第一图书网, tushu007.com

<<相约北大3>>

图书基本信息

书名：<<相约北大3>>

13位ISBN编号：9787301211694

10位ISBN编号：7301211694

出版时间：2012-9

出版时间：北京大学出版社

作者：秦春华 编

页数：252

字数：220000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

北京大学创建于1898年，初名“京师大学堂”，是我国近代建立的第一所国立综合性大学。
建校110多年来，北大为民族的独立与解放、国家的振兴与发展、社会的文明与进步作出了不可替代的贡献，在中国走向现代化和繁荣昌盛的进程中起到了先锋和骨干作用，这远远超出了它作为一所为社会培养人才的高等学府的有形存在，更成为中华民族争取民主自由和伟大复兴的象征，成为现代人文学者和科学家向往的精神家园，从而独具魅力。
正如美国哈佛大学教授杜维明先生所说：“作为文化中国的象征，其实北京大学早已成为了世界一流大学。
因为世界上再也找不到任何一个国家的任何一所大学，能够像北京大学这样和国家、民族的命运结合得如此紧密，息息相关。
北大对于中国的意义远远超过了哈佛之于美国、牛津与剑桥之于英国的意义。
”　在中国的高校中，北大具有“老”与“大”两个特点。
之所以说“老”，那是因为在中国，具有百多年历史的大学并不多，因此，人们常用“古老”来形容北京大学的历史；之所以说“大”，不在于校舍恢宏，而是学术气度广大，所谓“兼容并包，思想自由”之意也。
历史悠久的“老”让我们足以心生骄傲，兼容并蓄的“大”也常让我们引以为荣。
就是这样一所“老”学府，每年吸引着无数的青年才俊奋身投入燕园，求学于“一塔湖图”；就是这样一所“大”学府，将今日的精英与明日的栋梁、今日的思考与明日的奉献，维系在了一起；就是这样一所“老”、“大”学府，将这些胸怀大志、肩负大任、孜孜求学、不倦探索的年轻学子，培育锻造成为“具有国际视野、在各行业起引领作用、具有创新精神和实践能力的高素质人才”，他们道德高尚、学识渊博、体魄健全、意志坚定，具有良好的人文素养和科学精神。
　一个多世纪以来，北大历经风雨，但爱国、进步、民主、科学的传统和勤奋、严谨、求实、创新的学风从未因时光的磨砺而褪色。
今日的北大，迎来了中国快速发展的战略机遇期，也迎来了自身建设世界一流大学的重要发展期，“北大人”将满怀豪情，团结进取，积极探索，勇于创新，在学科建设、人才培养、科学研究、社会服务等各个方面取得更大的进展，向着建设世界一流大学的目标奋发努力。
　亲爱的中学生朋友们，金秋九月，一段精彩的大学时光在等待着你。
在这里，美丽的燕园将带给你广阔的人生舞台，光荣与梦想将力促你奋发前行，理想与责任将激励你勇于担当。
在即将踏入燕园之际，希望你们能够刻苦学习，踏实做事，诚实做人，志存高远，胸怀祖国，力争做一个有理想、有责任、敢于担当的、光荣的“北大人”！
　北京大学校长 周其凤

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《学海导航系列·相约北大（3）：32位北大新生的成长手记》关注的学习与成长难题：如何“向课堂要效率”？
要不要搞“题海战略”？
要不要参加课外补习班？
要小要参加竞赛？
怎样在“学习”和“课余活动”间游刃有余？
怎样做计划才有效？
怎样克服“拖延症”？
怎样选择“学文”还是“学理”？
怎样处理人际关系？
怎样让自己的内心更强大？
……

第一图书网, tushu007.com

作者简介

秦春华，北京大学招生办公室主任。

<<相约北大3>>

书籍目录

学习方法篇
小窗心记
高三的苦与累其实并不大多因为功课的繁重，而是因为心中的压力重。
心中一直沉甸甸的，做什么事都有种压抑紧张的感觉。
只有减轻心中的压力，才能使学习变得轻松。

用生活浸润学习
学习对于我来说，是生活里必备的头脑催化剂，和我的生活密不可分，所以我乐意睡前看几页书，隔几天就整理我的书包和房间，将摘记本随身携带在身边以便顺手记下所见所闻。

像阿甘一样奔跑
奔跑由两个过程组成：你的心率先向目的地进发，你的步伐必须勇敢地紧随其后，不弃不离。
有目标很容易，撑到最后却很难。

圆梦之路
关于错题：很多老师和同学都说要建立错题本，我并不认同。
我选择建立错点本，并且分析每道错题出错的原因。
当我认为基础知识有欠缺时，我会把欠缺的写在错点本上，而不是在原来的笔记本上。

放大与缩小
通往成功的路无论多么漫长，多么艰难，它都是由每一步构成的，找准方向，将目光聚焦于当下，走好必需的每一步，我们自然能够到达目的地。

“老马说”——我的经验谈
我不知道要走多少步才能达到目标，踏上第一千步的时候，仍然可能遭到失败。
但成功就藏在拐角后面，除非拐了弯，我永远不知道还有多远。
再前进一步，如果没有用，就再向前一步。
事实上，每次进步一点点并不太难。

拼搏在平行线间
乐观拼搏的态度告诉我，千万不要为这些战前的错误和失误吓昏了头，从而失去那份态度，那份信心。
错误与失误的出现只是为了帮助自己获得最后的胜利。

心静，入境
我总是以《老人与海》中的老人桑迪亚哥来激励自己，一个人可以被destroyed，但不会被defeated，重要的是过程。
一场因放弃的失败和一场战斗到底轰轰烈烈的“失败”，性质是不同的。

计划之我见
每天做计划，5分钟够了。
写计划也只要标记一些关键词，只要自己看得懂就可以了，一般高中里的计划，每天差距不大，只要稍微调一调即可，花不了多少时间，也不允许多花时间。

心得共享——关于高中生物学科的学习

第一图书网, tushu007.com

我个人认为生物这一学科“看”比“做”更重要，生物资料按重要性排序（在已完成老师安排的基础上）为：笔记——教材——考卷——练习册。

关于语文
最重要的是，从高中的语文中，我学到一种思维，那就是一种整体与部分相联系，统筹兼顾，同时透过现象看本质的思维方式。

……
成长感悟篇

章节摘录

版权页： 我们都在特定的环境里生活和学习，我们的性格和看待事物的态度不断地被环境塑造。
特别要提到的是家庭环境。
父母的处世态度、生活状态，都渗透在家的每个角落。
潜移默化中，我们受到他们深刻的影响。
我一直为父母给我营造的平和有序、谦虚好学的家庭氛围而感到幸运。
在很小的时候，父母就带着我一起坐在书房里读书写字，并教会我如何分类摆放自己的书籍和物品。
这锻炼了我的耐心，给予我安静向学的心态，也使得我习惯给学习的新内容作细致的规划和分类，养成了良好的学习习惯。
我的父母随时和我保持着朋友一般平等的交流地位。
我们畅所欲言，乐意倾听对方的意见。
身处各色环境的我们都渴望自己能作出一些改变，造成一些影响，而和父母的交流作为一种反馈个人意识的手段，能最有效地帮助你参与家庭氛围，改变家庭氛围。
在内心里保持对父母人生阅历的尊重是必要的，这并不是要求你对家长的价值观唯唯诺诺。
如果过分在长辈的权威面前感受到自己的渺小和脆弱，我们就会习惯被人主导地作出决定，就越容易失去自我判断的能力。
无论是身处家庭环境还是学校环境，我们都需要独立的头脑和谦卑的态度，只有这样，我们才能不在环境中随波逐流，保持自身的清醒。
在很多状态下，我们无法选择在什么环境下生活和学习。
一旦环境转变得混乱嘈杂，我们就容易在学习上表现出焦躁和不安。
我们需要及时地对不同的环境作出自己的反馈，认清自己在这环境中想要获取的是什么，从而保持内心的井然有序，防止环境主导我们的学习状态。

后记

墙里秋千墙外道　北大的校园是永远的，精神的魅力是永恒的。
2011级新生稿件的审稿工作已告一段落了。
从刚刚成为“北大人”的高中毕业生群体中征文，并选出部分有代表性的文稿，编辑成书几乎已成为北大传统。
这是一件相当有意义的事儿：刚成为北大人的他们离高考最近，是这场搏杀的胜利者，因而最有“发言权”；他们的故事，他们的经验，也是更多正在奋斗的人们渴望知道的。
这既是对过来人的一份总结和交代，更是对未来者的叮咛和期许。
　字里行间，他们用文字筑造了一个绚丽斑斓的世界。
这里有梦想，关于博雅未名，关于朱门前的石狮子，只那一瞥就钟情于此；这里有拼搏，争分夺秒，挑灯夜读，虽九死其忧未悔；这里有技巧，各门学科，见招拆招，于手起笔落间论剑高考；这里有故事，或黯然神伤，或得意欢畅，尽显英雄意气；这里有思考，像快乐的芦苇，在生活中处处歌唱；这里还有感恩，父母，师者，长者，朋友，同学，深情厚谊，山高水长。
这里有道不完的精彩。
　沉浸在他们的世界里，会感到一股力量正在心中发芽、生长。
这些文字都力透纸背。
相当一部分的文稿都各具特色，各有千秋。
但出于为读者提供更多的信息、更好的借鉴的意图，我们尽量避开了重复的篇目，以求内容的多样化。
在此，我们向所有的投稿者表示感谢，没有你们的文稿，就不会有本书的出版。
同时，也希望我们提供的文稿能让读者满意，这是我们最大的目标。
然而工作量大，力有不逮之处，还请读者见谅。
我们欢迎读者朋友提出修改，你们的意见是我们进步的动力。
“墙里秋千墙外道。
墙外行人，墙里佳人笑。
”作为编者的我们，想要做的，就是推倒这堵墙。
让燕园之外的读者，也能看到其中的风景，甚至最终走进这座美丽的园子。
　高考是人生的一道坎儿。
进入燕园，确实是一幕完美的收场。
但是，生活并非只有高考，燕园也并非代表着终结，而是新的开始。
细细品味这些征文，充斥着它们的，早已不是单纯的高考。
在高考之外，有着更广阔的生活，比如社会活动，比如兴趣爱好。
如果读者朋友能在这些文稿中，看到“围城”之外的东西，那我们编者就要备感欣慰了。

媒体关注与评论

高三的苦与累其实并不大多因为功课的繁重，而是因为心中的压力重。
心中一直沉甸甸的，做什么事都有种压抑紧张的感觉。
只有减轻心中的压力，才能使学习变得轻松。
——王琪斯（毕业于黑龙江省大庆铁人中学，现就读于北京大学信息管理系，曾获全国中学生英语能力竞赛黑龙江省一等奖等）　　关于错题：很多老师和同学都说要建立错题本，我并不认同。
我选择建立错点本，并且分析每道错题出错的原因。
当我认为基础知识有欠缺时，我会把欠缺的写在错点本上，而不是在原来的笔记本上。
——赵望（毕业于北京市第八中学，现就读于北京大学工学院，曾获全国青少年科技创新大赛二等奖等）　　主动思考应该是一名合格学生最重要的工作了。
思考能让你把学到的东西内化，成为自己的一部分。
同时能让你对所学的知识保持兴趣，而兴趣，是最好的老师。
——朱振国（毕业于山东省寿光现代中学，现就读于北京大学中国语言文学系，曾获2010年山东省数学竞赛一等奖等）　　每天做计划，5分钟够了。
写计划也只要标记一些关键词，只要自己看得懂就可以了。
一般高中里的计划，每天差距不大，只要稍微调一调即可，花不了多少时间，也不允许多花时间。
——林宇澄（毕业于江苏省海门中学，现就读于北京大学信息科学技术学院，曾获2010年江苏省物理竞赛一等奖等）

编辑推荐

《相约北大3:32位北大新生的成长手记》由北京大学出版社出版，阅读他们的昨天，Hold住我们的未来。

名人推荐

高三的苦与累其实并不大多因为功课的繁重，而是因为心中的压力重。
心中一直沉甸甸的，做什么事都有种压抑紧张的感觉。
只有减轻心中的压力，才能使学习变得轻松。
——王琪斯（毕业于黑龙江省大庆铁人中学，现就读于北京大学信息管理系，曾获全国中学生英语能力竞赛黑龙江省一等奖等） 关于错题：很多老师和同学都说要建立错题本，我并不认同。
我选择建立错点本，并且分析每道错题出错的原因。
当我认为基础知识有欠缺时，我会把欠缺的写在错点本上，而不是在原来的笔记本上。
——赵堃（毕业于北京市第八中学，现就读于北京大学工学院，曾获全国青少年科技创新大赛二等奖等） 主动思考应该是一名合格学生最重要的工作了。
思考能让你把学到的东西内化，成为自己的一部分。
同时能让你对所学的知识保持兴趣，而兴趣，是最好的老师。
——朱振国（毕业于山东省寿光现代中学，现就读于北京大学中国语言文学系，曾获2010年山东省数学竞赛一等奖等） 每天做计划，5分钟够了。
写计划也只要标记一些关键词，只要自己看得懂就可以了。
一般高中里的计划，每天差距不大，只要稍微调一调即可，花不了多少时间，也不允许多花时间。
——林宇澄（毕业于江苏省海门中学，现就读于北京大学信息科学技术学院，曾获2010年江苏省物理竞赛一等奖等）

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com