

听高考尖子谈学习之道



个人档案

姓名:赵榕 分数:588分 考入学校:中国人民大学

赵榕:成功就是坚信自己最优秀

□晚报记者 朱东一/文 金月全/图

“成敗不在于闹市的喧嚣，也不在于人群中的欢呼和喝彩，而在于我们自己。”赵榕在作报告时，用了朗费罗的一句名言作为开场白。

“紧张与压力是贯穿整个高三的主旋律。”赵榕说：“接连不断的考试是高三学习生活的标志，而我曾有5次考砸的经历。整个高三一年的考试中，欢呼者中很少有我。可贵的是，在我迷茫的时候，老师依然相信我可以走出低谷，家人也为我无私地付出着，他们的信任成了我最坚强的后盾。”“我经常总结自己的失分原因，严格执行自己的学习计划……终于，去年临近春节时，我第一次考了班级第

一名。”赵榕说。

第二轮考试开始后，赵榕的文科综合成绩在班级排名很靠后。模拟考试就是因为文科综合成绩拉分而惨败。随着“百日冲刺”的临近，赵榕更加着急了。她说：“主动出击的收获，远大于被动接招。”

无奈之下，赵榕又买了几套文科综合试卷，她见缝插针地学。

功夫不负有心人。最后一次模拟考试中，赵榕的文科综合成绩名列全校第二名，总成绩名列全校第二名。“今年高考，我的文科综合成绩排全校前三名，总分排全校第二名”。

谈起高考的考场体验，她说：“好习惯很重要。高考考的是心态，拿我自己来说吧，语文考

完后，自我感觉特别差，除了不担心作文外，其他的都让我心存忧虑。其实，平时同学们就应当拥有良好的心态，具体体现在以下几个方面：1.自信。只看自己，不在乎别人的学习情况。只要自己足够强大，能够进入理想的大学，便完成了任务。要相信自己的能力，不要一味患得患失，计较名次与分数。2.从容淡定。如诸葛亮所言，‘非淡泊无以明志，非宁静无以致远’。”

“只有坚信自己是最优秀的，才能成为最优秀的人。这句话是我心中的太阳，无论什么样的雾霾，都遮挡不住它给我带来的光明。”赵榕最后表示，希望她的经历能给即将走向高考的莘莘学子提供有益的借鉴。

刘傲飞:发挥特长也能赢

□晚报记者 朱东一/文 金月全/图

“能进入自己理想中的大学学习，无疑是件美好的事。幸运的是，我考入了理想的大学。”刘傲飞说。需要说明的是，刘傲飞在高三通过了复旦大学自主招生的笔试，也就是俗称的“千分考”，最后也通过了复旦大学自主招生的面试。

刘傲飞表示，自主招生改变了她的命运。她说，复旦大学的“千分考”笔试涉及高中范围内的10门主要学科，200道题皆为选择题，每题做对得5分、不做不得分、做错扣2分。“我感觉它是对语、数、外、政、史、地、理、

化、生、计算机的全面考察，对于普遍在高一就已分科的我们来说，难度巨大。而对于文理发展比较均衡的同学来说，则是一次巨大的机遇。”

对于复旦大学自主招生的备考要点，刘傲飞认为，第一要学会安排时间。“为了备考，我夜里12点之前很少睡觉，有时做题做到凌晨一两点。”她说，第二是态度很重要。不要认为不可能、做不到，如果不尝试，就永远不可能成功。“我去郑州参加复旦大学的考试时，在考场里看到有些考生紧张得直哆嗦，我还在不经意间看到一个女生在抹眼泪。我想起班主任的一句话：‘危机危机，危中往往有

机，聪明的人善于在危中寻机。’于是，我在考场上格外地冷静果敢，顺利地通过了复旦大学的笔试。”

对于自主招生的面试，刘傲飞说：“重在平时的积累，学习之余要多翻翻报纸、杂志，有计划地阅读一些优秀书籍，这样不仅能帮助你在自主招生面试中获得面试老师的青睐，还能丰富自己的人生，为大学生活打下良好的基础。”

最后，刘傲飞告诉大家，相信自己，把握机会，充分挖掘自己的潜能，尽全力做到最好，相信天道酬勤。同时，她还希望学弟学妹们能考上理想的大学。



个人档案

姓名:刘傲飞 分数:543分 考入学校:复旦大学

魏畅:认为自己能行,那你就行

□晚报记者 张洪涛/文 金月全/图

“一次考试的失败，永远不能为你的人生下定论，即使它非常重要。中考失利、高考失利又怎样，只要你依然认为自己能行，那你就行。”在报告会现场，自信满满的魏畅这样对台下认真倾听的小记者们说。

学习、生活中的魏畅是个自信乐观的人。进入高中后，面对剧增的学习压力和各种考试，他也曾感到喘不过气来。对此，他没有生硬照搬别人的学习方法，而是结合自己的特点，总结了一套适合自己的方法。

“我不太喜欢定计划，我喜欢想起来什么

就干什么，当然这并不是一个好习惯，只是说它比较适合我。”魏畅向大家介绍了一些自己在高中学习的习惯。他认为，记忆是理解的基础，记知识点的时候，要多次短时间地记忆。比如你要记单词，每个小时抽出来10分钟去记，比一个小时一直记效果要好。另外，记过的知识点一定要及时并多次地复习，不然很快就会忘掉。

“把语文当成数学，把数学当成英语，把英语当成语文。”为了对付紧张的高中学习，魏畅还总结出这样三句话。他介绍，“把语文当成数学”，就是对待语文要和数学一样重视，并且像做数学题一样多做题。他认为

为，高中的语文需要记忆的东西并不是太多，远少于英语，所以要靠多做题来培养感觉；“把数学当成英语”，并不是要你背每一道你做过的题，说的是对于经典题型要注重积累，巧妙的方法要记住。如果你能保证所有你做过的题现在都会做，那么你的数学一定会考好；“把英语当成语文”，是说日常生活中要多用英语，用多了自然也就熟练了。

“不要太过于追求成功，尤其是不要苛求完美，尽量用一种平和的心态去面对一切。”魏畅告诫大家，当你能够平静地面对中考、高考时，你已经赢了。



个人档案

姓名:魏畅 分数:629(理科) 考入学校:复旦大学

吴博文:路虽远,行者必至

□晚报记者 姬慧洋/文 金月全/图

高考其实就是一个跳板，跳得如何，决定了以后人生起点的高低。高考的重要性不言而喻，如何能够赢得高考，吴博文说，学会适应紧张的生活和学习，在不断的总结中收获成功。

他说，高中生活的第一步就是学会适应紧张的生活和学习。首先要正确认识自我，及时调整心态，搞好同学关系，创造一个良好的学习环境。只有及早适应高中的生活，才能在学习上不落后于他人。

“在学习期间，根据各学科的特点，结合

自己的实际情况，找到适合自己的学习方法是非常关键的。”吴博文说，比如语文，我们要多读一些好的文章，积累一些好的句子，在写作时会很有帮助。此外，包括政治、历史、生物等都需要多背诵，将知识点记死、记牢，打好基础，这是非常重要的。而对于数学、物理、化学等，则需要在记牢基础知识点的同时，多做一些题，做的题越多，你对知识点的掌握与运用就会越熟练，考试时也就更得心应手。

在谈到学习的小窍门时，吴博文说，最重要的就是多总结。在课后及一个单元的学习结束后，都应当进行总结。将知识

点总结在一起，既有利于记忆与理解，也有利于高三的复习。在考试过后，也同样应当总结：对考试中的得与失进行总结，有利于更好地了解自己的学习情况，便于下一阶段的学习；平常做题后，对遇到的好题和好的解题方法多总结，有利于提高做题的速度与准确度，这两点在高考中是非常重要的。

吴博文认为，在高中的学习生活中还要注意身体，保持好心情，合理地安排自己的学习、娱乐与休息时间，制定适合自己的学习计划并严格执行，学习效率才会提高。



个人档案

姓名:吴博文 分数:666 考入学校:北京大学