

古田一中

GUTIAN NO.1 MIDDLE SCHOOL

福建省古田县 614 路 456 号

http://www.gtyz.com

2015 年
总第108期
10月20日出版
(内部交流)

德业两进
言行相顾

福建省政协主席张昌平莅临我校调研

2015年9月18日下午,省政协主席张昌平在叶继革、廖小军、郑民生、谢再春和冯静等领导同志的陪同下莅临我校调研。张主席对我校充满书香气息和文化底蕴的校园环境倍加赞赏,对我校的办学成果给予充分肯定。张主席深入正在建设中的、总投资900多万元(其中省亿力公司捐助300万元)的学生公寓楼培英楼察看工程建设情况,对我校的工作效率和工程进度表示满意。张主席在参观我校校园时特别提出另行选址建设初中部、把塑胶操场往下挖两三尺改建立体体育馆的建设性意见。张主席一行还参观了我校升级改造后面貌焕然一新的图书馆,并与我校江元堂校长



等部分领导和教师代表亲切座谈。张主席详细询问我校教职工的工作和生活情况,认真倾听他们的心声、希望与要求,勉励他们要继续发扬无私奉献的精神、勤勉教学,推动教书育人的事业跃上新台阶。张主席强调要进一步加强学生的理想信念教育,培养出更多优秀的合格人才;要进一步关心和改善教职员工的的生活条件,让他们安心教学、快乐工作。整个座谈的过程气氛轻松融洽。最后,张主席一行与我校江校长等部分领导和教师代表在文化广场合影留念。

冯静县长出席古田一中2015年教育教学表彰会并作重要讲话

2015年9月8日下午,我校2015年教育教学工作总结表彰会隆重召开。冯静县长出席会议并作重要讲话,会议由副县长吴春芳主持,县政府办主任陈昱晨、财政局局长李黄慧、教育局局长陈兴第等参加了会议。

表彰会上,冯静县长代表县政府给我校颁发了教育教学综合奖100万元,同时还给蒋满林、蓝良就、余深贯、魏锦云、陈耀和瞿春光等六位教育教学成绩突出的教师颁发了奖金。会上,冯静县长还作了重要讲话,她首先代表古田县委、县政府向古田一中全体教职员致以节日的问候。她说,古田一中这一年来的变化可谓翻天覆地,2015年高考取得了令人振奋的可喜成绩,校园建设彰显丰厚的文化内涵,精心养育教师团队的“精气神”,这些都与广大教职员工的辛勤工作分不开。“她希望古田一中坚持质量为先,不断提高办学水平,优化办学结构,继续为社会输送优秀人才;坚持教师为本,切实加强教师队伍建设,努力创设安居乐教的优良环境,重责任,讲奉献,勤钻研,努力争当人民满意的教师;坚持保障为贵,努力营造尊师重道的氛围,继续发扬优良传统和作风,以更加饱满的工作热情、更加务实的工作作风,努力办好人民满意的教育。

江元堂校长代表学校汇报了一学年来的工作情况,学校被评为“省级语言文字规范化示范校”,荣获“省级文明学校”的桂冠,高考实现“点上大开花”,林蓉、詹源同学分别以全省文科第3名和理科第26名的优异成绩勇夺宁德市文科状元,林蓉、詹源、张哲和林思梅4个同学同时被北京大学录取。学校被确定为宁德市普高多样化改革试点实验,将“心理健康教育”和“国学推广”定位为办学特色。一年来,校园建设成效显著,随着图书馆改造和教师公租房建设等大小10多项工程的相继完成,学校的硬件设施得到进一步改善。教师代表2015届高三年级段长周福德老师饱含深情地回顾了2015届高三教师不辞辛苦奋战高考的动人情景。学校全体行政干部、获奖教师和2015届高三年级全体教师参加了表彰会。

会前,冯静县长一行还兴致勃勃地实地察看了新建的凉亭、塑胶操场重建项目、男生宿舍培英楼项目、女生宿舍毓秀楼改造项目、学生食堂装修工程、图书馆升级改造工程等,全面深入了解了我校近期的校园建设情况。

会后,冯静县长一行还代表县委县政府看望、慰问了我校魏锦云老师、退休老教师李扬强和倪可源,给他们送去节日的慰问与祝福。



夯实基础,自我突破

——我校隆重召开第十届教工代表大会第二次会议

经过三个月的精心筹备,2015年6月28日,我校第十届教工代表大会第二次会议在综合办公楼三楼会议室隆重召开。

代表们以高度的政治责任感与主人翁精神,会议审议通过了江元堂校长代表学校作的《夯实基础,自我突破》工作报告。会议认为,报告从坚持党的群众路线,努力提高管理效能;师德师风双管齐下,不断提高师资水平;抓好常规丰富载体,注重增强德育实效;狠抓常规重视科研,不断提高教学质量;严格制度强化服务,用心做好后勤保障等五个方面认真总结了2014-2015学年学校各项工作所取得的成绩,同时也客观地分析了工作过程中存在的不足。报告从加大基础设施的投入、致力于提升教学质量等方面提出了今后工作思路,为学校在新学年里实现工作的新跨越指明了方向。

为确保“六五”规划提出的前三年发展目标能够如期实现,会议还原则通过了《古田一中公共租赁住房配租与管理办法》、《古田一中创建心理健康教育特色学校实施方案》等相关的配套文件。会议审议通过了《群策群力,努力把工会建设成为教职工温馨的家》、《校务公开工作报告》、《提案工作报告》、《学校财务报告》、《工会财务报告》等专题报告,会议认为这些报告的内容全面、详细,透明度高,增强了广大教工参政议政的意识,体现了民主办学的思想。

大会号召全校教职工在学校党政和上级工会的领导下,肩负起学校发展的神圣使命,进一步发挥教职工在学校建设和发展中的主力军作用,坚持以科学发展观和党的十八大、十八届三中、四中全会精神为指导,夯实基础,自我突破,努力开创学校发展新局面,逐步恢复和提升办学质量和学校影响力,为争创示范高中而努力。

本次教代会的主席团由江元堂、胡嘉谋、苏光东、游云飞、周玉珍、周福德组成,苏光东兼任秘书长。共有90名代表参加。

古田一中校刊编辑部 主编:江元堂 责编:余养森 施仁港 谢伟新 程华 兰颢 程建新 郑园园 魏文娟 美工:林志勇 摄影:林升升 校对:兰珍珍 电话:0593-3882580 邮编:352200

宁德市教育局领导看望 2015 年高考市文理科状元

2015年7月1日下午,宁德市教育局副局长章彩华在副县长吴春芳等的陪同下,莅临我校看望2015年我市高考文理科状元林蓉、詹源两位同学。

座谈会上,章副局长代表宁德市教育局向林蓉和詹源同学表示热烈祝贺。她说,两位同学分别以全省第3名和第26名的优异成绩摘取宁德市文理科状元的桂冠,不仅是他们个人的骄傲,古田一中的骄傲,也是古田县人民共同的骄傲。她希望两位同学进入北京大学后能很快适应新的学习和生活环境,再接再厉,成为国家栋梁之材。同时,章副局长高度肯定了我校的近年来的办学业绩,要求学校要认真总结经验,尤其是在尖子生培养方面的创新做法。

江元堂校长衷心感谢上级教育主管部门以及县委、县政府长期以来对学校的支持,并简要介绍了我校本届高三的办学经验。市教育局龚涛声科长、县教育局陈兴第局长、雷鸣副局长、教育局相关股室负责人以及学校班子等也参加了座谈会。

古田县教育局领导莅临我校检查开学初工作

2015年9月2日上午,由许光增副主任带领的县教育局领导一行莅临我校对开学工作暨“护校安园”行动落实情况进行专项督导检查。检查组一行通过实地查看,座谈了解和查阅资料,深入了解规范办学、师生到岗、备课上课、安全卫生等各项工作,对我校开学初工作的开展表示满意,尤其是对女生宿舍毓秀楼的公寓式改造能够及时投入使用,确保开学时顺利入住表示赞赏。

古田县普法检查组莅临我校检查普法工作

2015年9月1日下午,古田县普法检查组在县政法委书记雷德剑率领下莅临我校,对我校“六五”普法工作进行检查。检查组陈菁、余养湖和肖丽梅等专家对我校有关“六五”普法的工作总结、会议记录、普法经费、法制宣传活动等文字图片的档案资料进行逐一仔细查阅。专家们对我校普法工作取得的成绩给予了充分肯定,认为我校领导十分重视普法教育工作,普法措施科学有力,活动丰富多样,材料全面详实。同时也提出建设性意见,希望我校能够进一步落实对教师的普法教育,不断提高依法治校、依法执教工作水平。



我校荣获“省级文明学校”称号

2015年6月8日,中共福建省委、福建省人民政府下发了《关于表彰2012-2014年度省级文明城市、文明村镇、文明单位的决定》(闽委[2015]11号文件),我校再次被省委、省政府评为“省级文明学校”。

我校荣获“福建省语言文字规范化示范校”称号

2015年6月28日,我校被授予“福建省语言文字规范化示范校”称号,成为第四批省级语言文字规范化示范校。我校历来重视汉语言文字的规范化教育,领导机构完善,培养方案科学,激励措施得法,业已取得明显成效。2014年10月13日,宁德市语言文字规范化示范校评估验收专家组一行8人对我校创建示范校的工作进行评估验收,高度肯定了我校所取得的成绩。11月,市教育局向省教育厅递交了我校的申报材料。今年5月,省教育厅组织专家进行认真评审,专家们高度肯定了我校的创建工作。

古田一中开展第十八届推普周活动

2015年9月20日,我校迎来第十八届全国推广普通话宣传周活动。我校紧扣本届推普周的主题“依法推广普通话,提升国家软实力”,制定活动方案,通过国旗下讲话、出版推广普通话期刊、召开“说普通话,做文明人”主题班会、举办中华经典诗文诵读、开展“啄木鸟纠错”等系列活动,广泛宣传了推普知识,提高了全校师生规范运用语言文字的能力。

学生会、社联、志愿者协会招新大会胜利召开

2015年9月20日下午,我校一年一度的新生招新大会在科学楼阶梯教室举行。高一新生怀着激动好奇的心情来参加这次招新。学生会副主席李琳同学在讲台上先一一介绍了学生会的每个部门,主席团、秘书处、学习部、文娱部、心理部、记者站等负责人在李琳同学的介绍结束后一起起身致意,现场不时爆发出热烈的掌声和欢呼声,气氛十分热烈。接下来社联各社长上台拉票,其中最精彩的要数幽默风趣的艺术社社长、拿出《意林》报刊少年培训基地版的方舟文学社社长、以及持天文望远镜上台介绍的天文社社长。到了激烈的报名时间,每个部门负责人使出浑身解数,尽力拉票。高一新生将自己的报名表投入心仪的部门。每个部门都收获了许多新的成员。

下午4点,学生会、社联、志愿者协会招新大会结束。同学们都加入到了心仪的社团,庆祝此次招新圆满成功。

爱心汇聚,助梦起飞

——古田一中“校友奖助学金”发放仪式隆重举行

2015年9月2日下午,古田一中“校友奖助学金”发放仪式在综合办公楼三楼会议室隆重举行。仪式由政教处谢伟新主任主持。华商书院福建校友会会长陈全福、我校89届校友奖助学金基金会会长陈宾、华商书院福建校友会秘书长朱春燕、华商书院福州校友会秘书长魏碧姿等爱心人士亲临现场,与受资助的学生共聚一堂,气氛热烈融洽。

陈全福会长在讲话中结合自己艰苦求学的往事和当前国际局势,强调人穷志不穷,激励学子自强不息,为中华崛起而读书。同时希望星星之火可燎原,关爱之心永传承。陈宾和丁万和两位会长为我校今年考入北京大学的林蓉、詹源、张哲、林思梅四位同学颁发奖学金各2万元。全场掌声雷动,致以真诚祝贺。

仪式中,受资助学生代表吴燕平同学和奖学金获得者代表林蓉同学分别发言。她们满怀感激之情,表示将继续努力、开拓进取、永攀高峰,不辜负母校和校友们的殷切希望。

卓张众副校长饱含激情地作了总结讲话。他对奉献爱心的校友表达由衷的谢意,同时期望受助学子心怀感恩,发奋学习,励志成才,能以君子之心,养浩然之气。

爱心汇聚,助梦起飞!本次活动充分彰显了陈全福和陈宾等爱心人士对我校莘莘学子的深切关怀,也充分展示了我校受奖助学金学生自强不息、奋发向上的精神面貌。



我校召开2016届高三毕业班会议

2015年9月4日下午,我校2016届高三毕业班会议在综合办公楼三楼会议室召开。周玉珍段长通报并分析了上学期全市统考的情况,指出存在的问题,并提出新学期的工作思路。胡嘉谋书记就如何对接新高考提出了建设性的建议。江元堂校长发表重要讲话,指出每位教师都要有忧患意识,清楚地认识到肩负的重任与压力。他要求每位老师要明确目标,化压力为动力,以负责的态度扎实做好本职工作,全身心投入到教育教学工作中,认真研究新高考,积极对接新高考,从管理上出效益,全力提高教育教学质量,力争实现今年高考有新的突破。

未雨绸缪德育先行

——我校召开期初德育工作会议

2015年9月10日下午,我校2015—2016学年度期初德育工作会议在综合楼三楼会议室召开。副校长卓张众等相关领导和各德育骨干老师参加了会议。会上,谢伟新主任布置新学期德育工作,提出明确育人目标,分享创新教育方法的工作思路。强调应特别关注学生心理健康教育,充分发挥心理咨询室的作用。兰鲲科长和黄淑仙副主任着重对寄宿生的管理及卫生管理工作进行具



体的说明和安排,分析存在问题,提出解决措施。卓张众副校长回顾去年德育工作的重大突破,对无私奉献的德育工作者表示真挚的感谢。他结合三个生动有趣的故事,深入浅出地说明了教育者应关注细节、充满智慧、明确目标的道理。

我校召开宁德市立项课题会议

2015年9月15日,校教研室在新办公楼三层会议室召开2015年市立项课题开题报告会。教务处主任余深贵等相关领导和课题负责人出席了会议。程华副主任代表学校做了课题保障性讲话,希望大家在课题研究过程中不要有后顾之忧,勉励大家尽心研究,多出成果出好成果。蓝良就副主任主持会议,强调了开题内容、流程、时间节点以及课题研究有关事项,希望大家按照市进修学院课题管理要求,切实开展教学研究,提升我校教学质量,并与负责人就课题研究方法等问题进行了互动探讨。



新老教师“结对子”活动工作会议召开

2015年9月18日下午,我校2015—2016学年新老教师“结对子”活动工作会议在办公楼三楼会议室召开。教务处程华副主任总结了过去一年我校“结对子”活动工作,安排了新学年活动任务。教务处余深贵主任对活动提出了具体要求。

2015—2016学年共有40位老师(20位新老教师和20位指导老师)参加新老教师“结对子”活动。本学年准备开展5次新老教师汇报课活动,开展命题、粉笔字书写及板书设计等技能培训,这些活动,将使新老教师快速成长为一名合格的古田一中教师。



我校召开新学年教研组长、备课组长工作会议

2015年9月15日下午,我校召开2015—2016学年第一学期开学初教研组长、备课组长工作会议,黄晞副校长,教务处、教研室相关人员,全校各学科教研组长、备课组长参加了会议。教务处许声鹤副主任强调了教师请假、代课制度,并对课程安排、集体备课做了说明;程华副主任具体安排本学期教研工作;教研室蓝良就、蒋满林副主任分别就课题申报、管理,文档上交等工作提出具体要求;教务处余深贵主任简要总结了过去一年教研组工作,并对新学年工作提出了新要求;黄晞副校长总结会议,强调教学教研工作要扎扎实实地开展,各方面工作要落到实处。

2016年的高考,我省将采用“普通高等学校招生全国统一考试(课标

2016届高三生物备考策略

□古田一中生物组 林端忠

重对基础知识、核心概念、基本技能的考查。非选择题部分,全国卷的设

问比较直接,侧重考查学生对某现象原因的分析(归因),更倾向考查学生带有学科思维的表述能力,答案要求在20个字左右的题目比较多。全国卷的分值设定为每空1分或2分。一般来说,1分的要求是简单的知识点,2分的要求则需要理解分析或文字描述较多。

二、复习教学建议

1.给教师的建议

(1)认真学习文件,把握复习备考方向
教师应认真领会有关文件精神,比对《考试大纲》与《考试说明》在考试范围、试卷结构、能力要求和知识内容的差异,理解《考试大纲的说明》中知识要求和能力目标的实质,发挥题型示例及样卷的指导作用,研究近年全国卷的特点,正确指导学生进行复习。

(2)全面复习基础知识,形成完整的知识网络

教师在单元复习中应指导学生全面复习基础知识,抓住核心概念,借助“概念图”等形式引导学生将这些重点知识联系起来构建知识框架,使学生能快速、准确地运用有关知识解决问题,并发展形成学科能力。教师在复习过程中要始终坚持将学科思想和方法渗透到课堂教学中,要对考点进行细化并配以适当的练习,关注课堂教学评价,及时检测学生是否达到了学习要求。

(3)要充分重视实验教学,提高学生的实验和探究能力

教师要充分利用教材中的实验素材,包括技能性实验、调查实验和科学史中的实验等,让学生掌握实验的原理、方法,同时还要通过一些典型的题型的迁移性训练,提高学生分析问题、解决问题及实验探究的能力。

(4)致力培养能力,强化知识的理解、应用

教师在课堂教学中应多联系生产生活实际,并通过典型的题型引导学生通过练习,理解相关的模型和图表,提高理解能力、获取信息的能力以及语言表达的能力。教师要注意引导学生养成良好的审题习惯,让学生在“读题”的过程中能抓住题目中的关键字眼,对学生在练习和考试中出现的答题不规范、表达不清或难以表达的问题逐一分析,并规范答题要求。

2.给学生的建议

(1)回归教材,主动建构知识体系

进入复习阶段后,要按照《考试大纲》中的知识体系,充分利用教材,关注教材中各种图、表等载体,主动建构知识体系。充分挖掘教材中资源,注重教材中的各个环节,走马观花式读教材是无效的。教材中的本节聚焦、插图、思考与讨论、相关信息、技能训练和拓展题里面隐含了大量的过程与方法等知识,高考试题以教材为背景考查过程与方法的比较多。这一特点不仅在近几年已经得到了证实,在高考命题中还有不断加强的趋势。

(2)挖掘教材中的实验素材,提升实验与探究的能力

复习时不能仅仅停留在实验原理、操作、现象、结论层面上,还应结合变式练习对实验进行拓展迁移。要善于从教材中科学史素材中了解科学研究的基本方法,形成良好的科学思维,提高分析问题、解决问题的能力,领悟生物学思想方法,培养自身的生物科学素养。

(3)适度练习,提升解题能力

全国卷对学生语言表达能力的要求不断提高,要求观点的表述有逻辑性、条理性,用专业术语描述生物学的概念和原理。因此学生在复习中应注意加强学科思维和语言表达的规范训练,同时还应该重视审题能力的训练,找出题干中的关键词句,根据题干信息选择生物学的专业术语答题。对说明性问题,尽可能使用课本上的结论性叙述表达。

一、全国卷和福建卷的比较

1.试卷结构

全国卷比福建卷多10分,需完成的总题量多2题,具体情况为:选择题由5题增加为6题(第1—6题),分值由30分增加为36分;必考部分的非选择题由3题增加为4题(第29—32题),分值由40分降为39分;选考题由“一选—”改为“二选—”(第39、40题),分值由10分增加为15分。

2.试卷考查知识点

全国卷和福建卷都是以《普通高等学校招生全国统一考试大纲(课程标准实验版)》(以下简称《考试大纲》)生物学科部分为依据命制的,因此在考查的知识点上没有太大差别,但二者的偏重有所不同。如福建卷对生态部分的考查所占比例都较少,但全国卷历来重视对这一部分的考查。

全国卷几乎年年涉及的知识点有:细胞和细胞代谢、遗传的基本规律、体液调节、种群和群落。涉及频次较高的知识点有:遗传的物质基础、转录和翻译、生物的变异、杂交育种、内环境与稳态、神经调节、免疫调节、植物激素调节、生态系统的结构和功能。

具体的二者在模块比例上的比较见下表:

题量	2011年		2012年		2013年		2014年		2015年	
	全国	福建								
必修1(分)	43	22	17	25	24	36	27	25	35	24
必修2(分)	0	28	18	23	23	18	15	22	21	22
必修3(分)	33	27	42	21	24	22	35	22	43	34
选修1(分)	6	8	18	22	18	18	18	10	11	13
选修3(分)	25	27	13	29	17	28	13	26	19	22

3.全国卷的特点

(1)强调教材知识的直接应用,注重识记

纵观近几年全国卷生物高考题,着重考查了考生对生物学概念和原理的识记、理解和运用,部分高考题是教材知识甚至是教材原文在考卷上的重现。试题大多直接切题,减少因阅读量过大而干扰学生正确作答的情况。另外从上表的分析也可以看出,全国卷对知识点的考查不强调整覆盖面,不过分强调模块间的比例关系,考点相对集中,对某些考点多年涉及,成为高频考点。

(1)关注实验与探究能力的考查

全国卷选择题中,主要考查教材实验,较少延伸;非选择题部分既有教材实验的延伸,也有科研实验。考查内容主要是:选择实验材料和试剂;判断实验变量;设计实验步骤;分析实验原理、实验结果及结论等。考查常见知识背景有:植物激素调节、动物神经调节、植物光合作用与呼吸作用、探究影响酶活性因素的实验、植物细胞质壁分离和复原、种子萌发过程中物质的变化和鉴定等。考查形式以填空为主,形式较为单一,但常有简短的陈述,要求考生要有较强的分析表达能力。

(3)注重获取信息的能力和综合运用能力的考查。

全国卷题目的情境源于课本,高于课本,大多为学生较熟悉情境。全国卷在近五年中逐步加强对学生综合运用能力的考查,分值比重达1/9甚至更多,主要有设计植物杂交、动物杂交方案等方面。福建卷这部分试题分值相对略少。

(4)设问直接,赋值灵活,注重文字表达

全国卷选择题题干简洁,试题紧密结合教材,注

念念不忘，必有回响

——漫谈我的高中生活

□林蓉

一、念念不忘，必有回响

高考后的暑假，我常在深夜里的一中操场上独自奔跑。一个人在操场奔跑，是整个高三阶段最喜欢的放松方式，逐渐地竟也融入了生活，成了习惯。跑步的时候，偌大的空旷的世界都是自己的，可以抬头仰望繁星与月辉，也可以低头看自己迈出的步伐，更可以只是单纯享受这一片宁静与空气的味道。于是，我爱上了坚持，坚持夜跑，坚持学习。

“念念不忘，必有回响。”第一次见到这句话是在北大“博雅计划”的海选被拒时北大发来的回复信中。后来，随着遇见的次数逐渐增多，不知不觉中它便成了我的座右铭。我以为，凡事讲求坚持，诚如这句话说的一般。无论是寒窗十年，还是生活中一些细微的习惯，都需要你的执着不舍。

时间长了常会发现，大家都处于同样的起点，却在数年之后，有些人迈向卓越，有些人沦为平庸。当然，这里的卓越与平庸也只是相对而言的，不一样的人生追求与目标也有一定的影响。但假使是同样的行业，同样

三年苦旅，摆渡一生

□曾诗蕾

三年的艰辛跋涉，我已然是满载而归。学校这座象牙塔，剥夺自由却也纯洁无暇。当我离开了学校，自以为解脱之时，我却感到一种铺天盖地而来的空虚感。于是高考结束后，我选择深入大山支教，寻找自己内心的一隅清静。也为自己的三年苦旅找一个驿站，好好清点行囊，准备再次出发。在那里，我回忆了我的高中三年。

懵懂高一

故事开始于三年前的盛夏，那时候小时代1234都还没搬上荧屏，TFBOYS也还未红遍大街小巷。而我的心也如盛夏无云的天空，一碧如洗，明白如话。

怀着对未来的憧憬和对未知的恐惧，我进入了一中。那时的自己还是不知天高地厚的黄毛丫头，自是头角峥嵘的才情，言语总布满伤人的尖刀。直到我做了高中最重要、也最正确的一个决定——加入学生会。至今我还清晰记得选举大会那天，偌大的会议厅，刺眼的灯光，密密麻麻的人头，还有那个紧张到发抖的自己。我甚至还能听到那天自己用真心说出的每一个字。其实论才华论经历，我是远远比不上其他几个候选者的，但结果却出乎意料——我当选了学生会副主席。后来有人告诉我：“知道我为什么投给你吗？因为你讲得很真诚。”这让我学到了高中的第一课——真心说话，真诚待人。

尽管后来的我可以对着几百个人演讲，面不改色，镇定自若。但我永远不会忘记那一天，那是我起飞的日子。进入学生会以后，突然有了强烈的使命感，每做一件事总是会全情投入。更值得一提的是，我认识了很优秀的梦圆学姐和甘宁学长，让我更加上进了。因为我也想像他们一样，将优秀当作一种习惯。

美妙高二

我所理解的生活，就是和自己热爱的一切在一起，从心所欲而不逾矩。高一分班时，尽管从四面八方涌来的三姑六婆八大姨苦口婆心地劝阻我弃文从理，世界嘈杂如同闹市，但我仍然选择听从内心那个坚定的声音，毅然地选择了文科，成为了文科的一员。

高二可以说为我的高中夯下了坚实的基础。高一时我“两耳但闻窗外事，一心不读圣贤书”，高二时在班级的向学之风的带动下，我近于痴狂得爱上了看书，常常废寝忘食不能自己。高一时为了恼人的数学哭过好多次，高二时竟然脑洞大开一题多解，并且光荣地当上了数学课代表。说我是屌丝逆袭也好，烂泥上墙也罢，总之我的学习成绩好似往上爬的树藤，最终扎根在第三名，与前两名大学霸组成了三足鼎立之势。究其原因，也不过是收回了那如同平原马一样野的心，专心念书。古语有云“心在一艺，其艺必工”，说的就是这个道理。至此我学到了高中的第二课——凡事认真投入，

的发展条件，有些人始终成绩平平，有些人却能相对而言发展地更好，很大程度上其实源于对他自身的一些起关键作用的良好习惯的坚持。读书学习同样如此，例如同样是假期，有些人抓紧时间学习，有些人饱览群书，有些人行万里路，有些人却浑浑噩噩睡觉打游戏虚度时光，于是假期过后，有人收获颇丰，有些人却仍旧与几个月前无异。

不过，坚持的历程必然不是一帆风顺的，但是坚持之中的美丽令人动容。在事情的发展置于风口浪尖时，咬咬牙，别放弃，你会收获的，定然超乎你的预期。

二、对知识深刻理解

整个高中，总能清晰感觉到题目的分量。但是当我步入高三时，常能听到人说，某道题目错了是自己想多了。在不能理解深刻性这三字之前，我也常觉得自己是想的太多，直到有一天对某些问题深入地探讨，逐一排查后，方能得出其实所谓想的太多不过是自己并未对知识深刻理解的原因。大部分的“想太多”，都是你的一厢情愿。你不能清楚地分辨自己的错误逻辑，不能找出知识里的漏洞，不能把概念辨析得明明白白，于是你走了弯路，拐进死胡同，却仍旧一头往前猛扎，晕得不肯回头看错在何

才会有效果。

高二时还感受到了浓浓的同学情谊，我们班的大合唱《长亭送别》别出心裁斩获了第一名。回头想想，那时每天排练的辛苦，都化作了珍贵无比的回忆。那时大家相互交换书籍，相互斗嘴打趣，整个班级其乐融融。那就是最美的时光，也许不会再有了。

沉潜高三

时间飞快，弹指一挥间，高三如期而至。高三上学期，我参加了校运会800米。在报名表上写下名字的那一刻，我的八百米成绩在班上都排不上号。但我天生就有一股牛倔劲，我坚持每天跑每天跑，五圈，十圈，直到精疲力尽。不出所料却也出乎意料，我得了第一名。赛后回忆，忍不住感叹长跑真是一种精神运动，是意志力的博弈。坚持，是世界上最伟大的品质。意志的力量，是决定成败的力量。

到了高三下学期，随着高考的临近，每个人都更加体会到千军万马过独木桥的悲壮，每个人都难免心有惶恐，每个人都比昨天多加了一把劲。那时的自己有如一只被驯服的野兽——早上六点，晚上十点，两点一线。谁能想象？一个曾经无比爱美的姑娘竟然收起小镜子，换上丑丑的运动衣，任由身上的肥肉一层层地横生。一个曾经生活丰富的姑娘，竟然用起了老人机，拒绝一切课外活动，任由黑白灰一点点黯淡外面的世界。所有的一切，只为高考，只为高考。那时候的自己，甚至在桌子上贴着“复旦 or 复读”的标语来激励自己。每一天，像二月黄牛一样踏踏实实，沉默不语地去耕耘。从早到晚，不敢漏掉一丝一毫。每当我坚持不住的时候，我就想想跑800米的那股劲儿，告诉自己“意志的力量，是决定成败的力量”。

现在回头去看，高中的每一步，我都走得无悔无愧，走得对得起自己。只是遗憾没能多记录一些同学共处的趣事。纳兰容若有句词叫“当时只道是寻常”，如今才明白，那是一种失去后才倍感惆怅的寻常。庆幸自己的每一步都有那么好的同学、老师、家人的陪伴。如果再来一次，我还要选择文科，还要进高三一班，还要当李孝敬老师的学生。

尽管后来的我高考失常，没能考上心心念念的复旦大学。但仔细想想，武汉大学深厚的文化底蕴也未必差。我想，命运带我去的地方，一定是对的地方。因为命运一定不会亏待努力的孩子。正如尼采所说：“努力，是奇迹的另一个名字。”

前些天收拾屋子，不经意间发现三年前的一张照片。举起照片与镜子里的自己一对比，五官丝毫不差，但看起来却沉静内敛了许多，笑容也更加阳光了。三年了，时间的水淘淘洗洗，洗去了铅华尘嚣，只留下了眼里的那抹清澈。由衷地感谢这三年来的苦旅给我留下的精神财富，足以为我摆渡一生。

曾诗蕾，我校2015届毕业生，现就读于武

……其间紧张细胞也有些微弱地颤抖，然而最终还是战胜了恐慌，申请走出考室。在高考，这场全中国人都稍有些重视的考试中，我却走出考室去吃了几块暂时果腹的食物，这本该是件相对来说让神经紧绷的事情，但因为高三后期以来的淡定心态，吃完东西的我竟然感觉充满了力量，预想中的瑟瑟发抖的紧张并未出现。再加上监考老师善意的鼓励，高考文综竟成了我整个高三时期做的最佳的一次。当然，一次考试结果的好坏与考卷内容是否对味或者是否与自己知识库紧密贴合等等有关，但是心态与状态对于考试的重要性不言而喻。

我以为，深刻理解，需要多思考，多考虑不同角度不同领域不同视野，需要知识面的扩展与阅读量的增加，还需要与实际问题的相结合与体悟。见多识广，并不是空话。并且，见识多了不仅能延展思考的宽度，更能助长深度的拓展，角度的增加，二者之间能够相互依存着助长。

三、保持心态平和

高考文综那一场，我出了点从未料到的意外。坐在考场上审阅答题卡时，肚子却饿得咕咕直叫。想着接下来漫长的两个半小时，体力与脑力的拼搏，肚子这一关可怎么都得过去。于是，内心开始纠结，大脑里进行着诸如申请出去吃东西会不会被监考以为作弊而耽误考试之类的思考

有梦为马，随处可栖

——致母校古田一中2016届高三同学

□詹源

一年以前，我同今天所有准高三的孩子们一样，充满着期待与幻想。高三的未知和挑战令我们心神向往，却又有些莫名的忐忑与畏怯。这一年被大多数外界的言论描述为硝烟弥漫的战场，下火海上刀山，彻夜不眠，奋战到天明。然而现实中的高三到底如何呢？一千个人心中有一千个哈姆雷特，而我只是作为其中一个过来人略谈拙见罢了。

海子说：“和所有以梦为马的诗人一样，我藉此火得度一生的茫茫黑夜。”梦想是一个永恒的话题，当人们踟蹰彷徨时，梦想总能指引人以正确的方向。高三的的确确是一个并不轻松的阶段，因而我们需要以梦为马，或者说，我们需要有信仰。我们的信仰可以是高考所想要达到的目标，也可以是心仪的大学，抑或更大到人生的目标。如若没有信仰，在挫折面前，我们只会不堪一击。经历过高三之后，相信很多人会感谢这一年，因为它让我们从小到大第一次认清了自己，让我们第一次真正体会到为梦想而奋斗的喜悦，让我们第一次感受到在挫折中有信仰的支撑是多么大的力量，这会是我们不可多得的人生财富。

也许有人觉得，一切关乎梦想的话题到头来只会是一纸空谈，具体来说，他们认为学习的意义并不大，因而便没有了梦想和信仰之说。记得看过一位清华学长的一篇文章，说的是一位教授指导大四学生完成毕业论文，然而完成论文前教授给了这位同学几本书，让他在一个星期内学完，之后立即现学现用，完成论文。后来，教授问这位同学他是否用到了大学四年来学习的各种专业课程，这位同学回答没有，于是他问教授这四年来他学到了什么呢？教授回答，大学四年教会他的是获取知识的能力，试想一个刚刚高中毕业的新生，如何能在一个星期内掌握一门专业课程并且学以致用呢？很多人觉得学习没用，挣的钱甚至不如中专毕业后当大老板的多，许多小时学习好的人长大后也是销声匿迹，沦为平庸之辈，只是个书呆子、蛀书虫罢了。殊不知，学习真正的意义并不在于学到的知识多少，因为知识是会遗忘的，我们学到的是一种获取知识的能力。通过学习，我们能够更加准确地对事物作出判断，能够学会更加理性地思考，能够运用智慧去处理事情，从而更好地去发现问题，分析问题，解决问题，换句话说，学习让我们的素质得到提升，让我们成为更全面、更理性的人。

胡适先生说：“成功不必在我，而功力必不唐捐。”勤奋是成功所必需的品质。然而勤奋并不意味着夜以继日地埋头苦干，方法同样重要，我们需要的是“巧勤”而非“拙勤”，就如一部汽车，方法相当于方向盘，而勤奋则是发动机，只有准确的方向配以强劲的马达，才不致

他一个关于高中时期学习与能力培养的问题。其实当时问他这个问题，也是有一定自己的用意的，因为我本身在高一高二时期参与了学校的一些社团，抱着正是提升能力的念头。

不可否认，当人越往高处走，接触的面越大时，越发能意识到人的社会属性，而这种社会属性不仅仅是知识可以填补的，更多的需要人际之间的交流、能力的塑造培养。高中是人从幼稚走向初步成熟的一个时期，而要想在这个时间段除了知识外的一些成长，就需要一些课外实践的参与。利用课余时间参加一些社团，参与一些从未体验过的事情，才会开阔你的视野，教会你一些不去做就永远不会明白的事情。

青春啊，无论是阳春白雪，还是青菜豆腐，都该去品尝品尝。莫辜负了这短暂时光，人生中有味的事，总有许多许多。

林蓉，我校2015届毕业生，2015年高考福建省文科第3名，宁德市文科状元，系2015年古田县教育基金(30000元)获得者，古田一中89届北大奖学金(20000元)获得者，北京大学2015级新生高考成绩优秀奖(第一名，50000元)获得者，现就读于北京大学光华管理学院。

南辕北辙，才能以最高的效率到达目的地。那么什么才是最好的方法呢？答案是最适合自己的。有些人刷题可以取得高分，有些人则喜欢多去理解知识点而只是配以少量的习题，从而旁人看来就是他成天不努力不完成作业成绩却比我好，那么一定是他智商高，我天生笨了，其实这只是采取的方法不同罢了。最好的方法需要自己探索，通过平时的学习对比不同方法应用于自己身上的效率来选择，并且不断地去发现漏洞再去改进，最终形成自己的学习习惯，那也就是最完美的方法了。别人的方法都只是参考，我们需要做的是取其精华，弃其糟粕——当然精华和糟粕亦是相对个人而言——切不可看他人怎么学习然后照搬照抄，此为大忌。

好的心态同样是奋斗高三所必须具备的。很多同学每逢大考就心生紧张情绪，导致成绩下降，然后便有老师家长各种谈话找上门来，从而有了更加沉重的心理负担，到下一次考试便有了更加沉重的心理负担，导致成倍的紧张，最终陷入恶性循环。其实高三不过是人生各种挑战中的一个罢了，只不过目前的社会和教育制度将其重要性抬得过高，从而引出了“决定命运的一考”之类的说法，导致一路入高三，就好像走上了独木桥，内心忐忑，又不得不。人的一生会有很多的挑战，今后比高考更大的挑战也绝对不在少数，把我们从小到大面临的这第一次大挑战看作一次初体验又何尝不是更好呢？只要自己努力了，挥洒过汗水，问心无愧，这就足够了。结果并不重要，重要的是过程，高三只是我们步入社会前的一次锻炼罢了，摆正心态，结果反而更可能如我们所愿。

高三其实并不是想象中那样如地狱般可怕，它同样是我们与高中同学一同相处的最后一年，它同样可以是温暖的。同学的情谊是珍贵的，一同奋斗的日子也最值得回忆。一年前，学长学姐说我们所厌恶的现在，是他们回不去的曾经。相信现在的各位与当初的我一样对这句话其实并无切身的体悟，然而现在我也把这句话分享给大家。学习固然重要，也许目前大家心中的第一要义也就是学习，其他的一切都想以后再说说吧。其实很多东西失去了就再也无法得到，一年之后，你们各奔东西，有些人甚至可能就是这辈子见的最后一面了，就算今后有着大大小小的聚会，很可能所有的纯真都只能是回忆。所以，珍惜身边的一切吧。

总而言之，掌握方法，享受过程，不畏挑战，知难而进，结果一定不会让我们失望。你们今年即将迎来全国卷了，希望以上所说对你们能有所启发，相信你们，也祝福你们。

詹源，我校2015届毕业生，2015年高考福建省理科第26名，宁德市理科状元，系2015年古田县教育基金(30000元)获得者，古田一中89届北大奖学金(20000元)获得者，现就读于北京大学信息学院。

离别故乡久，常生思念情，思念最多的不是美丽的翠屏湖，也不是古老的吉祥塔，而是我曾经学习、工作过的古田一中。

我在古田一中读高中

游友基

和谐，没有什么名利之争，没有什么大的争吵冲突，同学之间和睦相处，互帮互助；二是勤奋学习，没有人得过且过，大家都认真读书，努力上进。这班风影响了同学们的一生。大家都在各自的岗位上，

劳动锻炼

1957年我从古田二中初中毕业，考入古田一中高中学习。学校坐落在县城北边的山头上。礼堂在山的最高处，我是寄宿生，就住在礼堂旁的大房间里。有时站在礼堂外极目四望，县城几乎尽收眼底，古田溪绕过县城往南流去，横跨两岸的唯一桥梁叫紫桥，汽车过了紫桥，朝福州的方向奔驰。那条溪、那座桥，激起年轻人多少遐想啊！

古田要建地下水电站，大坝把古田溪拦腰截断，整个县城及四周的许多村庄、田地都成为人工湖底，白茫茫一片汪洋，我家的屋子，我童年、少年的梦，都只能在碧波下荡漾了。

我有幸亲眼目睹、亲身参与了古田一中从旧城迁往新城的过程。新城在旧城南边的小盆地上，古田一中新址在新城边缘的松台山上，已盖了教学楼、宿舍楼。我们先是在旧城废墟上挑选年代最久远的土墙，把它推倒，把土捣碎，用筛子筛下细末，然后，用板车一车车拉到新校区。车到高头岭，一路斜坡，不用费力，只要按住车把子，尽可放心奔跑，那种腾飞的感觉，让人久久难忘。

那年月，学生参加劳动的时间多，强度大。我们曾集中住在新校区好几天，平整土地、种树施肥。我们用板车拉来的墙土，便是最好的肥料。晚上没电灯，躺在教室冰冷的地铺上，有人唱歌，来驱赶无聊与寂寞，我便编故事，“绘声绘影”地讲述起来，我的那些同学居然听得十分入神，这使我暗中高兴，那可是我第一次发表“作品”，虽然不是用笔，只是用嘴。

1958年，旧城淹没了，我们都成了新城的居民。古田一中也淹没了，只有礼堂那一小块地还露在水面，成了一个小岛。我在心中默默叨念，再见了，我们的学校！再见了，我们的高一年代！让我们走向新的生活吧！

大炼钢铁运动开始了，我们班被安排到凤都九渡桥劳动：洗铁砂，打碎铁矿石，到一二十里外的炭窑挑回木炭，给土高炉添加燃料……劳动之余，也有休整，那时，我会到九渡河的河滩上捡美丽的小石子。那儿的风景美极了。满眼尽是绿幽幽的山峦和树木，水也是清幽幽的。听当地人说，把刚摘下的野柿子埋在有水流过的河滩的沙石下，会将它的涩味去掉，我试着做了，但柿子还是涩涩的，也许是我心急，埋的时间太短，就把它挖出来吃了。我们还跟炼钢铁、挑矿石的民工一起开联欢会。我写了首《九渡桥之歌》，一个同学谱了曲，在晚会上高声合唱，歌声在高高的山峰间久久回响。

到了高三，劳动少了。高考前夕，甘清英老师布置作文《我在劳动中得到锻炼》，他在课堂讲评了我的作文，并把它贴在教室外的走廊上供两个班的同学“观摩”。当我打开高考的语文试卷，我惊呆了，因为作文题目竟是《劳动锻炼了我》。甘老师，真神了！

语文老师

我高中的语文老师，都有学问，都有所长，有的甚至有绝招。

教我们高一上语文的是张书竹老师，他操外地口音，说话幽默，会画画，有一次教一首诗，诗中写道：顿河边长着茂密的葵花树，葛里高利与阿克西妮亚正在那儿散步。

浅谈高中时代

——写给学弟学妹的几句话

张哲

很幸运今年能考上北大，这也算是人生的一件大事吧。当然也免不了要传授一点所谓的经验，毕竟自己亲身经历过，总有一点体会和收获，在这里与大家交流。具体的学习方法就不多赘述，大家一定都懂，我就谈谈一些注意事项。如有雷同，纯属偶然。

我觉得高中是一个承上启下的阶段，相当于大学的过渡期。因为高中既不像初中那样面面俱到，也不像大学那样自由奔放。高一新生刚从初中老师全方位的“管辖”下解放出来，进入高中难免会有不适应。这些都是正常现象，对此不要太慌张，而是应该积极调整自己的心态以适应新生活。在高中，老师不会像初中无时不在监督

他把画着葵花的小黑板挂起来，那画面让人想象奔涌的顿河，顿河边的浪漫爱情。课后，我借来肖洛霍夫《静静的顿河》，我被它深深吸引，我惊异：语言竟有这样巨大的魅力，它所塑造的人物形象竟然会站在你面前，会说话，会行动，活灵活现。我还想到，语文老师讲课，要像张书竹老师那样，激起学生的兴趣，让学生去想象，去探求……可惜，他教了一个学期就调走了。

我记得，教我们高一下、高二语文的是王福钟、倪可源老师。

王福钟老师被誉为古田才子，他讲课语言华美，善于比喻、形容，文学味浓。高中阶段，正需要大量积累词汇，增强语言表达能力，所以，他的课很受学生欢迎。他分析现代文特好，他的课让我在分析作品、欣赏作品方面受益非浅。他的旧体诗写得好，是古田诗坛的主将之一。据说，他还会编戏曲的剧本呢，这使我们特别钦佩。

倪可源老师讲课，用语准确，逻辑性强，传授语文知识，点点滴滴，扎扎实实。我曾经向他讨教过一个问题。现实生活中的事物总没有文艺作品中的人物那么高大、完美，现实中，很少见到英雄，这是怎么回事？这问题困惑了我很久，有一天，我终于向他提了出来。他从文艺源于生活、高于生活的理论高度，侃侃而谈，让我明白了文艺创作的典型化、理想化创作规律。更难得的是，这使我对文艺理论萌生了强烈的好奇和对之探究的念头。

甘清英老师教高三语文，他已经在高三“把关”多年。他是古田的“汉文伯”，古田人称国学根底深，学问好的文人、老师为“汉文伯”，他是古田语文界的权威，在整个地区都有名气。他教文言文，注重字字落实，句句落实，字的形、音、义，各种句式。是什么就是什么，不能含糊，不能混过去。他的一丝不苟精神对我一辈子做学问，都有影响。他教议论文的阅读与写作，重视如何摆事实、讲道理；议论文结构，讲究起承转合。有一次，写《论团结》，他把我的作文当“范文”念了。我总结这篇作文在写法方面的经验，在以后的议论文写作时运用，但他再也没有评讲我写的议论文了，因为我只学到了皮毛，只掌握了一点“文章作法”，我没能把事理讲深讲透。这从反面启示我，讲清事理，讲深讲透，这才是写好议论文的关键。

我从小喜爱文学，在语文老师的教诲、影响下，我决定终身与文学结伴而行。在高中阶段，我大量阅读中外古今名著，为后来的发展打下了比较坚实的基础。1960年，我考入了福建师范学院中文系。同学们也都分别被省内外高校录取。古田一中1960届(1)(2)班成了历史记忆，此后，同学们也不易见面了。

同学之情

班级没了，但同学之情仍在延续。2015年夏天，20多位同学在福州仓山万达某餐厅聚会，庆祝毕业65周年。京津的10余位同学在首都相聚，举行同类活动，两地互发微信，传送照片，互致问候。大家都是年逾古稀的老人了，却还有少年的豪情忆往昔，谈现状……觥筹交错，谈笑风生。

大家觉得，我们这两个班有自己的“班风”：一是团结

一些同道中人。

到了高二，有些同学可能会接触到竞赛(如果真想拿好的名次最好高一就开始准备)。竞赛的内容大多在课本上学不到，而是要靠自己的钻研，成绩靠前的同学我建议可以“人坑”，就算拿不到奖项，也可以开阔思维，特别是化学有助于提高成绩，有时候高考会出一些竞赛思维的题目，心中有底就不至于慌张，另外，出去比赛还可以见识一下全省的学霸乃至学神级级别的存在。包括到了大学，如果你有竞赛基础学起来也会比别人轻松许多。

关于高三，主要的任务就是高考，不过也别把它想成“人间地狱”，只是气氛会比之前紧张一些。这一时期最重要的就是要调整好自己的心态，不要因为一次考试的失利就郁郁寡欢，也不要因为一次成功就自以为是。考不好不要紧，关键在于为什么考不好，下次如何避免再犯同样的错误。这

为祖国、为人民奉献力量：赵守箴，曾任福州市委副书记、人大主任，现任福州市老年大学校长；谢玉栋，曾任福建省教育厅中一职处处长；林民生，曾任宁德市(县级市)副市长、宁德地区商检局局长。他们在从政生涯中都保持和发扬了古田一中的优良传统。俞增光(陈瑜)曾任天津大学教授，翁建华、高志耀、陈振捷、丁柳菊等是教授级高级工程师；包恒新，福建社科院文学研究所研究员；高炎官，莆田市医院主任医师；李扬强，曾任古田县政协副主席、《古田县志》主编、中学高级教师；郑慕纲、陈嘉言、刘能养、甘振华曾任中学或县进修校校长；黄家祥是古田县知名音乐家，由他作词、谱曲的古田系列歌曲正在家乡传唱；同学中有不少人担任了高级工程师、中学高级教师……他们成就的取得，无不是古田一中认真、严谨的校风和1960届团结和谐、勤奋学习班风培育的结果，无不渗透着老师们言传身教的苦心。不管是路途坎坷，还是平步青云，抑或平淡一生，我们都感谢古田一中所给予的关怀、培养。

每当外省的同学回闽，住在福州的同学都会为之接风洗尘；春节过后，大家也会相聚。住在天津的同学常给我发来照片：他们正小聚，祈福；他们正游京城、游津门……

同学之情维系着我们，我们之间看似松散实则紧密。我们都珍惜这种真情！

我与古田一中的缘分要比同届的其他同学更深一层，因为1971至1978年我在古田一中教语文，与我的父亲游庆喜，我高中、大学的同学、好友李扬强同一个教研组。

能不思念美丽的翠屏湖、古老的吉祥塔吗？能不思念我们的母校古田一中吗？我曾写过二首不成诗的诗《翠屏湖忆昔》：

岁月逐波光，故乡水里藏。
儿时嬉笑语，句句在耳旁。
一片深蓝绕金黄，青山作岸月泛光。
名人骚客增游兴，寻梦家乡我启航。
我们永远处于寻梦家乡的航程之中……

2015年8月16日

游友基：1942年5月生，福建省古田县人。1960年毕业于古田一中，1964年毕业于福建师院中文系，1964至1970年在闽侯一中任教，1970至1971年在闽侯鸿尾学校任教，1971至1978年在古田一中任教，1978至1996年在宁德师专中文科任讲师、副教授、教授，兼任中文科(系)主任、《宁德师专学报》副主编、主编，1996年调入福建师范大学中文系(文学院)任教授。享受国务院特殊津贴，曾被评为福建省优秀教师。已出版学术专著《中国现代诗潮与诗派》、《中国现代女性文学审美论》、《冯梦龙论》、《九叶诗派研究》、《中国社会小说通史》、《守望与展望——中国文学与闽籍作家论集》、《闽都文学与文化漫论》等，整理明、张以宁诗文集《翠屏集》，与人合著文学论著四部，参编教材、辞书九部。在国家级、全国核心期刊、本科大学学报及地市级报刊发表学术论文、文艺短论150余篇，著述总字数逾300万字。

样每次考试都进步一点点，高考自然会考好。至于如何复习，这里我就强调一点：课本不要丢！特别是对于基础不好的同学，不要花太多时间在做题上，而是要认认真真地过一遍课本，确保基础题不丢分。还有就是要注意劳逸结合。我不建议大家开夜车，因为这会影响白天的听课效率，得不偿失。

三年时光，漫长而又短暂。我们相聚于九月的金秋，离别在六月的盛夏。对于有些人，这仅仅是一段记忆；而对于有些人，这足以改变一生。青春的魅力就在于它的无限可能，无论如何选择，都请不要辜负了这大好时光。

张哲，我校2015届毕业生，北京大学“博雅”自主招生福建省第7名，系2015年古田县教育基金(30000元)获得者，古田一中89届北大奖学金(20000元)获得者，现就读于北京大学化学学院。