

<<清华北大不是梦>>

图书基本信息

书名：<<清华北大不是梦>>

13位ISBN编号：9787802065802

10位ISBN编号：7802065801

出版时间：2009-5

出版时间：光明日报

作者：赵怀利//季潇苑//靳鹤琼

页数：360

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<清华北大不是梦>>

内容概要

本书作者均为清华大学和北京大学近两届的高分考生。

结构上分为备考经验、考场发挥、各学科的学习方法、父母老师对“我”的情感呵护四大部分。

这本书不只是高三学生可以读，对高一高二学生，甚至是初中生都同样适用。

家长和老师也可以通过它，找到帮助孩子和学生的最佳方式。

这本书也不只是目标考清华北大的学生才可以用，书中所讲的方法和技巧，涉及的各方面知识，具有很强的实用性和高效性，是你或你的学生、孩子，考入名校深造，必备良师益友！

<<清华北大不是梦>>

书籍目录

Chapter 1 行百里者半九十 稳中求胜，自主复习 对于考前百天复习的建议 高考札记 阳光依然
 每依北斗望京华 备战高考，忙碌并快乐着 记备战高考的日子 看见阳光 [百日维新] 拼的就是
 心态 我总结的备考经验 走出自主招生的阴霾 似水流年，青春无悔 相信自己，永不言弃 高考
 ，梦想实现的地方 我的备考经验 山登绝顶我为峰 行百里者半九十 高三的春天 走过低谷，就
 是另一个巅峰 宝贵的一百天 在备考的日子里 让心灵之花盛放 高考备考建议 青春没有失
 败Chapter 2 一朝决战定输赢 记忆中的高考日记 浴火重生 一朝决战定输赢 给自己多一点信心和
 鼓励 全神贯注，临门一脚 有备而来，自信而归 打赢最后一仗 自信·稳定·适应 我心飞翔：
 记那紧张的480分钟 考试有方法，细节要做好 决胜考场Chapter 3 一枝独秀不是春 厚积方能薄发
 在语文中自由穿行 完美来自积累 高考语文学习方法小议 理科生拔高成绩的隐藏大招 [语]伴
 春芳分外香 理者见文 语文学感悟 提高语文很容易 聪明并非取胜的唯一武器 学习，坚持才
 是王道 让数学不再可怕 数学不再是文科生的软肋 我的数学观 我整理的数学学习方法 高考数
 学学习方法小议 厚积薄发游刃有余 让数学为你打开通往名校的门 高中数学学习方法与心得 我
 的数学备考经验 我为数学狂 高考数学学习经验 我的数学学习方法 通往理想彼岸的道路 文科
 数学满分兵法 如何高效学习英语 读出自己的语感 游刃有余厚积薄发 我的英语际遇 备战高
 考英语学习之我见 攻克英语的两把利剑 关于英语学习的一些方法 我的理综学习经验 写在垫板上的考
 前提醒 败也综合，成也综合 高考文综学习方法小议 负荷行旅 活学活用，融会贯通 文综绝非仅“背
 ”而已 得文综者，得高考Chapter 4 如果不曾遇见你 侨 阿土仔的旧单车 铭记那最深的感动 我的
 父亲母亲 母爱无言 沉甸甸的爱 母爱变奏曲 母亲的眼睛是红的 春风化雨，平易近人 漫记余
 本义老师 那些花儿 老师，谢谢您！
 那年高三

<<清华北大不是梦>>

章节摘录

Chapter 1 行百里者半九十稳中求胜，自主复习对于我来说，高考虽然已经过去将近一年的时间了，但是那些和千万考生一样艰苦备战的日子，那些黑板上每天变小的倒数的数字，那种对未来忐忑不安的心情，仍然历历在目。

现在回想起来，我高三一年并不是特别勤奋，没有起早贪黑也没有题海战术。

因此，最后能在高考中取得不错的成绩，并且进入梦想已久的清华大学，我认为还得归功于自己“求稳”以及“自主”的学习方法。

在这里，我也非常乐意与大家分享我的经验。

刚进入高三下半学期的时候，我的成绩还不足以进入清华，其中很大一个问题就是不太稳定，发挥好的时候能拿到前几名，发挥不好的时候就会掉到后面。

大家都知道，对于高考这种一锤定音的制度而言，“不稳定”是一个很可怕的定时炸弹。

我认识到了自己的这个弱点，决心利用高考前的最后一个学期，使自己达到每次考试都能稳定发挥的水平。

我认为，“求稳”有一个很有效的方法，就是让自己的生活变得规律化。

高考前100天，我每天的学习安排基本上都是一模一样的——早晨6：30起床，7：20早读课上复习语文基础知识，8：00开始上课；中午12：30吃完午饭，回宿舍读半个小时英语，然后午睡45分钟；晚上6：00开始晚自习，1个小时复习语文和英语，1个半小时复习数学，1个半小时复习物理，然后10：30左右回宿舍，11：00准时睡觉；至于理综的其他科目，都利用白天的自习课来复习。

每天如此，即使第二天有某一科的考试也不能打乱我的计划，因为我的目标不在于它，而在于高考。

这么听起来，好像我学习的时间非常少，大家可能会觉得根本不够用，但是，正是这种小强度的学习才让我能够长时间坚持下来，不落下任何一科地稳步提升自己的成绩。

当然，我建议根据个人情况的不同，自主调节分配在各科上的时间，并根据自己的情况安排早起和晚睡的时间。

我的经验证明，长时间地保持一种节奏感和规律性是非常重要的。

“求稳”，不仅需要平时扎实的基本功，还要求在考试中保持心态的平和。

当然，很多人会觉得这一点很难保证。

所以，检查是非常必要的。

考试中因为紧张、粗心而引起的问题实在太多了。

因此，做完试卷后，检查一遍甚至两遍是非常必要并且有益的。

有的同学可能就要问：“天啊！”

我连所有的题目都不一定做得完，哪来的时间检查？

”这就涉及到了考前训练和考试技巧的问题。

考前一定要练出做题的速度，不要太在乎准确率，快更重要。

拿英语做例子，我做一份英语卷子，除去听力和作文只要20分钟到30分钟：完形填空5分钟，语法填空5分钟，阅读5分钟一篇，信息匹配3分钟。

我做阅读题第一遍时从未完整地看完过一遍文章，都是先看问题然后到原文里找答案，甚至可能在做完一篇阅读后，却不知道文章在讲什么。

这种速度是靠我长时间的掐表计时训练出来的，因此任何人都有可能达到。

只要你练出感觉了，考试的时候留出富余的时间检查完全没有问题。

考试技巧方面，做第一遍时切忌长时间思考，5分钟内有思路就做，5分钟之后想不出来就马上改做下一题。

理科考试中更是如此。

我在做很难的卷子时，做完第一遍往往有许多空白，但是我不会有挫败感，做第二遍是我的秘密武器。

因为这样，一方面我可以检查做过的题保证它正确，另一方面可以重新调整思路去做没做出来的题。这样下来的效果会比你一次性认真地从头做到尾要好很多。

<<清华北大不是梦>>

这是因为同一个问题你在不同的时间想了两次，更容易迸发灵感或者发现错误。

我要推荐给大家的另外一个学习方法，就是“自主复习”。

自主复习并不是提倡在家中自己复习，而是指复习方法的自我适合度要提高。

大家都知道，在高考前，各式各样的参考书、习题册、试题集层出不穷，老师推荐的、同学在用的以及自己挑选的，到底用哪一些比较好呢？

还是全部都买了比较保险？

学习的自主性在这时候就很重要了，我认为跟风去买一堆参考书是毫无意义的，往往高考结束后，大多数学生手里都还有很多习题册根本就没有翻过。

因此，我建议各科各类只买一本。

例如我复习物理，只用了一本讲得很细并且附例题的旧参考书，一本根据最新高考大纲编写的习题册，以及一本各省市高考题的试卷集。

在别的同学参考书堆积成山时，我把这三本书一遍又一遍地翻烂了，感觉知识掌握得更透彻，做起题来更得心应手。

如果你是为了见识更多的题就买很多的书，我认为也是不必要的。

因为，无论是谁，想要押中高考题还真不是一件容易的事。

每一本参考书都有其独特的复习思路，同时用很多本只会打乱你自己的复习思路，得不偿失。

因此，自主选择适合自己的参考书，不因为别人有自己没有而感到不安和慌乱，这是复习的一大关键。

“自主复习”还体现在对自己学习情况的了解和调节上。

很多同学在高三时非常在意与别人的差距，别人看了一个小时书，好像自己就非要看一个小时甚至更久，否则就是不努力就会落后。

一到考试后排名，看到平时和自己差不多的同学比自己前进了几名，有些同学就急得如同热锅上的蚂蚁。

其实这完全没有必要。

“不要和别人比，只和自己比”这句话同学们肯定不陌生，但做起来却很难。

在我看来，不妨静下心来想一想，高考是你一个人的，别人考得怎么样对你一点影响也没有。

你可以和别人做比较，了解自己的位置，但是不需要因此改变你自己的步伐和心态。

那么，应该如何和自己比呢？

我建议每次模拟考试之前都制订一个目标，给每一科设立一个最低分和一个理想分，这两个分数要根据之前考试的情况而定，既促使你对自己的情况有全面、真实的把握，又让你有一个前进的方向。

待考试结束后，再与实际分数相比较，制订下一步的对策。

例如，在我目标中，英语最低要拿130分，争取到140分。

如果我这次考试实际拿了125分，那么我下阶段就要多花精力在英语上；假如我拿了135分，就保持原有步伐；假如我拿了140分以上，下阶段就可以在英语上少放点精力。

看，和自己比较才会有更实际的用处，不是吗？

那我们何乐而不为呢？

总的来说，我觉得我的秘诀就在于八个字：稳中求胜，自主复习。

也许细心的你已经总结出来了，归根结底，就是两个字——自信。

对自己有信心，才能按部就班地复习和生活，放长线钓大鱼；对自己有信心，才能不人云亦云，不以他人为量尺，而是自主研发、自给自足。

同学们，无论你之前的成绩如何，只要你还有时间，就还有希望。

我深深地理解每一位考生在备考阶段不时会有的慌乱与茫然，因为那一份心情还仿佛就在昨天。

当时的我就是靠着一份倔强的自信挺了过来。

因此，相信自己，相信你的付出，一定会有美好的回报。

清华北大，不会只是一个梦！

对于考前百天复习的建议我的经历也许和许多清华的同学不同。

我原本是2004级的学生，为了考上清华，我复读了两年，直到2006年才如愿考上。

<<清华北大不是梦>>

对于复读生来说，经历了高考的锤炼之后再重新回到高中，这种选择也许比备考过程本身更具挑战性。

复读能否取得比上一年更好的成绩，在很大程度上取决于考生的心态，尤其是考前最后一个学期的心态。

如果说我在2004年的高考失利是由于知识准备不足，那么2005年我仍旧未能如愿考上清华则主要是由于考前以及考场上的心态出了问题。

今天，我并不因为自己曾经是一个两度高考失利的复读生而感到羞愧，相反，如果我从自己三次高考的成败中总结出来的经验能让同学们更好地备战高考，哪怕是仅有小小的一点帮助，我都将感到无限幸福与光荣。

因为我仍然清晰地记得，在背负着沉重高考压力的时候，自己是何等希望能够从别人那里多获得一点关于备考的经验。

我想提供给同学们的主要有以下七点建议：一、要有自己的学习计划，并且要严格执行，计划的制订和落实同等重要。

在备考阶段，既要跟着老师的复习进度走，又要更进一步针对自己的特定情况安排除作业以外的学习任务。

自己心里一定要清楚自己各科的学习状况，每一科的知识到底有哪些还没弄明白，这些没弄明白的问题当中最需要马上弥补的问题是哪些，可以稍微缓一缓的问题又是哪些，应该怎么弥补，什么时候补什么，到全市第一次、第二次模拟考试之前分别要提高到一个什么样的水平……这些问题，是高考前必须清楚认识到的，并且对它们的处理一定要有规划。

尤其重要的是，这些规划一定要结合可行的时间表来执行，哪一天要学什么，学到什么程度，在哪一天之前要把什么问题彻底解决……这些都要规划清楚，并且一旦制订了计划，就坚决遵照执行，要有宁可不吃、不睡觉也要全部完成计划任务的决心。

我在2006年“五一”节的早晨就花了很长时间制订了一份“三十天计划”。

我甚至还记得自己在计划里写道，“语文，对成语和熟语需要继续巩固，在作文中备用的古典诗词需要回顾……”，“数学，数列的递推和不等式的证明要加强……”，“生物，第三册人体内环境与免疫部分还要多看课本……”，还具体写了从哪一天到哪一天主要加强什么板块的知识。

在这份计划的最后，我为自己定下了高考语文120分，数学140分，英语140分，理科综合280分的奋斗目标。

<<清华北大不是梦>>

编辑推荐

《清华北大不是梦》介绍了：清华、北大54位2007、2008届骄子们倾囊相授，学习方法+考试技巧+良好心态，在追逐梦想的路上，他们比你们先行了一步。

但是，他们却回过身，微笑着拉了你们一把。

也许你才读高一、高二，也许你还是初中生，还不足以临近“高考”的门槛。

那么，这将是清华北大的学子送给你们最好的礼物。

因为这一场迎着梦想的奋力奔跑，更早起步，将意味着拥有更多的时间、得到更好的策略、丢掉更小的失误。

抓紧时间起飞吧，长空万里，没有什么能够阻止你们飞翔！

走在美丽的大学校园，还是会经常想起去年的这个时候，那段备战高考的日子，那段残酷而又充实的日子。

高三，这两个字承载了我们的梦想和希望，泪水和欢笑。

面对高考，也有过迷茫和彷徨，但更多的是一次次地给自己加油，一次次地鼓励自己不要放弃，就算失望也不能绝望，就像在心底留了一盏明灯，灯光虽然微弱，却陪伴我走过了整个高三，走进了大学。

正如桑兰所说，信念是一道门。

我用自己的希望之光叩开了这道门，走向了光明。

<<清华北大不是梦>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>