

遥想当年高考时

又是一年高考时,冲锋的学子们已走上战场。每年高考考题在变,考生在换,但考试前夕的紧张、焦虑,高中三年的拼搏却从未改变。本期,记者走进历届高中优秀毕业生,听听这些“过来人”的高考故事,或许能给正在迎战高考的你一些启发,保持最佳的状态冲刺高考。

编者按



董陈杰:学习习惯要养好 提前规划很重要



“十年苦读只为今朝,希望每一位考生都能全副武装,以淡定、从容、自信的心态走上考场,考出自己理想的分数,考上自己理想的大学。我们在前行的路上等着你们到来,高考加油!”这是毕业于北京大学化学与分子工程学院的“学霸”董陈杰,在又一年高考季对学弟学妹们的寄语。

高中生活已过去近五年,侧身回望,董陈杰说自己依旧清晰记得五年前大家紧张备考,认真复习重点难点,刷着历年高考真题的场景。“我在遂昌中学度过了人生中学习、生活与成长都至关重要的三年,老师们对我的谆谆

教导让我没齿难忘。”董陈杰说。

一晃之间,董陈杰在北大度过了四年时光,经历了从“小鲜肉”到“老学长”的转变,走过了全国23个省区和60个城市,再回首,高中生涯是他度过最美好、最单纯、最有意义的时光。董陈杰说:“现在我最想和学弟学妹分享一句话,就是要珍惜眼前时光,努力拼搏,遂中将会因你而骄傲。”

虽说高考压力让很多考生透不过气,但董陈杰说自己的高中时光过得开心、充实,没有太大压力。“我能考上理想大学,与我的学习方式方法有很大关系。”董陈杰坦言,高中时,他把科学合理的学习规划放在首位,在对知识点充分了解的基础上,将习题、试卷等资料分门别类,整理出自己的错误点和薄弱环节。同时,学习规划一定要分短期和长期,短期内可以是比较细致和可把控的目标,长期就是要明确理想的大学和专业规划。

“在当前新高考的背景下,大学招生进一步细化对学生的专业要求,包括大学的自主招生和‘三位一体’都需要学生了解自己的兴趣和擅长领域,所以尽早开始思考和规划自己的未来是很有帮助的。”董陈杰介绍,除此之外,良好的学习习惯是成绩提升的“加速器”,特别是要养成理解后记忆、零散时间记忆等习惯;同时要定期复盘,回顾错题,总结自己阶段性的错误和得失。

“学习要讲究效率,所以明确时间规划尤为重要。”董陈杰说,学弟学妹们一定要有一套符合自己学习、休息、娱乐的时间模式,“每个人的情况都是不一样的,如果照搬别人的时间安排,只能是东施效颦,反而会降低自己的学习效率。”

除了平日学习方法,“学霸”董陈杰还给即将高考的学弟学妹们准备了高考“小技巧”。“首先一定要放松心情,充满自信,其次是调整好作息和状态,避免突发状况。”董陈杰说,“最后,祝愿学弟学妹们都能考出自己理想的成绩,祝愿母校遂昌中学能够更上一层楼,创造新辉煌!”

记者 郑玲烨

刘亦艾:注重细微知识点 加强沟通是关键

2016年,刘亦艾以678分的高分考入华东师范大学法学院,生活中的他健谈又爽朗,热爱阅读和运动,是个不折不扣的学霸。

“注重教材里的细微知识点,不仅仅是因为这部分知识很可能是考点,还因为这些局部的、细节的知识点,对教材整体内容的理解大有益处。”问及高中时代学习经验时,刘亦艾说,每个人的时间和精力都有限,因此还是要多与老师、同学沟通,交流想法,避免耗费不必要的时间成本。

又是一年高考时,两年前的高考经历还历历在目,刘亦艾坦言自己当时太紧张,“希望今年参加高考的同学们能够保持平稳心态,复习的时候把高考当回事,考试的时候别把高考当回事。良好的心态,是稳定发挥甚至超常发挥的基础。”

“我喜欢研究往年的高考试卷,不仅研究内容,也研究答案的分布规律。”刘亦艾笑言道,这只是自己琢磨出来的“小技巧”,高考必然是每分都志在必得,因此这种技巧并非人人适用,仅限于应付确实有难度的选择题。

现如今刘亦艾已是一名大二学生,不仅是班长,还是学校“尚义读书会”本科生负责人。“大学给我最大的感受就是自由,这是一种‘积极的自由’、心的自由。”刘亦艾说,高中时代经常把大学的自由理解成“消极的自由”,即学校、老师不会像高中时那样用条条框框要求学生,但上了大学才领悟到,大学的自由其实是一种“积极的自由”,在于学生可以自由决定自己想要做什么,以及自由地安排自己的时间,但首先必须要完成自己的学业。

“很多人到了大学便自我放纵,网络上流传着太多类似‘59分是犯罪,60分万岁,61分是浪费’的言论,许多人被这一言论误导,大学时光浑浑噩噩,至毕业才恍如大梦初醒。”刘亦艾说,其实大学时光稍纵即逝,还是应当把握当下,做好一个学生的本分。“重视本专业课程是第一要务,否则我不知道一个人去读大学是为了什么。”在刘亦艾看来,学习依然是大学生活最重要的部分,但大学的学习,除专业课程,还应当充分利用好大学的各种平台和资源,扩大学习面。大学还是个小社会,既能学习和积累社会经验,也允许你在各个方面去试错。

见习记者 蓝怡俊

黄修远:知识积累是基础 良好心态“决胜负”

黄修远2016年从遂昌中学毕业,现就读于浙江大学动物医学专业。马上就要结束自己大二生涯的黄修远,在提起高中的学习和生活时,话匣子一下子就打开了。

“我原来应该是2015年高中毕业的,但当年因为高考成绩不理想,就选择了复读一年。”黄修远说,面对高考的失利,他曾经绝望过,但是更多的是不甘心。于是,在父母和老师的支持下他选择了高复,选择为自己的人生再搏一回。

黄修远坦言,高复的那一年,心理压力非常大。他常常会在独处的时候反问自己当初的选择是否正确。当记者问他是如何走出那个自我怀疑的境遇时,他回答:“我认为自己是自信。”黄修远告诉记者,为了让自己有更好的状态适应考试节奏,并重新建立起自信,除了参加学校安排的统一模拟考试外,他还会在课余时间找来各地的模拟试卷,自己掐着时间模拟高考进行训练。

“从我两次的高考经历来说,我觉得高考不仅仅是考验知识的积累,更重要的是考验你的心态。”黄修远说,高考作为决定人生方向的一场重要考试,每个人都会有压

力。这时候除了自我调节,还需跟老师、父母多多进行沟通。“以前,我每次回家吃饭的时候,家里人都会坐在一起聊聊天,讲讲学校里面的事情,心情会变好的同时,压力也能得到舒缓。”

而说起大学,黄修远的语气轻松了很多:“我喜欢把大学比喻成一座高楼,越好的学校就好比是越高的楼层,只有你爬得越高,视野才能越开阔,所收获的东西也就越多。”

当记者问及大学的学习生活让他感触最深的是何时,黄修远说是自主。“在大学里面,学校非常鼓励我们学生能够创新发展。比如学校对自主创业就非常鼓励,只要你想办法够好,有可行性,学校就会给予资金和专业教师辅导。去年,我和几个同学就一起申报了一个项目,感觉整个体

验非常的棒。”黄修远说,高中的学习形式可能比较模式化,但是在大学,你可以充分地展现自己的个性,尽情追求梦想,从而绽放只属于你的精彩。

最后,黄修远也给学弟学妹们送上了一段话:“我希望你们不管最终结果如何,都要坦然面对自己的人生。在做任何选择的时候要慎重考虑,因为这时候你的一个小小选择,在未来都可能会产生蝴蝶效应。最后,祝大家都能以最佳状态战胜高考。加油!”

见习记者 张巧燕

