

立冲霄之志 逆高考之光

——高考备考策略

张鹏军¹ 焦建勋²

- (1. 辽宁省锦州市第一高级中学 辽宁锦州 121001;
2. 新疆维吾尔自治区塔城地区裕民县第一中学 新疆塔城 834800)

摘要: 高中学生在复习备考中存在着人生没有理想目标、或者目标不切实际、对未来没有规划、学业上不甚甚解, 难以实现自己的人生理想, 展现自己的人生价值。本文从确定理想目标、调整高考前心态、制定学习计划、掌握解题规律, 坚持百天学习, 提升学习品质等方面提出建议。

关键词: 高考备考; 理想目标; 学习品质

The Light of the College Entrance Examination
—College Entrance Examination Preparation Strategies
Zhang Pengjun¹ Jiao Jianxun²

- (1. No.1 Senior High School of Jinzhou, Liaoning Province in 121001, China;
2. No.1 Middle School of Yumin County, Tacheng District, Xinjiang Uygur Autonomous Region Tacheng Xinjiang 834800, China)

Abstract:

During the review and preparation for the exam, some of senior high school students have the problems of no ideal goals in life, no realistic goals, no plans for the future or no understanding of their studies. It is difficult for them to achieve their own ideal of life and show their value in life. This paper puts forward some suggestions from the aspects of determining their ideal goals, adjusting their mentality before the college entrance examination, formulating their study plans, mastering the laws of problem solving, adhering to 100 day study, and improving the quality of study.

Key words: College entrance examination preparation; An ideal goal; Learning quality

高考, 是人生的分水岭, 人生的重大转折点。如何引导学生考出一个理想的分数, 上一个理想的大学, 培养学生成为一个有理想、有道德、有文化、有纪律, 德、智、体、美、劳等全面发展的社会主义事业建设者和接班人, 是高中教师应该思考的问题。复习备考, 有如一根针要找到针眼, 才能穿得过去; 找准问题, 才能解决问题。

为明确、解决这个问题, 现从以下几个方面作以阐述。

一、目标明确, 努力拼搏。

为了实现理想, 就要奋力拼搏。那么, 我们的理想是什么, 我们如何才能实现我们的理想呢, 我们如何才能实现我们的理想呢?

成绩不理想, 责任在谁, 是父母、老师、学校、社会? 都不是, 而是在于我们自己: 在于我们不懈怠, 懂珍惜。当我们把目光投向国家、社会, 关注民生疾苦, 关注社会万象, 然后我们会明白我们为什么而学习, 我们的责任有多重, 因此我们必须明确奋斗目标!

而理想目标又不是天马行空去确定的, 是基于自身的能力与素质再结合自己的成绩去确定的, 确定自己的目标要适当地稍稍高些才好, 《易经》上说“取法乎上, 仅得其中; 取法乎中, 仅得其下。”意思是说, 一个人制定了高目标, 最后仍然有可能只达到中等水平, 而如果制定了一个中等的目标, 最后有可能只能达到低等水平。这句话告诉我们, 无论是治学还是立事, 一定要志存高远, 并为之努力奋斗, 才有可能登峰造极。如果我们定一个本科的目标, 最好的结果也就是考个本科, 也许只能去个专科。此外, 现在有如相当多的家长和学生, 认为考个专科, 念个大专, 将来有个工作就满足了, 但凭着专科的学历到将来的工作岗位, 发展前景也无外乎从事专业技术工人。如果考个本科, 将来的发展平台更高, 前景也更广阔, 特别是考研究生可以直接报考。所以选择决定了今后的发展高度, 不可轻忽, 要适当地高一点确定自己的理想目标。

二、做好准备, 勇于挑战。

明确了奋斗目标后, 我们要做好两个准备: 思想准备和计划准备。

首先, 我们在思想上必须有“昨夜西风凋碧树。独上高楼, 望尽天涯路”(晏殊《蝶恋花》)的准备, 只有让自己心静下来, 沉下

来, 孤独起来, 坚定信念, 笃志于学, 才能提高成绩。学习需要静心、专注, 做到目不窥园, 两耳不闻身边事, 万千雷霆心不惊。如果心猿意马, 满眼雪月风花, 还怎么能沉心静气地学习, 一心不能二用, “蚓无爪牙之利, 筋骨之强, 上食埃土下饮黄泉, 用心一也”说的就是这个道理。

心沉下来了, 还要树立拼搏的意识。我国著名乒乓球运动员容国团 2009 年当选“100 位新中国成立以来感动中国人物”, 荣获“最美奋斗者”称号。他是新中国第一个夺得世界冠军的人, 也是第一个团体世界冠军队成员, 还带队夺得第一个女团世界冠军。他喊出的“人生能有几回搏”, 至今还影响着中国体育人……后来人们把他的话改编成: “人生能有几回搏, 此时不搏何时搏?” 2022 年 10 月 1 日落幕的 2022 女篮世界杯上, 中国女篮收获世界杯亚军, 追平历史最好成绩, 创造了 28 年来最佳战绩。女篮姑娘们为什么能取得这么美好的成绩? 就在于她们敢于拼搏。网上流传一断中国女篮更衣室超燃喊话“球场如战场, 上场就得拼和抢”, 在国庆节这一天, 中国女篮姑娘们为祖国争得了荣誉, 她们也赢得了世人的尊重。在我们东北有这么一句话: “搏一搏, 自行车换摩托; 拼一拼, 黄土变成金。”

所以面对高考, 必须要做好这两方面的思想准备, 勇于挑战, 尤其是勇于自我挑战。

其次, 要定制学习计划。不怕做不到, 就怕想不到, 思路决定出路, 思想有多远, 行动才有可能走多远……

定制学习计划在横向上要把高考的每个学科每天从早起到晚睡之间的所有时间都要合理做好计划、安排, 每个学科每天都要安排相应的时间; 在纵向上各个高考学科的复习都要一直规划到高考的前一天; 在学科的学习上要考虑每个学科的特点, “文理搭配, 学习不累”——文科主要偏重于用左半面大脑, 理科主要偏重于用右半面大脑; 考虑学科高考的时间做复习, 比如上午考的学科在每天上午的时间多做复习训练, 下午考的学科在每天下午的时间多做复习训练, 这样针对性更强一些。

计划做好了, 就要每天雷打不动地去执行, 抱着“成功不必在我, 功力必不唐捐”的想法, 每天坚持下去, 要复习的知识也就会

像滚雪球一样，越滚越大，知识积累储备得就会越来越丰厚，高考还难吗？

三、良好开端，成功一半。

成功在于尽快调整好心态。“人生活在希望之中，一个希望破灭了或实现了，就会有新的希望产生。”（莫泊桑）新的目标，新的期待，憧憬更美好的明天，让我们坚定信心，勇敢地踏上征途。

态度决定一切，状态决定成败，过程注定结果。机遇与挑战并存，压力与动力同在，相信，只要有信心，再加上努力奋斗，一定能赢得高考的胜利，谱写出自己辉煌的篇章。昨天的生活已成回忆，今日的期待孕育着丰碑。琴弦松弛，奏不出动听的乐曲；纪律散漫，点不燃生命的火焰。如果我们希望成功，当以组织纪律为保证，以质量成绩为目标，抱着“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴（柳永）”的信念，勇于超越自己的昨天。

我们怎样对待生活，生活就怎样对待我们；我们怎样对待别人，别人就怎样对待我们。我们在一项任务刚开始时的态度就决定了最后的多大成就。

我们还要为自己和他人营造一个干净整洁、和谐舒心的学习环境，创设一个“芝兰之室”，远离“鲍鱼之肆”，那么我们离成功还远吗？

四、事豫则立，不豫则废。

《礼记·中庸》说：“凡事豫则立，不豫则废”。意思是“做任何事情，事前有准备就可以成功，没有准备就会失败”。说话先有准备，就不会词穷理屈站不住脚；行事前计划先有定夺，就不会发生错误或后悔的事。所以制定一个切实可行的计划是实现目标的前提，没有计划，目标就成了水上浮萍，没有根基。做事没有计划，结果不是“眉毛胡子一把抓”，就是“盲人摸象”一样，只见树木，不见森林。生活对于没有计划的人来说，就是“走一步看一步”，“当一天和尚撞一天钟”。因此，为了实现自己的心中理想，就要做好计划，有个预设，朝着这个目标执着前行。^[1]

五、良好习惯，助力成功。

良好的习惯，对于每个人来说，都是一块成功的重要基石。成语“凿壁偷光”说的是西汉时期匡衡的故事，他从小非常喜欢读书，可是因为家境贫寒，买不起蜡烛，一到晚上就没有办法看书。为了读书，匡衡偷偷凿通了邻居家的墙，借着偷来一缕烛光读书。由于从小养成了勤奋好学的好习惯，他长大以后成为了一名知识渊博的大经学家。这个故事告诉我们：从小养成一个良好的习惯，可以让人受益终身。

再比如我国著名的书画家齐白石，他“不教一日闲过”，因此他对自己提出了一个标准，就是每天要挥笔作画，一天至少要画五幅。有一次，齐白石的家人和朋友、学生来给他过90岁生日，他一直忙到很晚才把最后一批客人送走。但当天的五幅画还没有完成呢，应该作完画再睡觉，于是他拿起笔作画，由于过度疲劳，难以集中精力，在家人的一再劝阻下，他才去休息。第二天他早早地起床，补上了头一天的“闲过”。伟大的画家齐白石尚且重视习惯的养成，何况我们？

下面的这些学习习惯，你养成了吗？

是否预习要学的功课？上课时，注意力是否集中？所学课程，是否加以复习？是否喜欢回答老师的问题？自习课上是否自觉学习？不懂的功课，是否向别人请教？是否按时完成作业？如果这些习惯养成了，那么就会助力我们成功。

此外，我们还要训练出一些改掉坏习惯的方法，比如交一些能够管住自己的朋友，或是用座右铭、挂字画等来提醒约束自己，抑或用写日记来管住自己……

总之要排除一切干扰，养成良好的行为习惯。否则，15岁觉得游泳难，放弃游泳，到18岁遇到一个你喜欢的约你去游泳，你只能说“我不会啊”。18岁觉得英文难，放弃英文，28岁出现一个很棒但要会英文的工作，你也只能说“我不会啊”。人生前期越麻烦，越懒得学，后来就越可能错过让你动心的人和事，错过新风景。

所以我们要用好“八环节”搞好学习，做到课前预习、认真听讲、及时复习、独立作业、系统总结、解决疑难、领悟思想、培养习惯。^[2]

六、天道酬勤，厚积薄发。

有一句谚语说：“伤其十指，不如断其一指。”比喻对敌斗争，每个都伤着一点儿，不如彻底消灭其中一个更好。所以在学习上，我们也要树立这种观念：知识点要各个击破，不要急于求全。具体怎么做呢？

首先要归纳好基本知识点，然后熟记于胸。以数学为例，学生自己把所有的公式、定理、推论等基本知识点，汇总到一张纸上，然后熟记于胸，这些知识点就好比是开锁的钥匙，而每一道题就是一把把的锁，在做题时先分析明确每把锁需要用哪个钥匙去开，经过反复做题训练，自然就能得心应手地解决一道道题。每个学科都有它的基本知识点，只要熟记了这些基本知识点，那解决问题就容易多了。

其次是遨游题海，掌握解题规律。我们不要妄想先掌握解题的规律、方法，就以为万事大吉了，应该先去实践，在实践当中去总结适合自己的一套规律和方法。每个人的思维方式和认知能力不同，所以每个人解题的方式、方法也不尽相同。这就要求我们先通过实践去感知，然后总结出适合自己的方式、方法。古人说：“操千曲而后晓声，观千剑而后识器。”（刘勰）这句话原意虽然是用来阐述文学鉴赏的方法，但它传递的内涵，却也跟“读书百遍，其义自现”

“读书破万卷，下笔如有神”“冰冻三尺，非一日之寒”“读万卷书”有相通之意。所以多做题是没问题的，只有勤奋的付出，才有后来的挥洒自如。

三是要埋首坚持一百天学习，提升自己学习的品质。要想改变一个人的学习品质，必须要坚持沉下心来，静心努力学习一百天，这样才能改变学习的品质。规矩、习惯的养成，都有一个过程，一百天足矣。等一百天坚持下来后，我们就会发现学习是件很容易、很享受的事了。所以只要下定决心，坚持一百天，就一定会提升我们学习的品质。

最后要敢于大胆的取舍，这样就一定会考出理想的分数。对于同学们而言，我们都想得到高分，但是我们的基础，我们的学习习惯和方法，我们的领悟能力，以及我们付出的多与少，决定了我们不可能每一个人都答出高分，所以就要有选择的做出取舍，不要计较一城一地的得失，学会打整体仗。每个学科都有难题，有能力的同学可以选择去突破，但对于大多数同学而言，却不要去计较难题，那样会得不偿失，因为每个人的时间都是一样的，特别是在高考考场上考试的时候更是不可轻忽每一分每一秒，要把时间用在有用武之地的地方。大胆的取舍并不是等于放弃某一个学科，我们考试的六个学科，如果你放弃了其中的某一个学科，基本上是6-1≈0，也就是说我们的高考成绩基本上不会理想。

只要我们勤奋付出，就一定能在高考的考场上挥洒自如，考出理想的分数，老天是公平、公正的。

同学们，高三是最关键的一年，谁不欠它，它也定不会负你。只要你付出了，就一定会有收获，看谁能坚持到最后，谁就会笑得最美。以前有许多学生，按照我所说的去做了，到高考前的最后三个月开始是分数会一点点的提升，对于基础比较强的同学能提高30分左右，对于基础比较薄弱的同学来说，提分的幅度更大，最高的提分150分左右。

每到高三的时候，我都会用汪国真的一句诗来提示、勉励学生：“既然选择了远方，便只顾风雨兼程……”所以同学们只要坚定信念，相信自己：努力不会被辜负，付出总会有回报；只要肯于拼搏，成绩注定提高；奇迹往往在坚持中创造。

给自己一个理由，相信自己；给自己一个机会，证明你自己；给自己一个空间，发展你自己。抱着“海到天边天作岸，山登绝顶我为峰”的勇气，立冲霄之志，逆高考之光，去追寻同学们心中的诗和远方……

参考文献：

[1]杨辉.精准实施“六精法”复习策略，落实生物学高考备考计划[J].新课程.2022,(16):116-117

[2]林国强.新高考·新课程·新教材——高中数学高考备考复习策略新探[J].新课程导学.2022,(18):26-29

作者简介：张鹏军，(1969.11-)，男，汉族，辽宁阜新新人，大学本科，中学高级教师，研究方向：高中教育语文教学。