

那些高中基础教育的遗产

清华大学人文学院历史系博士生 冯立

高考结束11年后，再回顾过往，我发现为应对高考而养成的学习习惯有许多至今在自学中仍不过时，甚至自己如今平均一日读完一本书的阅读能力，也主要源于在人大附中高二选择学文科后有幸遇到三位良师给予我的培养，由此打下了良好的基础，丰富了个人的全面素质。

地理：李文君老师

李文君老师是我们高中最初招聘来的几个博士之一，带班能力与教学能力十分优秀。她32岁考研，上了中科院地理所，继而从硕士到博士，是个学霸级人才。李老师跟同学们关系好，为了鼓励大家好好学习，有一次谈起了自己求学的励志故事，可以说是一段传奇。李老师故乡原属于唐山市下的一个县。家里三个兄弟姐妹，她排行老大，上世纪80年代大学毕业后就回唐山工作了，在当地一所普通高中当老师。那里有不少调皮的孩子们，但学生对她都是毕恭毕敬的。

她在中学教书勤勤恳恳。几年后，她弟弟参加高考，成了唐山市的理科第一

名。又过了几年，她家所在的片区被划归到秦皇岛市，她妹妹成了某一年的文科第一名。于是她开始琢磨，自己是不是也有较高的学习天赋还未被开发。她暗下决心，要考中科院地理所研究生。但她离开大学已近十年，记忆力下降，有深度的知识也背不下来多少，需要琢磨新的学习方法。她拿出中学教学的规律法则，不断梳理、不断理解考点，梳理规律，琢磨题意与考试“套路”。惊喜的是，目标定得高远，有志者事竟成。她一次就考上了。对于年逾30岁、荒废学业一段时间的人来说，考出这个成绩很厉害了。

我的地理成绩较好。高二文理分班后，她又带我所属的班级，便提拔我为地理

课代表。我们班是普通班。李老师刚来学校工作一两年，但她告诉我们，学地理关键是要学会理解，要清楚地理环境、大气运动、洋流运动的规律是什么，它们是怎么产生的，产生了什么影响。即使有一些具体数字记不住也没关系，关键要理解每种地质活动的所以然，把知识间的关系弄明白了，不需要背诵，也能学好地理。

我在高考地理备考中，从未刻意背书，主要是理解知识后划书与做题。最后高考中，地理选择题全对，总分是90+。

现在想来，李老师教我们的学习方法就是细读、理解的功夫，一点一点读，一点一点理解，磨刀不误砍柴工。

历史：于秀娟老师

于老师的教学特色是善于激发学生学习的积极性。她鼓励我们：“别看现在你们距离1班的成绩差距大，但我能保证，‘一模’时你们的历史成绩会有立竿见影的变化。不管你们高中前两年是哪位历史老师教的，从今天开始，全班重新订高一、高二两年的4本历史教材（当时是人教版的教材，三年5本书），从现在到‘一模’，我们每两个月重新学一本教材，相当于学完高考需要考的80%内容。我保证，只要认真学习我教给你们的读书法，高考时你们就能拿到80%左右的分数。总之，最后教材不会全部讲完，你们最后学完大约90%的内容，要是学得好，你们就能拿到90%的成绩。”

于老师的教学法有一点诱人，给了基础较弱的同学一次逆风翻盘、向阳而生的机会，但也是一步险棋。因为于老师要求大家放下过往，重头开始再学一遍，只学习不复习。于老师觉得对高考成绩影响最大的是心理素质。很多考生一到高考考场就慌，慌了容易忘，忘了就考砸。她的这种教学法是培养大家的心理素质，而且在“一模”时能提前见效。只要敢接受这300天的心理挑战，3天高考又算什么？

于老师的教学法是，每

人拿到一本全新的教材，选择一根喜欢的彩色荧光笔，看每一句话，只标记出这句话的名词主语、动词、名词宾语、程度副词和数字词。每一讲的内容中，可能会出大条的内容，如“《南京条约》的条款及其影响”，按时间、地点、签署人、签署内容（赔款金额、开放口岸名称、条约性质判定）等划分，把每条内容与其产生的影响一一对应。刚开始，句子的成分由老师来划，如此流程之后，我们会多准备一支铅笔，在课前先划一遍词，等老师讲完公布答案，自己检验学习成果。再往后几节课，学生熟悉了这一流程，于老师会叫一名同学说这节课怎么划书，再叫一名同学点评哪里划得不对。如果第二个人答得不全面，会再叫第三名同学补充。在讲到第二次鸦片战争、甲午战争的条约内容和影响时，于老师会再让大家回顾第一次鸦片战争的条约内容和影响，做对比强化记忆。

如此反复，大约到了第二册时，我们基本上都可以自己划书了。再往后，上课时学生会打赌，能否一次性猜出老师整本书所有的划词。那时，基本上划词正确率100%的学生越来越多。对于“一模”考试，大家很紧张，毕竟都没复习。成绩

出来后，我们班的第一名考了85分，在年级并列第11名。我考了84分，是全班第二，年级并列第13名。我们班的平均分只比1班低了1分！

这个消息非常振奋人心，让人更加震惊的是，讲评试卷时，发现全区公布的标准答案的顺序，跟于老师教我们背书的提取关键词的排序几乎一模一样。全班同学对于老师心悦诚服，视她为我们班的“第一班主任”。

到了高考时，我们的确没有学完全部历史书，但我的高考文综历史单科成绩考到了90+。

于老师用实际行动给我们上了一堂生动的课，最牛的教学莫过于即使是一手烂牌，也能打到起飞。没有教不出来的笨学生，只要敢带、会教，就一定行。

现在想来，于老师教我们的，其实就是如何在理解阅读后快速提取关键词的能力。如何在一大堆信息中迅速捕捉干货，并教会学生如何梳理总结规律，这在读书时非常管用。一遍细读认真理解，理解后捕捉关键词形成知识网络，这种网络是自己梳理而成的，比别人灌输的印象更为深刻，且学习知识的过程淡定从容，不浮躁，效率也最高。



2018年10月，冯立受邀在北大外国语学院2018级葡萄牙语班讲授阅读方法。

数学：周建华老师

高中时，我数学成绩不佳，尤其到了高三，150分的卷子我经常得七八十分，从来没有及格过，直到高三下学期入学的摸底考试仍是这样。我家长十分着急，多方打听寻到数学老师周建华。听说他女儿在他的辅导下，拿了北京高考理科数学满分。在高考前100天左右时，希望能让我到周老师门下恶补数学。

毕竟我的成绩不怎么样，离高考时间也不多了。周老师第一次说想先看看我到底什么水平，于是让我拿高三第一学期期末和高三下学期入学摸底的卷子来。看完卷子，周老师对我爸说：“您儿子基础还可以啊，我觉得他高考能考120分以上！”

当时我爸十分震惊，问周老师：“那您看他需要在哪儿下功夫，需要突击多长时间？”周老师说：“不需要多长时间，从现在到高考还有大约12个星期，每个星期让他来找我，每次1至1个半小时就可以了。”

后来，每个星期我都去周老师家。学校布置的考试卷和作业错题他都不看，只让我把数学教材拿来，每次给我发5页草稿纸，先把数学概念朗读一遍，然后从第一个数学概念开始，在草稿纸上默写数学概念，一个字都不能错，如果错了就重新再写。

对于大多数人来说，默写概念轻而易举，但细致到每一个字并不容易。第一个星期，我默写了1小时左右，周老师觉得这星期让我全部默写正确没希望了，就针对我经常犯错误的概念所在教材的例题，让我

做一遍。我先对着例题看一遍，然后把例题默写一遍，每个步骤一点儿错误都不能有。

如此反复，到了第三个星期，基本上我可以把所有概念全部默写出来，之后全篇默写例题。大约六周左右，我基本上能默写正确80%的例题，以及全部概念。

记得最后一次去周老师家，他又让我把概念默写了一遍，然后鼓励我增强信心，不到1小时就让我回家了。

高考当天，我把选择题、填空题和第一道大题全写完后，发现从第二道大题开始，后面每一道大题我都只会做第一问，不会第二问。考完试，我很心慌，准考证都没拿就走了。后来还是监考老师追出去把准考证还给了我。

高考出分那天，我不敢查分，是我妈打电话查的。我的数学成绩是121分！当天下午，我就去周老师家感谢他。父亲特别激动，问周老师，他那独特的教学法的核心用意是什么？周老师说，中学教育最重要的是打基础，其他问题万变不离其宗。基础概念与例题看似简单，但精华还是概念。例题虽然简单，但其中蕴藏着最为重要且基本的逻辑关系。打好基础，熟悉基本思路，才能以不变应万变。”

李文君老师、于秀娟老师、周建华老师，教会了我打好基础非常重要。

后来，我读了很多书，非常重视各种基础知识的积累。初学一门学科，生怕基础不牢，我会在同一个主题的课程选两位不同的老师去听。我本科在人民大学，中国哲学史既听过陈壁

生、姜日天教授合讲的基础课程，又去修过彭永捷教授的中国哲学原典选读。西方哲学史既上过侧重古典哲学领域的张志伟教授的课，也上过侧重20世纪现代哲学的欧阳谦老师的课程。各个学科的门人著作的阅读数量更是不胜枚举。现在想来，或许是这样在入门基础上的反复磨刀，让我后来对于每个学习领域都可以驾轻就熟，游刃有余。

基础打好后，我成功保研，继而考博到了清华，人生又上了一个台阶。有时，我跟别人讲一些很基础的事情，总有人说你这都是套路，不够真心，对我的观点不屑一顾。然而仔细分析可知，所谓套路，本质上都是根本基础，只有打好基础，再辅以细心、耐心、真心，才能有长远进步。一切创新均是基于坚实的基础之上构建而成。一个人如果连基础规律都无法烂熟于心，怎么可能在某个领域做到出类拔萃呢？

恢复高考已四十余年，在此之际，我想感谢十几年前高中时遇到的三位良师。上大学的十年来，我先后阅读了近3000本书，如此高效的阅读方法多少得益于高中时的良好教育。在此基础上，我也琢磨了一些精读功夫，例如通过精读至少20本专业书籍夯实专业基础，再开始泛读，才能有大量阅读的持续性，速度才能快速提升。三位老师给我带来的精神力量，促使我来清华当助教后，特别喜欢接手有难度的班级。我将三位老师教给我的方法传授给了我的学生。他们也觉得受益良多。薪火相传，这让我倍感欣慰。