



## 百尺竿头，更进一步

——我的高考感言

张玥（2007年北京市文科高考状元）

各位来宾：

今年是恢复高考 30 周年。作为一名应届文科学生，我感到高考对我个人的人生、对整个社会都有着非同寻常的意义。对于我个人来说，它是高中学习的终点，更是走向大学、走向成熟的入口，是新生活的起点。在备战高考的过程中，我们备尝了酸甜苦辣，却也学到了不断进取、永求进步的精神。对于社会而言，高考作为一种相对公平的选拔人才的方式，给许多贫困地区和家庭的青年提供了机会，为不同层次的高校选拔了相应的生源，有力地促进了社会公平，对改革开放、建设小康社会、和谐社会的大局居功甚伟。

下面我就来谈一谈我的高考感言。

高考结束了。面对令人欣慰的成绩，不禁回想起三年的高中生活，回想起梦想一点点变为现实时的辛苦与喜悦，挫折与辉煌。高考，是梦想的起点，是走向成熟的阶梯。

**首先，是我在高中学习期间，积累的一些经验。**

高中时期是一个人充实知识、提高学习能力、走向心智成熟的关键时期。高中的学习情况直接关系到未来的发展，不可谓不重要。学习是因人而异的，应该因人制宜地选取学习方法和学习强度。我个人比较关注以下几点：

### 1. 均衡分配，平稳过渡

不少同学有这样的想法，认为高一、高二和高考关系不大，只要高三努力学习，成绩就能有很大提高。这种想法有其道理，但对大多数同学来说，高三的学习压力、强度都很大，落后一步，可能就需要十倍的努力来弥补。如果平时就打好基础，高三时把学习重点放在巩固和提高上，复习的压力就会大大减轻，心理上也会更从容。

有了这样的基础，在高二到高三的暑假可以对文综课本内容进行一次全面总结。以此来熟悉课本，熟悉知识。总结的结果并不是最重要的，但这种过程是必须的，它可以加深对知识的综合理解和把握。

### 2. 因科制宜，寻找方法

在某种程度上，学习方法比学习时间更重要。在高三之前找到适合自己的学习方法，会大大减轻高三的学习负担。

### 3. 调整心态，不断进步

高三是一场艰苦的战争，只有最后的胜利才是真正的胜利。保持高三时期心态、状态的平稳至关重要。我在高三期间，采用了以下几种方法来调整心态：



### (1) 和家长、老师经常沟通

沟通是理解的桥梁。高三期间，同学和家长之间的小矛盾、同学和老师之间的隔阂会对学习造成很大的影响，甚至可能决定高考的成败。我的家长很理解我，经常努力帮我减压，对我的志愿选择也没有过多干预。我的老师经常和我就学习问题进行交流，这种交流不仅对学习有帮助，也有利于心理压力的减轻。

### (2) 适当进行课外活动

有些家长认为，为了让孩子努力学习，就要断绝他和外界的一切联系，甚至连手机都要没收。我认为这种方法只对个别自律能力极差的同学适用。对于大多数同学而言，适当的课外活动有助于身心的放松，也可以帮助他们广泛了解时事，间接提高语文和文综能力。当然，课外活动的数量和质量都很重要，也不能毫无限制。打羽毛球、乒乓球等轻量的体育活动，适当观看电视节目，听喜欢的音乐，甚至打电脑游戏，都可以作为备选活动。但同学们一定要自觉安排活动和学习，要时刻牢记课外活动只是放松身心的方式，要对自己负责。家长可以依据孩子的自律能力适当加以控制，但不应过严。

### (3) 班级团结至关重要

有的同学认为，学习是自己的事，不必和同学交流，甚至将同学当作“竞争对手”，故意不帮助其他同学。这种做法是非常幼稚的。其实，高考是一个地区的所有考生的竞争，一个班级的同学之间应该是“战友”关系，而不应敌对。面对高考，同学、朋友之间的互相勉励和帮助作用很大，绝不能忽视。事实证明，如果安排得当，小组学习的效率要优于单独学习。同学的学习经验、心得更是一种宝贵的资源。

**其次，是我对高中生活，尤其是高三生活的一种感激。**

高三生活永远是那样紧张而纯粹，一切都是为了高考，为了长路尽头的那个闪耀的梦想。这时，最让我感动的，是老师们。他们为了我们的前途和梦想，不遗余力地奉献着，在如豆孤灯下奋斗了无数日日夜夜。通常，我们交的作业第二天就会批改完毕，老师还会对有问题的同学进行单独辅导。考试时老师们更是加班加点，批改我们的试卷……老师的汗水没有白流，我们在期中、期末和各次模拟考试中都取得了较好的成绩。而面对成绩，老师们又永远是那句“百尺竿头，更进一步”……

一些关于高考的记忆，是值得一生珍藏的。高三时，每当我们的成绩有一点细微的波动，老师都会为我们着急。甚至我们心理状态的微小起伏都会被他们看在眼里。在紧张的学习之余，老师关注着我们的成长。记得一次课后，老师没有像往常一样发下许多卷子，而是给我们播放了一段毕业生拍摄的录像。录像中有多彩的大学生活，还纪录了同学们的心语。看毕录像，老师对我们说，人除了考分之外，还应该梦想。高三的生活是紧张忙碌的，但



如果失去了梦想，这些努力就会变得没有意义。人生当中，即使获得了许多身外之物，没有梦想，也就没有向上的动力，没有生活的价值。这一席话深深触动了我们。经历了高考的我，常常觉得，高考教会我们的，绝不止是那些知识。在这样一次影响命运的考试面前，我们开始思考人生的走向，生命的意义，理想的价值，事业的重量。这些事情，是以前从来没有真正思考过的。可以说高考促进了我们的成熟。

在备战高考的过程中，每一位同学都明白了团结的意义。当我们考试失利的时候，同学们真挚的话语，真诚的鼓励总是萦绕耳际；当我们百思不解的时候，同学耐心的讲解总是开启智慧的闸门；当我们取得进步的时候，同学们眼中只有由衷的喜悦。有人说，高考是一场残酷的竞争，所以同学之间也是对手。而我所感到的却不是这样。在高三的一年里，我感到最多的是集体的温暖。也许当残酷的竞争与青春的纯净融合，迸发出的是一种令人难以置信的团结的力量。也许，在今后的人生中，我们很难再体味到如此真诚的友谊。

有位学长曾经对我们说，高三最痛苦的不是高考，而是准备高考的过程。真的走入高考考场时，心境不知怎地便平静下来了。高考是残酷的，其中有许多偶然；可是，高考又有着一种必然，那就是：一分耕耘，一分收获。只要梦想过，努力过，拼搏过，感动过，人生的漫漫长路你就已经又走了一程。而高考，不过是这人生道路上的一小段。

那份蒲松龄落第自勉联曾勉励了无数青年。“有志者，事竟成。破釜成舟，百二秦关终属楚。苦心人，天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。”101 中学有着这样的校训：“百尺竿头，更进一步”。高考对我来说，不仅是通向大学的道路，更是一个走向成熟的阶梯。在这里，我学到的最深刻的道理，就是努力拼搏，永不自满，永远抱着激情，永远怀有梦想。无论结果如何，至少在回顾时我不会后悔。