

好方法和好心态

## 两大法宝助我考上理想学校

清华大学日新书院2022级钱学森班学生 宋舒云

冲刺高三,考生要选对方法,努力才会锦上添花。

高三这一年,我的生活基本是在学习中度过的,低头鏖战学海,偶尔抬头幻想星空。努力是每个高三生的必备“武器”,逆水行舟,不进则退。但仅有努力是不够的,没有方向的努力就容易陷入“无头苍蝇”的困境。所以,找到适合自己的方法,才能事半功倍、更加从容。

## 灵活制定学习方法

我的学习方法是灵活的,每个学科都有不同的策略,不忽视任何一个学科。

历史、地理、英语、语文算是我的优势学科,但成绩都不稳定,所以我给它们分配了基本相同的学习时间。我认为任何科目的学习都重在基本功,要重视历史的史实、地理的主干知识、语文的前期积累和英语的词汇量等。历史和地理的学习重在构建自己的知识体系,这是我一直以来最重视的事情。我会把历史和地理的基础知识点,按照自己的方式理解和记忆,并建立框架,用逻辑链条串联各部分的知识。这样在考试中我就能调动运用得更顺畅。英语重要的是阅读量的积累,积累到一定程度后“题感”就会很好。高三生活的很长一段时间里,我都坚持外刊阅读,扩充词汇量和知识储备,取得了不错的成效。

作文是我在高三取得的最大突破,“一模”还曾写出了满分大作文。我的作文学习法宝是摘抄本,我会抓住所有老师给的素材(包括各种散文)和自己的阅读积累,不断从不同切口思考素材在议论文写作中的运用,灵活运用在作文中。提升人文关怀能力是提高作文格局的秘籍,我在写作时会用情感和文笔让议论文变得更柔和,以打动读者内心。

相较之下,数学和物理则是我的薄弱学科。经过一段时间的查漏补缺,我发现问题主要在于基础不牢。所以在别人努力刷题时,我分出一部分时间回归教材,将所有基础概念理解透彻,在考试中尽量不再出现小的失误。数学和物理题有一定规律,高难度的题我不那么有把握,因此在做中低难度题时,我保持逻辑清晰和严谨,确保得到该拿的分数。

## 放下杂念 保持好心态

心态调整也是高三时的一项“课题”,心态的好坏会影响发挥,进而影响成绩。我的高三跌宕起伏,区里4次大考让我经历了犹如过山车般的成绩起伏。

第一次大考时,因为我没有心理负担,在轻松的心态下意外取得了理想的好成绩,同时也给我带来了很大压力,开始有了包袱和杂念。我开始关注别

人的学习情况,一心想着怎样才能得到更高的分数。

由于过度在意成绩本身,我的第二次大考成绩有所下降。之后我便处在焦虑状态中,总是觉得其他人能很快写完作业,还能有时间做别的事情,而我自己的事却怎么也做不完,自此陷入了迷茫。后来“一模”时,我考出了很差的成绩,父母和老师都帮我分析了问题和解决办法,我也重新调整了状态,卸下包袱,开始专注于知识本身。即便“二模”前后一段时间居家学习,我也保持了良好的心态,每天劳逸结合,动态制定适合自己的学习计划。于是,我的成绩在“二模”回归了正常水平,高考也得以正常发挥。

实力的确决定成绩,但心态也会影响成绩。总而言之,有了努力作为底色,好的方法和心态能让高三这幅画卷更加绚烂。回想高中三年,我最感谢的是老师和同学的陪伴。我爱的老师们会用无声的陪伴给我勇气和信心,让我相信未来的美好;他们还在每一次的交流沟通中给予我力量,发现并解决我学习上的问题,倾听我的迷茫,让我安放情绪。我的好朋友们可以与我分享快乐,在我难过的时候给予鼓励和安慰,促使我不断前进。

我感谢他们的陪伴,让现在的我相信那一切都是最好的安排,相信未来还有无尽的远方在呼唤我的到来。

## 热爱的风会将你吹向成功的彼岸

华中科技大学计算机学院学生 李济森

高一时,我加入了学校模拟政协社团,希望能在未来为社会发展建言献策。通过观察身边的同学,我发现许多人对未来职业发展很迷茫。许多同学即使到了高二高三,还是不知自己对哪些大学专业心之所向,更不用谈自己对以后要做什么工作有何规划。

经历无数个日夜的调研、访谈,我和同学在社团老师李杰的带领下,名为《在企事业单位建立高中生职业体验基地》的模拟提案大功告成,在全国大赛上拿了大奖,还被海淀区政协真正采纳落实,成为“一号提案”。如果说学习计算机是我的个人理想,那么为社会发展贡献一份力量则成为了我心中的诗和远方。当我听到学弟学妹说,我们当初的提案已经逐步落实的时候,心中的成就感远超出考上一所好大学。它让我意识到人在社会中的价值,哪怕是高中生,依然可以作出力所能及的贡献,让自己的奋斗更有价值,对未来人生有“大用”。

所以学弟学妹们,如果精力允许,建议大家充分利用宝贵资源,参加活动与社团,找到属于自己的、值得一生奋斗的长远目标,最好是能将个人志向与社会、国家的发展联系在一起。

刚接触计算机的时候,它还不像现在这么火。初中的我懵懵懂懂地加入了校学生会技术部,尝试编程、搭建网站。虽然成果在现在看来拿不出手,但计算机世界的无限魅力也足以让一团热爱的小火苗在我的心底燃起。只有小火苗是不够的,要想让它成为真正的理想之火,还需要一片允许其发展的沃土。很幸运,我找到了我的高中——北京一零一中学。

高一时,班主任老师刘志茵在得知我对计算机感兴趣后,极力推荐我参加北京“翱翔计划”。学校的老师们也给予了最大力度的支持,让我有机会进入清华大学信息国家研究中心,跟随教授和学长尝试科研、实践项目。在那段时光里,我学到了很多高中阶段难以接触的知识。这一年多的

探索让我心中的火越烧越大,对学习计算机专业的执着也越来越深,认准了它就是我的理想所在,希冀着以后可以和它朝夕相处。“我一定要学习计算机专业,还要在业内顶尖的在大学里学习!”当时课内成绩并不算优秀的我在心里暗下决心。

后来的故事变得顺理成章。高二、高三的我一直在追寻着这个理想,也在追赶着计算机专业因热度越来越高而水涨船高的分数线。刷过了一套套试卷,写干了一支支黑笔,成绩虽有波澜起伏但总体稳步上升……最终,高考结束、收刀入鞘。在志愿填报时,我填上了清一色的计算机专业。

或许这就是理想的力量,哪怕有千难万阻,我也要逆着风前进、一苇以航。当时周围有同学不解我为什么会有如此执念,但我想,我已经给自己交上了完美的答卷,其余无须多言。所以,我建议学弟学妹们,尽快找到心中所爱,然后朝着它拼搏吧,热爱的风会将你吹向成功的彼岸。

## 分享我的居家备考经

北京建筑大学建筑学院  
2020级建筑实验班学生 吕婧文

我高中来自八一中学,读高三那年时恰逢新冠疫情来袭,于是有了后半学期居家备考的经历,现以过来人的身份和新高三生做如下分享。

## 居家备考要自律

居家备考,认真听网课与在校期间认真听讲是同样的道理。同样一天课,可能考生会感到在网上更累一些,有时还会有些烦躁。这样的话,可以适当减轻课后的学习强度,保持头脑清醒,提高效率。老师在网课时看不到学生状态,因此考生是选择放纵自己还是更灵活地做学习规划,完全由自己去选择,这时自律就比较重要。

周末的时间建议考生用来突破瓶颈而不是保持手感,因为平时各科已经有持续不断且大量的练习了,周末可以尝试解决压轴题,给自己增加难度。当然基础比较薄弱的同学还是要重点抓基础,如果基础很稳,就考出理想分数了,高考最怕简单题失误,完成更高难度的题目则是锦上添花。安排合理的话,在高三完全可以提升一个台阶。但考生不要急于求成,更不要患得患失。

## 总结是个好习惯

我认为总结是最重要的。笔记和错题整理都是比较常见的形式,记

什么、整理什么很关键。零碎的知识点和完整的知识体系完全不同,照着黑板抄一遍和根据自己的理解背默一遍完全不同,只有框架和细节满满也完全不同,但只要效果达到了就是好的总结方式。总之,提炼总结这个过程很重要,不论是在脑中还是在笔头上,我高中时习惯在脑中整理知识点,强化记忆,遇到自己经常出错或记不清的地方也会很认真、很详细地写在纸上。

对于有自己一套不一定常规、但行之有效的学习方法的同学,希望你们一定要坚持住,不要随波逐流。学习方法没有对错,只有适不适合,在这方面只要听从自己的内心,达到效果就是好的。

对于大多数考生而言,相信自己的老师就好了。他们对高考很有经验,跟着他们的节奏,认真完成老师布置的每项任务,绝不会有大问题。

下面教大家一个简单判断自身情况的方法:看高三前的一些小考成绩,如章节测验之类的,因为这些考试往往是在刚学完某知识不久时进行的。如果考得不错,就说明自己的学习方法或者状态是好的,快速掌握了知识;如果不是很理想,那就需要继续不断练习,按部就班跟紧老师的步伐。找准定位后,考生千万不要左右摇摆。