转的时候，有一根转轴，这根自转轴刚好指向北极星。就像陀螺打转的时候，它的轴固定指向一个方向一样，因此当地球自转的时候，天空中所有的星星都是东升西落，只有北极星才相对固定不动。

人们常说：“天上星，亮晶晶，数来数去数不清。”其实，整个天空用肉眼能看到的星星，不过6000多颗。古人为了便于认识星星起见，把天上的星星分成一个个的区域，这就是星座。看看这区域

里面的星星像什么想像的形状,就给它起个什么名字,有的用器具、人、飞禽走兽等名字称呼它。比方:大熊星座,小熊星座,人马星座,天琴星座等等。

关于大熊星座和小熊星座的来历,有这样的神话传说:天上的众神之父宙斯爱上了一个叫卡力斯托的少女,后来生了一个男孩阿卡斯。这事被宙斯的妻子女神赫拉知道了,她十分嫉妒,就把卡力斯托变成一只熊。阿卡斯长大后喜欢狩猎,有一天在森林中遇到一只大熊,他不知道是妈妈变的,就提起利矛准备刺死大熊。宙斯恰好看到,为了救护卡力斯托,把阿卡斯也化成一只小熊,阿卡斯才认出了自己的妈妈,始终跟随在妈妈后面。宙斯为了他们以后不再受害,就把他们提升到天界成为星座。

夏天,可以看到七颗亮星组成一个带柄的勺的样子,这是人们熟悉的“北斗星”,属于大熊星座。北斗星是北半球的重要亮星,七颗星中有六颗二等星,一颗三等星,虽然没有一等大星,但是形象显著易认,十分令人注目。因为北斗如此重要,我国古代把这七颗星每颗都起了专名,它们是:天枢、天璇、天玑、天权、玉衡、开阳、摇光。

北斗的重要性在于它能帮助指出正北方:从勺口引一根假想的直线,大约是勺深5倍距离的地方就是北极星。北极星又叫作勾陈一(西方名为小熊座 $\alpha$ 星),它是一颗和北斗七星差不多亮的二等星。因为它全夜全年不变动位置,故可利用它在夜间确定方向。面对北极星,前面是正北方,后面是正南方,左面是正西方,右面是正东方。