

辽宁理科状元：目标 自信 努力=成功 高考 PDF转换可能丢失  
图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/624/2021\\_2022\\_\\_E8\\_BE\\_BD\\_E5\\_AE\\_81\\_E7\\_90\\_86\\_E7\\_c65\\_624453.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/624/2021_2022__E8_BE_BD_E5_AE_81_E7_90_86_E7_c65_624453.htm) 总分：692分 语文123分 数学137分 英语141分 理综291分 代龙脊的总成绩是由校长通知，各科分数是他自己打电话查询得知的，对这样的好成绩，代龙脊坦言有点意外。“估分相差20分，估670多。没想到会成为状元，这给了我将来更努力的动力。”还在估分阶段的时候，代龙脊的志愿就填报了北大光华管理学院。他表示自己了解到这是一个比较活跃的院系，高中时代的学习让他觉得自己能力有限，想通过在光华读书锻炼一下自己，为祖国做更大的贡献。谈到平时的学习安排，代龙脊表示自己比较喜欢理科，尤其喜欢数学，这几科也相应投入比较多，到了高考后期也着重加强了语文和英语。代龙脊觉得自己的英语单词量不够，就采取多读卷子中文章的方法来记忆单词，熟能生巧，到后来即使有些词不认识，也能按照文章意思顺下来了。假如文章里有些单词不会的话，就先猜测一下，实在不会再去查一下字典解惑。数学方面代龙脊的方法不算特别，也是如常人一样多做题。“首先是开始是做会的，后期就做的快一些，慢慢提高准确度和速度，做的越对就越有兴趣，后来就快了。”尽管代龙脊平时成绩都稳定在前五名，但开始的估分没有那么高，也很是让他紧张了一阵。其实高考前代龙脊也有过焦躁紧张的时候，其是高考那两天是他心里最难受的时候。“调整心态也没什么特殊办法，就告诉自己已经到这个时候，不管结果怎么样，反正我努力过，就给自己增加信心。我想一个人只要增加信心，他就一定没问

题。”而在平时代龙脊学习难受、心理压力大的时候，就喜欢看一些喜剧电影来给自己减压。“还喜欢看一些体育球赛和国内外的新闻，来增加自己的见识。”代龙脊说，自己得到状元名号，跟爸妈在背后的强大支持是分不开的。“他们付出的非常多，心理承受的压力比我还要大。他们也非常呵护我，我有一点心理难受都会来开导我，给我鼓励和支持。

”代龙脊也对所有帮助过他的人表示了感谢：“没有他们，就没有我的今天。如果将来我有成就的话，一定会报答他们，还有我的学校，我的家乡，我的祖国。”现在四川灾区考生也在紧张的备战高考，代龙脊把自己的一些心得送给了他们：“首先一个人要有目标，目标确定后你才会为这个目标努力奋斗；第二是一定要有自信。一个人如果没有自信，即使学习成绩再好，也考不出好成绩。第三点就是希望告诉大家，人和人之间没有智商差别，主要是靠自己的不断刻苦努力，才能达到自己理想的目标。最后希望大家在高三这一年里，调整好自己的心情。互相帮助，多听劝告，再加上自己的努力，成功应该是没什么问题的。”100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)