

生命的阶梯

考研学子说

长春理工大学生命科学技术学院

二〇一八年八月

生命的阶梯

考研学子说

主 办：生命科学技术学院

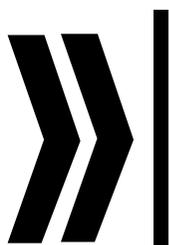
主 编：刘梦童

主 审：王宇飞

副 主 编：迟舒文 刘 帆

顾 问：蔺福军 于洪文

内部发行 赠阅交流



CONTENTS

目录

- P1 写给学弟学妹们的一封信.....杨佳丽
- P3 我的考研之路.....刘志强
- P6 欲戴王冠，必承其重.....余宗璞
- P8 爱拼才会赢.....何 诚
- P11 我与理工的七年之约.....夏秀琪
- P13 对未来负责.....刘亚飞
- P15 越努力，越幸运.....杨 昊
- P17 剑破苍穹.....王子琛
- P19 逆水亦可行舟.....赖亚鹏
- P21 心之坚定，业之所成.....梁 勇
- P24 考研不容易，且考且珍惜.....叶 彤



姓名：杨佳丽

班级：生物医学工程1408111

考取分数：336分

考取学校：北京航空航天大学

考取专业：生物医学工程

写给学弟学妹们的一封信

考研这一年来太多太多的酸甜苦辣，不是一篇心得能够记录下来的，但知道自己这一年中走过弯路，也知道太多学弟学妹们还挣扎在考研这条大道上，我知道你们有多需要那些质朴不过的提醒和经验。所以，我把自己能想到的、可以让你们少走些弯路的、不用那么迷茫的走完考研路的话都说出来，希望能有所帮助。

一、选择

关于考研，每个人都会经历一段难以忘记的选择过程，那就是自己要不要考研。对于这个问题没有人能帮你做决定，他们能做的是帮你分析各种利弊，但最后做决定的依然是你自己。一旦下定决心考研就不要三心二意的再去找工作或者考其他资格证，这些都会影响你的复习质量。在考研复习期间，学校举办了很多人招聘会，老师也给了我们很多的招聘信息，周围的好多同学也都陆续找到了比较好的工作，但是当时我一心就想考研，所以这些一点也没有影响到我。对待考研，你也不能过度重视，过度重视会增加自己的压力，影响复习的心情，后果不说你也清楚。所以，请你看得淡泊些。

此后，你的生活将是自习室、食堂、寝室“三点一线”的生活，每天只有书本和最基本的生活需求。你不能过得太安逸，不能因为冷或者下雨这些客观原因就不去上自习。复习过程中，最好不要老是移窝，选定了自习的地方就不要三心二意了，就得像高三那样，那里就是你上课的地方，坚持每天什么时候上课，什么时候下课，给自己做好时间上的计划。

二、规划

考研路有多艰辛，我来帮你捋一捋：你要经得起每天坐十几个小时，经得起每天只睡几个小时，经得起每天吃最简单而不可口的饭菜，经得起屁股坐的生疼，经得起每天看书却不见成效的心理折磨。总之，回想起长久以来这么多非人的折磨，可以用一个词



形容：心有余悸！但是请一定记住，健康的身体很重要，不要疲劳作战，要给自己制定适合自己的作息时刻表，并且严格遵守，时刻表要充分的细致，细致到每周什么时间去洗澡，去超市购物，上网查相关资料的时间等。我把自己考研期间的个人规划列出来供大家参考：早上六点左右起床，六点半到自习室，七点到九点复习英语，八点到十二点复习政治，十二点四十到一点半午休。午休的时间不能少，即使是最后的考试我也要午休，没有它，你下午和晚上的学习质量会打折扣。一点五十左右到自习室坐到五点半，复习两门专业课，六点半到十点复习英语，十一点左右上床睡觉。

三、坚持

其实考研最难的不是有多少专业课书籍要背，不是有多少英语单词没背会，不是有多少个政治大题不会背，真正困难的是来自心里的焦躁不安和自信的缺失。日复一日的枯燥生活让你很难感觉到有什么收获，除了日历在改变，似乎一切都静止了。这样的时刻，最容易让人胡思乱想，甚至打退堂鼓。所以勇士们请记住，正是这样枯燥的量变，为你今后的质变做了铺垫。不要轻视每天的积累，正是由于每天的默默承受，才有最后的收获。无论什么样的挫折，都阻拦不了你前进的脚步，都战胜不了你必胜的心态，如果能坚持住，成功就在前面不远处等着你。

不要听到别人说复习得多好多好，心里就着急；不要看别人买了什么书，就盲目跟风去买，资料要买适合自己的，因为每个人的底子和学习习惯，甚至计划都不一样；不要轻信网上的留言，说什么暗箱操作，那样只会打消复习的积极性。复习过程中，你要严格按照考纲的要求，复习的知识点只能多不能少。从复习到考前半个月，对于知识点的命题，你要做最坏的打算——所有知识点都有可能成为考题。不过到了考前半个月的时候，你就要抱着无所谓的心态了。考试中，你需要格外放松，去年我就是用“我复习就这样了，爱咋的咋的”的心态经历的考试这两天。考场上不管题目有多难或多容易，你都要坚持到最后，答题要把握好时间，不要答了前面的题目，后面的题目就没有时间做了。

说了这么多只想让大家知道，考研如同独自穿越人生的一段隧道，没有喝彩和掌声，没有鲜花和美景，有的只是枯燥的书本，繁重的学习任务，为实现理想而殚精竭虑的思考，情感和生活状态上的孤独寂寞。但既然选择了与众不同的理想，我们就必须要特立独行的行动。相信我，你的人生会因考研而更加精彩。不管结果如何，至少我们曾经竭尽全力的去尝试过。也许除了复习考研，你今生再无认真学习的机会了。

真正的勇士敢于直面惨淡的人生，敢于正视淋漓的鲜血。祝你们成功！



姓 名：刘志强

班 级：生物工程1408212

考取分数：328分

考取学校：中国农业大学

考取专业：生理学

我的考研之路

一、心路历程

我一开始要报考的是吉林大学，毕竟吉大也是985，全国排名前十，而且考上吉大的学长学姐也多，可以获得很多资料和经验。但后来打算换一座城市生活，于是我选择了北京。我向老师咨询了北京生物专业较强的院校，又参考了去年的学长学姐考取到北京的院校，最终选择了报考中国农业大学。

备考路上遇到的第一个难题是专业知识，中国农业大学专业课考的是《生物化学》和《化学》（有机化学，普通化学，定量分析化学），而我的大学只开设了有机化学。处于对自己的高中化学的信心，我坚持选择了中国农业大学。当我做出这一决定的时候已经六月末了，所以直到期末考试结束，暑假来临的时候，我才正式准备考研。这时候时间就有点紧了，一直到考研前一天，我都在马不停蹄的复习。这是一个痛苦的过程，一个人孤军奋战是很难的，还好我有一起考研的朋友们，无论是去吃饭还是去打水，无论是去图书馆还是回寝室，一路上多了很多欢乐。有时候我会给自己放个假，比如早晨起晚一点，中午回寝室睡一觉。当考研的生活习以为常后，剩下的就是按部就班的复习了。

二、考研心得

一定要选择好你要报考的学校，在选择过程中，有的人只关注学校的教学水平，不在意学校所处的地理位置，有的人会先锁定某个城市，在这座城市里选择心仪的大学。无论是哪种，一定要慎重选择，因为这关乎你未来三年的学习生活，甚至毕业以后的就业去向。

考研目标定好之后，接下来需要准备考研资料。我的经验是：首先到目标院校的官网查找招生目录中你要考试的科目，然后咨询往届考上此大学的学长或学姐，确定需要



购买的书籍和资料。我购买的书籍和资料有：《生物化学》（刘国琴），《生物化学复习指南暨习题解析》，《生物化学历年真题》。化学方面：《普通化学》（赵士铎），《定量分析简明教程》（赵士铎），《有机化学》（汪小兰），《普通化学指导》（赵士铎），《有机化学例题及习题》（王长风），《化学复习指南暨习题讲解》（赵士铎），《化学历年真题与全真模拟解析》（赵士铎）。

三、复习方法

1. 专业课

《生物化学》是我最先复习的一门，毕竟这门科目只有一本书，而化学有三本，可以先解决一门给自己增强信心。刘国琴版的虽然没有我们学的王镜岩版的厚，但是其中的内容一点也不少，需要认真复习一遍。然后再着重复习自己第一遍没消化的部分，特别要注意各个代谢以及各个代谢之间的联系，梳理清楚，理解明白。这本教材我用了将近一个月的时间来消化、理解。

《化学》有三本书，我首先看了三本书的目录，发现《普通化学》和《定量分析简明教程》有重复的内容，于是我打算先复习《有机化学》，然后将《普通化学》和《定量分析简明教程》同时进行。我建议根据自己的实际情况来安排复习顺序，总的来说我认为《有机化学》要比《普通化学》和《定量分析》难，因为《有机化学》要记的都是是一些化学方程式和有机化合物的结构式，以及一些特殊基团和化合物的物理、化学性质，需要记忆的内容较多。《普通化学》和《定量分析》相对简单一点，就是一些基本的化学性质和计算。开始看《有机化学》的时候，出现了化学反应方程式和一些化合物的结构式，我都会选择背下来。但是后来出现的化学反应方程式和化合物越来越多，慢慢发现早前背的东西都忘记了。于是我买了笔记本开始做笔记，把每一章标明，把化学反应类型，哪一种化合物或特殊基团易发生哪种反应写清楚，还对反应条件进行了特殊标记，在复习过程中反复看。《有机化学》后面一两章不用深看，只要记住几个特殊的化合物即可。

我复习《普通化学》和《定量分析》时进行的比较顺利，《普通化学》基本是高中知识中比较基础的元素、化合物性质和计算。焓、熵等的关系式和单位要弄清楚。《定量分析》中各章都是一些特殊反应，要记住反应条件和各种临界值，这些都是解题很重要的条件。

复习完专业课知识，接下来就需要通过做习题来巩固了。我先做的是《生物化学指南暨习题解析》，相当于又复习了一遍《生物化学》。《解析》中的总结部分很经典，做题时要把里面的习题吃透。因为中国农业大学生物化学试卷里面的题都是在这本书里出，题不会太难，甚至可以说简单，但是要拿高分还是要注重细节和答题技巧。要看《生物化学指南暨习题解析》里的大题的答案，牢记答题方法和步骤。然后就开始了化学的题海战术，最好准备一个错题集。还有就是把每一个真题和模拟题的制备化合物那一题写下来，这一个大题的重复率很高，毕竟就那几个特殊反应。化学做题的时候注意



提前把控时间，不然考试的时候时间可能有点紧张。最后十一月左右我才做的生物化学真题，近两年生物化学题型变了，取消了名词解释部分，有填空、选择和大题。

2.政治

我的政治复习进度是落后于其他人的，我用的是肖秀荣的书，个人感觉不错。我觉得掌握《精讲精练》，《1000题》，《历年真题》，《八套卷》，《四套卷》就可以了，时事政治可以看看，但是范围太大，出了也就几分，不需要花费太多精力。《四套卷》的大题一定要背下来，压中的大题不少。政治复习我用了大概一个月的时间。

3.英语

英语要从一开始就背考研单词，英语复习就是穿插在各科复习中间的，其他学科学累的时候用来换脑。我买了俞敏洪的《考研英语词汇》，起初购买原因是看这本书内容丰富、涵盖的单词多，但是正因为单词过多，导致我到考试当天也没背完。我看同学用的《恋恋有词》不错，还可以在手机上下载背单词软件。英语试卷我买了张剑的黄皮书05年-12年的和13年-17年的。作文和阅读理解之类的练习题没有购买，所以我的英语是低分飘过。我建议在作文上还是要下功夫的，考研作文非常重要。平常做真题时可以做好计时工作，大部分人在英语考试时，觉得时间不够用，我建议在考场上最后做选词填空，因为20空只有10分，性价比并不高。

我的经验分享到这里，希望对考研的学弟学妹有用。



姓 名：余宗璞

班 级：生物医学工程1408111

考取分数：推免

考取学校：东南大学

考取专业：生物医学工程

欲戴王冠，必承其重

没有人生来便拥有一切，在每个人的人生道路上，任何收获都需要自己锲而不舍的努力与拼搏。

多年以后，人们将会回想起被称之为经典的作家，加西亚·马尔克斯。人们对于马尔克斯的评价正如他《百年孤独》的开头，虽然他已离世，但他的著作成为了经久不衰的经典。其实不只是马尔克斯，任何一个曾经付出过的人，当他回忆往昔时，都是一部经典。我始终坚信，任何人光彩的背后定然都有着可见或不可见的努力。

大学生活已过去一大半，这三年来除了有着美好的回忆，更多的是回忆背后的付出。大学是我成长的地方，这便是我对大学的认知。回顾这三年多年的大学生活，除了感叹时光飞逝以外，更多的是成长的喜悦。在这三年，我的思想品德得到提高，个人综合能力也有着明显的进步，不仅让自己的知识得到了更新，又学到了许多社会实践知识。总而言之，大学为我以后步入社会打好了基础。

初到大学时，我还是一个对任何新事物都充满着好奇的大一新生，对于大学的学习方法也只有片面的了解。随着学习的深入，我发现大学是一个开放的平台，没有人会制约你所想学习的事物，在任何新兴科技与事物面前，你都可以深入其中。在这样的环境下，我们不仅可以学习到课程所规定的知识，课堂外我们还能学到自己感兴趣的知识。在课外，每当我对自己感兴趣的事物有不解的地方时，我就会深究其渊源。现在是一个互联网时代，我总能通过一些论坛或者文献弄明白自己想知道的问题。因此，在以后遇到问题时我总是会查阅资料，这便养成独立学习的习惯，这对于现在的我也有着莫大的帮助。不管是自学一些感兴趣的课程还是预习专业课程都有着十分明显的帮助。上课时认真听讲，做好笔记，期末有良好的复习计划，便能取得较好的成绩。我想，获得数次奖学金便是对于我学习方式的一种肯定。



在大一的一年里，我为着拿到英语四六级证书，每日抱着英语词汇与练习题在寝室与图书馆之间奔波。水滴石穿，非一日之功，在一年的积累下，我连续通过了英语四级和六级。在本专业的课程规划中有着《C语言程序设计》一门课，我上课时虽然认真听讲，但对于一门新的领域学科还是比较陌生，下课后，我都要弄清楚上课没明白的问题，在图书馆机房里，按实验书上的教程，自己编写小程序，经过一个寒假的准备，顺利的通过了国家计算机二级考试。

除了学习以外，我还成为了院学生会的一员，每次学院举办的活动我都积极参与，对于活动策划表达自己的见解，举办活动时，和其他成员一起努力着。在活动结束后的总结中，我都会认识到自己的失误与不足。每次的改进，使我的个人综合素质得到了很大的提高。

就这样，平平淡淡地走过了我大学的第一年。拿到了所谓的二、四、六级证书，看起来固然十分光彩，但在这些光彩的背后更有着许多心酸与汗水。我是一个比较看重过程的人，只要自己享受了努力的过程，不管结果如何，它都将是有意義的。

到大二之后，课程变得稍微困难了，涉及到专业基础与专业知识，学习的节奏更为紧凑。繁重的学业，再加上经过一年学科基础课学习，有了参加学科类竞赛的能力了，生活变得更加忙碌。但我仍然坚持自己的兴趣，自学了《单片机》，做感兴趣的小的外围电路，我对于新的知识总是有着渴求，因为在这个信息变换快速的社会，知识或可成为我立足的根本。电子领域的许多知识是以前闻所未闻的，在《单片机》的学习上用到了C语言，曾经在C语言上花费许多时日的我，在《单片机》编程上便上手很快。这足以见得各类学科都是相通的，对于知识都要抱着不求甚解的态度去认真面对，才能在使用时得心应手。

到了大三，开始学习专业课，逐渐开始了解了一些专业有关的竞赛，我参加了挑战杯，互联网+，全国生物医学工程创新设计大赛，生命之光等竞赛，获了一次国奖，积累了不少的专业知识，这些也为推免东南大学研究生做出了良好的铺垫。大三下学期至暑假，我开始网申东南大学，苏州医工所，浙江大学等学校生物医学工程专业的夏令营与预推免。此间也感谢学院和诸多老师的支持，我拿到了苏州医工所和东大的面试资格，在老师建议和自我权衡之后，我选择了东南大学。推免虽然不如考研辛苦，但竞争依旧激烈，拿到拟录取人数大概只有一半。幸运的是，面试老师所提的问题大致都能答上，最后拿到拟录取资格。

要想在诸多工科推免生中脱颖而出，必然要有令人眼前一亮的实验或者比赛经历，这几年中，我参加过诸多比赛，特别感谢嵇晓强老师在学习和实验中对我的帮助，才能让我在面对多个老师的轮番提问中临危不惧。

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，虽然已经快过完整个大学，有美好，也有辛酸。在以后的日子里，我仍然会坚持自己信念，认真努力学习，提高自己的综合素质，做一个爱国向上的好青年。



姓 名：何 诚

班 级：生物工程1408212

考取分数：355分

考取学校：中国科学技术大学

考取专业：生物学

爱拼才会赢

一、考研经验

大家好，我是1408212班的一名学生，今年春天，我通过了中国科学技术大学生命科学学院的复试，在此分享我的考研经验，希望学弟学妹们的考研路能够更加顺利，少走弯路。

1. 考研英语

我的英语考了70分。主要得分点还是在阅读和单词上，所以着重说说这两方面。考研英语需要学习的重点是词汇、阅读、翻译和写作，其中词汇是基础，阅读和翻译是重点，写作可以靠后期背模板。英语真题很重要，前期可以把近十五年的真题做一遍，找找手感熟练一下，真题做个两三遍都不多。真题解析推荐何凯文的《历年真题全解析》。

先讲一下我是怎么背单词的，每个人的学习方式都不同，我主要通过APP学习考研英语词汇，在应用市场上随便找一个英语背单词软件，都会有考研词库，跟着软件学，事先设定好计划，一步一步完成就会更容易，而不是试图一口气背完5500个单词。有人说过，考研英语单词至少要背8遍，虽然我没达到这个数字，但是我非常认同这个观点。考研准备时间跨度很大，背完一遍就沾沾自喜，等快考试的时候才发现又忘了就来不及了。我是在上半年用不同的单词软件学了两遍，一定要选择适合自己的，多试几个软件，不同软件记单词的方法也不一样。后来就是一边做真题，一边整理不熟悉但是经常出现的单词，我用有道词典的单词本功能整理了近十年阅读真题中的词汇，一开始有一百多个生词，到最后的六十多个，可见真题中的重复词汇还是不少的。

考研英语与四六级阅读不同，就是长难句。对付长难句和考研翻译强烈推荐一个微信公众号：“何凯文考研英语”。我从大三开始跟着这个公众号每天在笔记本上抄英



语段落，自己翻译之后再和解析对照，大大提高了英语阅读和翻译能力，我的六级英语阅读考了两百多分也是它的功劳。何凯文老师对考研英语阅读的研究还是很厉害的，推荐在下半年看看他出的视频课：长难句精讲（对提高阅读能力有帮助），五夜十篇（一开始听会感觉很啰嗦，但是听完再做题会感觉打通了七窍）。

我的写作能力一向不高，看的视频课也都是何凯文老师的，最后考前自己把作文模板改了改，背下来之后在考场上套用。何凯文老师有一本考研英语作文书，和配套视频一起看，还是能有所启发的。写作能力好的同学可以从现在开始每天背一句作文模板，考试之前自己写几篇模板出来，这才是最稳妥的方法。

2. 考研政治

从我的惨痛经验总结，千万不要自己闷头看书，一定要跟着一个自己喜欢的老师系统地学一遍。我是从暑假开始买肖秀荣的三件套学政治的，仗着自己还有点底子，每天看二十页，看着看着，发现自己做题一点长进都没有，雷打不动错一半，还好开学的时候，同学向我推荐了一位政治老师的课，其人名腿姐，上课极易激动，也十分有趣。听过她的课我才知道，之前对政治的学习并没有搭建起应有的结构，就像建筑没有钢筋，只是胡乱堆起来的一滩水泥，这样的自学抓不到重点，也很难知道哪里是难点，就算知道正确答案，也不知道错误答案的来源和解题方法。而通过考研政治专业老师对历年真题的讲解，对出题人思路的剖析，和对政治系统的了解，我们学习考研政治能轻松很多，还能加分，何乐而不为呢。我跟的是腿姐陆寓丰，去年她几乎压中了全部大题，可惜我没看她的压题。

3. 专业课

如果你也是考生物专业课，基本上应该离不开生化、分子、细胞这三门。还有什么好说的呢，先看一遍书，掌握整体，再看一遍真题，掌握重点，再看书，再看真题。建议从上半年开始学习专业课，时间越充足，看的越多，你的底气就越足。光看书没用，光看题也没用，一定要结合着看。熟练之后甚至可以发现老师的命题规律，当然还有一种极端的方法，就是把书背下来，有人背了不下五遍，到了考场上自然是对答如流，当然这种方法很伤脑细胞，也需要极大的耐力和持之以恒的毅力。

4. 总结

其实，考研路上，最重要的不是哪个方法好用，不是哪本书籍厉害，而是你自己的选择，不盲目从众，选择适合你自己的方法，找到你喜欢的老师，这点比谁的经验都重要。

二、心路历程

一路走来，考研成功，回头看看，充满了惊喜和刺激。我是在四月份确定了要报考中科大，我犹豫了很久，对我来说，中科大并不是一个很容易达到的目标。但是自从有一天梦见自己真的去了中科大以后，我就在心底暗暗发誓，我一定要报考这个院校，不行就二战，绝不给自己留后路。



随后我开始了考研准备，上半年重心主要放在了考研英语上，没有好好看专业课是我的一大失误。暑假之后，我回到学校，感觉到距离考研所剩时间不多了，就马上开始制定学习计划。我准备了一个日程本，记录了我每天都做了哪些事，可以看到自己学了多长时间，学了哪门课，这个方法有效避免了我浪费时间在玩手机或者其他事上。

考研得以成功的另一关键点，就是永不放弃。考试第二天是专业课，考完《生化》，我心里凉了一下，但是我告诉自己一定不能放弃。在中午的那段时间，我啃着面包片，把细胞书又看了一遍。我觉得，那一个小时，我至少给自己加了二十分。如果我在那个时候放弃了，估计初试就过不了。

有很多人，都是在考研路上失败了，他们不是败给了别人，他们是败给了自己。我不行、太难了、下次吧，总是有退缩的理由。但是如果你坚持下去，努力之后，就算还是失败了，你会发现，你的身上多了点什么。考研，不仅仅是升学的机会，还是你鼓足勇气拼一把的机会，不管前面有什么等着你，你要相信，努力总是会有回报的。



姓名：夏秀琪

班级：生物工程1408211

考取分数：396分

考取学校：长春理工大学

考取专业：生物工程

我与理工的七年之约

在大学四年的学习中，我在班里的成绩属于中等水平，但在硕士研究生考试中以总分396分的成绩被长春理工大学录取，之所以取得成功，主要是因为我始终坚持三心：信心，细心，恒心。下面就把我的考研经验分享出来，希望对学弟学妹们有所启示。

一、信心

每个人选择考研，肯定都会有自己的想法，我的想法比较单纯，一方面处于对生物专业较高的兴趣，另一方面也想拥有一个更高的学历，方便日后找工作。于是在大三暑假，我决定考研。由于我大学期间专业基础课学得不扎实，导致对自己非常没有信心，心里总是在犹豫是否要放弃。直到10月份网报开始时，我才下定决心报考长春理工大学。

对于报考这一部分，我的建议是，一定要结合自己的实际能力，定一个高一点的目标，敦促自己不断进步，并且在前进的路上始终充满信心。记住，求其上者得其中，求其中的得其下，目标越高，促使你为此付出的越多。

二、细心

所谓的细心，自然就是对各科复习的态度。在我的考研成绩中，英语71分，政治68分，两门专业课共257分。

先说英语复习。就我个人而言，英语是相对擅长的科目，所以复习起来会稍微轻松一些。我用了很多精力去背单词，因为单词就好比盖楼的砖，必须熟练掌握，当我复习其他科目感到疲劳的时候就会用背单词来调节。对于长难句我一直参考何凯文的《每日一句》进行复习。关于阅读，技巧不需多说，主要还是单词，单词熟了，读起文章就像看汉语阅读一样。至于作文，千万不要等考前一星期再背模板和万能句，那时候就太晚了。考前一星期需要看的東西非常多，个人情绪也会经常波动，所以大家要提前准备。关于作文模板再提醒一句，背模板的时候一定要区分好每个模板的内容，切记，千万不要背混。



接下来我们说政治复习。政治对于我们理工科学生来说，应该是最头疼的科目了。我的政治成绩一般，对政治复习有一套自己的方法。首先，报个辅导班是必要的。因为理工科没有接触过政治，课程根本无从下手，报考辅导班也算是无奈之举。我报的是暑期强化班，可由于种种原因被推迟到秋天。当然，你不能完全依靠这个辅导班，它只是你入门的一个引导者，真正的学习还是需要靠自己。其次，大纲出来后要买些习题做，在考前，一定要注意留意各种机构的押题，它们虽然不一定就是明天的考试原题，但对于预测考试方向、展示解题技巧等还是有很大帮助的。另外，一些学校好像对政治要求的并不严，我的一个同学报考了中央财经大学，政治没过线但总分过线了，他给学校写了一封信说明了情况，最后也参加了复试。

至于专业课的复习策略，各报考学生的情况均不相同，无法统一指导，但是多看历年真题、多听视频还是有很大帮助的，在此不再赘述。最后还有一条经验，现在网络资源非常丰富，大家可以在网上下载到很多资料。

三、恒心

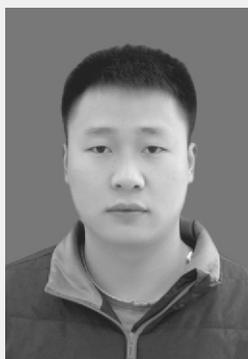
其实，考研这场硬仗重要的不是从何时开始，而是你是否有恒心坚持到最后一刻。考研这条战线实在是太长了，有些同学走不下去了，在网报之后就慢慢松懈。在这个时候如果你能乘胜追击，必然有意想不到的效果。但是这个前提必须是你自己能撑下来。下面，分享一些我亲身经历的有效办法：

第一，找一个好的研友非常重要。之所以把它放在第一条，是因为它对我的影响最大。我有一名室友也考研，我们每天一起吃饭，一起去图书馆，一起回寝室。有时在路上的时候，还会因为一道政治题而争论得不亦乐乎。当我想偷懒的时候，看到她去图书馆，我的懒意立即消失。当她对某个知识点困惑的时候，我也总会耐心答疑。我真的很感激她，没有她，我绝对走不到最后。

第二，给自己营造一个安静的学习环境。我个人认为西区图书馆七楼的环境就不错，大家都是考研的，即便不能一起讨论问题，但是看到大家都这么用功的在复习，自己也就有一种奋勇直追、不甘落后的信念。每次看不进书了，看到周围的同学都这么刻苦，马上自己就会有无穷的动力。

第三，要能抵制住诱惑。在大四上学期的时候，基本上没有什么课了，很多不考研的同学都很轻松，每天出去玩或者在寝室看电影玩游戏。这个时候人最容易随波逐流了，所以你一定要抵制住外界的诱惑。你要不断暗示自己，吃得苦中苦，方为人上人。坚持下去，否则就会前功尽弃。

以上就是我考研成功的经验。对于准备考研的学弟学妹们，我还想提醒大家，别人的经验固然重要，但不一定是适合你的，一定要取其精华，去其糟粕，把它们变成你自己的财富。



姓名：刘亚飞

班级：生物工程1408212

考取分数：375分

考取学校：武汉大学

考取专业：生物化学与分子生物学

对未来负责

为什么考研

我觉得对于毕业之后的道路安排，应该考虑多种因素。基于家庭条件原因、个人兴趣、对未来发展的规划等等，有些同学选择本科毕业直接就业。但对那些对自己以后的发展有更高追求的同学来说，应该选择升学这条道路。

考研对于个人素质的提升和眼界的提高效果是毋庸置疑的，自己接受了良好的教育，以后教育起自己的后代也是大有裨益。未来，本科文凭将无优势可言，因此通过考研进入一个更高更好的平台就是一种可行的办法。而考研回报给我们的是更高的学识和文凭。通常情况下可以为我们带来更好的发展机会和物质生活条件，同时自己接触的社交圈也会发生变化，今后一起竞争的人群也不一样。

选地区

本科四年，有些同学远离家乡，在异地求学，期间可能对于地域有了更多想法。面对升学，有些同学希望去经济发达的地区，有些想回到家乡，有些想去一个风景优美的城市，有些想去外地见识一番。不管是哪一种，我认为至少应该选一个自己心仪的城市作为目标去努力，这样，日后考上了也能愉快地学习。考虑地区的时候建议把气候条件也纳入考量范围。

选学校

选学校总的来说要平衡自己的眼和手，不能眼高手低，也不能畏手畏脚，我个人的选择倾向是要拼一拼搏一搏，现在的知识分子的层次是客观存在的，海归的比本土的高一等，国内985的比211的高一等，211比其他大学又高一等，这些差别在复试和就业时就有体现。况且，选择考研本来就是要提升自己，没有压力就没有动力，有时报考好学校的同学每天心里绷着一根线，刻苦学习，最终就能考上理想学府。那些信心不坚定的同学，觉得自己的目标不高，学习态度也会懒散，最后就会落榜。说实在的，考研是否成功与本科时的成绩没有关联，只要你足够努力，就能取得成功。



选教材，选资料

定好学校以后，开始着手准备复习资料。首先是教材，政治全国统考，英语有英语一和英语二之分，专业课去目标学校官网查，通常每个专业课有几个选项，选自己心里最有把握的，一定要注意学校要求参考教材的版本。对于真题，可参考学长学姐复习过的资料或选择适合自己的去购买。

时间安排

考研成绩目标： $70+70+120+120=380$ 分

我的初试分数： $67+73+120+115=375$ 分

6月之前主要看英语、背单词，推荐朱伟的《恋恋有词》及配套视频。视频最重要，不仅学英语，也传递许多正能量和价值观。努力在8月之前把教材粗略过一遍，9月之前把真题过一遍，10月之前的任务是根据第一遍看的教材和真题，把教材的重要章节细看，仔细琢磨。在看教材的过程中，无论是第一遍还是第二遍，归纳总结做笔记都是非常重要的，对后面背题也至关重要。

我不建议过早复习政治，10月份开始复习即可，11、12月完成肖秀荣的大书、《1000题》、真题，我的安排是大书每天40—50页，两星期之内看完大书。然后做《1000题》，每天150题，十天内看完，最后完成十年政治真题。

11月，前10天把专业课重点章节精过一遍，同时背诵，之后专业课就是无休止的反复背真题直到考试。12月做肖秀荣《八套卷》、《四套卷》，需要注意的是《四套卷》的题目要全部背下来。复习期间英语不能停，每天都要学，除了单词就是真题，我把03-17年的真题做了一遍，随后至少仔细看了五六遍。英语作文买的王江涛的，11月注意开始背模板，然后自己拿真题后面的作文题练习，写完对照王江涛的范文，做修改和记忆。

具体复习计划要根据自己的实际情况定，10月之后要至少保证每天早8点到图书馆，坚持至闭馆回寝室，每天要为每一科分配好时间，并保质保量完成。考研考的是勤奋和坚持，到了后期，每一个小时都应该有明确要完成的学习任务，复习过的东西务必要设置好回顾周期，有规律地复习。

学习效率至关重要，保持好作息，保证睡眠，打起精神。每当你泄气的时候，要想到，即便是考上了，还有更多本科就是重点大学的人和出国留学的人可能比你优秀，要向他们看齐。如果没考上，自己就更加没有资格与他们去竞争了。所以，你有什么理由不努力。

心路历程

守住一颗强大的内心，胜利机会一定属于你。



姓 名：杨 昊

班 级：生物工程1408212

考取分数：326分

考取学校：中山大学

考取专业：生物化学与分子生物学

越努力，越幸运

考研这一路走来所有的经历都是礼物，都是收获，它会成为我生命的一部分。即便是到现在，考研给我内心留下的感受都无法用文字来表达，因为它给人带来的改变连自己都意识不到。所以以下这些话并不是说给自己，而是希望看到的学弟学妹们能通过我的分享，多些坚持，哪怕是思想上多一点坚定也好。

或许你看到我这篇文章的时候已经看了好多学霸们的心得体会，作为一个“压线党”，我就不过多介绍自己的复习方法了。而且在我看来，任何别人的方法都只适用于他们自己，生搬硬套结果往往适得其反，摸索出自己的方法才是关键。所以我主要想讲述的就是以下三个方面：树立正确的考研心态、如何学习英语、坚持到底。

一、树立正确的考研心态

考研的首要任务就是树立正确的心态。也就是说，你为什么要考研。我亲耳听到过这些答案：“我热爱学习，我热爱生物”“别人考所以我也想考”“为了以后找工作”“现在毕业不知道干什么，想继续上学”……如果你的答案是第一个，恭喜你，你是一个幸运儿。因为你如果对考取的专业充满兴趣，考研将是一个十分快乐的学习过程，成功也是触手可得的。但值得提醒的是，请一定学会变通，为什么这么说，举一个身边例子：我的一个高中同学大三暑假成功参加了中国农业大学的夏令营并且获得了优秀营员，通常情况下只要他的初试能过线便可录取，但在后来与老师的交谈中，他自己有些想法并不被老师认可，甚至因此产生了学校不好的想法，最终遗憾的放弃了考研。其实这样的例子屡见不鲜，一个人拥有自己的想法固然是好事，但因为固执己见而丢掉一些本来触手可及的机会，背后的代价是巨大的。如果你选择考研的原因并不是因为像爱生命一样热爱生物，也没关系。我的导师曾说过，任何你不感兴趣的事物是因为你对其不够理解，当你深入学习以后，你一定会对它感兴趣。所以不要怕当下你对它的兴趣不够浓，也许现在的你对任何学术上的东西都不感兴趣，一旦你坚持到最后，相信我，你一定能收获到快乐。



二、如何学习英语

我的英语水平一直很差，四级考了好几次才得以低分飘过，但我的考研英语达到73分，并且六级也顺利通过，这其中的提升我不说你们也看得到。

中山大学近几年的英语院线都是50分（100满分），专业课75分（150满分），在公布院线之前许多高分党感觉胜券在握，然而结果令人吃惊的是，今年中山大学英语线提高到60分，而专业课并无波动。这也使得我的名次直接前进约30名！许多已经联系好导师的学生都遗憾落榜，可见英语的重要性。英语好的同学在无形中有了很大的优势。当然像我一样英语基础不好的同学，现在努力也为时不晚。

分享一下我的逆袭方法：首先单词是关键。我从3月份开始背考研单词，单词书不要买多，盯住一本到两本就完全够用了，这里推荐新东方朱伟的《恋恋有词》，配合视频讲解，因为个人比较喜欢朱伟老师独特的人格魅力，所以每天的英语学习过程是很放松的。但是这本书的单词量不足5500，在熟练掌握本书单词量的基础上，要注意配合其他单词书查漏补缺。其次是做真题，很多同学“舍不得”做真题，想留到最后来检验自己，我认为是没有必要的。一方面，真题数量充足，从05年到18年都有。另一方面，真题需要反复做，考研英语最重要的是阅读部分，吃透一篇阅读要花费很长的时间，更何况要经常总结做题思路才能有本质上的提升。

英语的完形填空每年的难易情况变动较大，答题时放在最后做是比较合理的。至于作文我用的参考书是王江涛的《必背20篇》，要求全篇背诵，要十分熟练以至于达到默写并且改写的程度。考试时的新题型部分我选择了放弃，因为前期没有合理安排好答题时间，导致试卷没答完，所以大家平时练习的时候要把握好答题时间，这是很关键的一项技能。

三、坚持到底

准备考研的出师阶段似乎每个人心气儿都很高，觉得坚持下去很简单，反正要参加考试，只要不停的努力就好了。可事实并非如此，因为到了考研的最后阶段，会有很多人觉得自己依然什么都没有掌握好，面对各种无形的压力，觉得自己徒劳的努力还不如放弃来的轻松。我身边有很多人想过放弃，包括最后成绩很好的同学，有些女同学甚至会不堪重负而埋头痛哭。这个时候我希望你能坚持下去，因为正如很多考研名师说的那样，不到上战场的那一刻你永远不知道自己到底掌握了多少，拿起笔的那一刻才拨云见日。

当然，初试只是这场战争的一部分，对于许多名校来说，复试甚至才能真正决定你的去留。当你初试成绩并不理想甚至觉得希望渺茫的时候，也请不要放弃，很多学校复试成绩占一半甚至以上的比重，坚持到底，或许你就能成为下一个逆袭成功的例子。

考研是一条狭窄的独木桥，在你踏上桥头的那一刻就要杜绝回头的念想。人的一生要做无数个选择，但成功的人总是无愧于自己的每个选择。



姓 名：王子琛

班 级：生物技术1408221

考取分数：367分

考取学校：中山大学

考取专业：生物化学

剑破苍穹

五月的长春，风很大，下午五点钟的太阳已经停在了远处的楼顶上。也是在去年的这个时候，我下定了决心要参加全国研究生考试。几番抉择与考虑后，我下定了决心要报考中山大学。白驹过隙般，时间就这么走了一年，仿佛一次不眠之夜，却又漫长的像一部剧情曲折跌宕的电影，而电影的主人公就是我。

目标与决心，播种越早，培养越久，根才越深。考研报考院校只能有一个，并且是在考试之前就要确定的。根据报考学校不同，专业方向不同，专业课所使用的参考资料也不尽相同。因此，一定要选好自己理想的学校、理想的城市、理想的研究方向，尽早确定，并以此为誓，坚定不移。在确定好心中的目标之后，就要着手准备收集目标院校及专业方向的相关信息，考试科目、参考书、真题和前辈的笔记等等。这是一个需要下大功夫的过程，同时也是要异常细心的过程，因为除了公共课，相同专业的不同院校也会使用不同的参考书，而一旦用错参考资料，再纠正重新复习就很困难了。而且有的学校，真题和参考书只提供其中一种，甚至二者全无。这时候最好是能联系到已考上的前辈，向他们请教。当一切准备妥当，便要开始提剑跨马的远征了。

选择学习的地点是很重要的，环境会影响效率，一个好的学习环境会给复习带来质的提升，不要随波逐流，也不可任自漂泊，要选择合适的，让自己舒服的学习环境。一旦坐定了位置，就要学得长久，切不可今儿一个屋，明儿一个屋，舍本逐末，浪费时间。考研复习是艰难难行之路，如果你惧怕孤独，需人提点，那就找一个和你志同道合的研友；如果你喜好独行，那就好好享受学习带给你的这份孤独。

我所报考的生物专业，考试科目为英语、政治和两门专业课。公共课方面，我的英语功底不差，考过了CET-6，暑假里我完成了两套黄皮书的完形填空和阅读理解，到最后才背了作文、做了真题。



政治方面，我报了校外的所有辅导班课程，同时自己买了肖秀荣的全套教辅，但我复习到末期才感觉到，这样学并不合适，尤其是没有底子的理科生，最好是选择一位信赖的老师或机构从头学到尾。

专业课方面，两本《生物化学》（王镜岩第三版）以及一本《细胞生物学》，加起来超过1800页的参考书，几乎是所有起初复习这两门课的人，拿到欣喜翻开伤心的“苦口良药”。这两门课复习的工程之重，时间之久，要求了比较严谨科学的复习计划，并在复习过程中不断进行调整。关于复习方法，埋头苦干死盯书本不可取，只看他人整理也不可取，必须要找到适合自己的学习步调与方法，毕竟“衣裳合身才是最好看的”。我相信很多人在一开始拿到《生物化学》的时候，都会和我一样很认真充满干劲的看第一章“糖类”，然而这在我所报考的院校却不是重点章节，在其上过多的浪费时间便也是舍本逐末，因此要取重避轻，有选择、有方向的去看书才是真道理。然而，第一遍看书，很多人抓不住重点，因此第一遍应略读，熟知科目的整体印象与框架。在第一遍结束后，先浏览真题，找到高频考点与重要考点，带着这些要点，去看第二遍书，才能有取有舍。第二遍结束，差不多可以练习真题了。在参考范围及其模糊的研究生考试中，真题便是最好的参考范围，书只有一本，考点就那么多，出了这么多年题，一定会有重复和变化，需要抓住就是重复与变化中的“不变”。认真琢磨，用心思考，充分准备才能利刃成锋。

同时，在这紧张的考研复习之路上，尤其是9月份开学以来的后半程，不仅是对学习方法与能力的考验，也是对学习态度和复习心态的考验。厌倦、疲惫等等负面的情绪，随着时日的推进，便会不断找上门来。所以，当看书烦躁到看不进一个字的时候，请合上书本，出去走走或是寻些美食，等心情平复再去学习，即使给自己放一两天假也未尝不可。但你下定的决心不能动摇，所做的一切都是为了更好的迈出下一步。

回想复试结束的那一天，当我收到研究生导师发来的祝贺短信时，我知道，这场仗我打赢了，残破却不失锋利的剑刃划破了这近一年来的黑夜，黎明的曙光就像这将落下的夕阳一样明艳，却更璀璨耀眼。



姓 名：赖亚鹏

班 级：生物工程1408212

考取分数：301分

考取学校：苏州大学

考取专业：细胞生物学

逆水亦可行舟

大家好，我叫赖亚鹏，是14级生物工程系的一名学生，也是今年考研大军中的一员，很幸运在考研路上走到了最后。我报考的是苏州大学医学部的基础医学与生物技术学院的细胞生物学专业。初试301分，排名第78名，复试最后综合排名第5名。是什么让我逆袭的呢？让我来告诉你。

考研我认为要做好以下几步：

一、选择。

选什么？选专业，选学校。我认为应该先选自己喜欢的专业，生物类考研有很多选择。比如细胞生物学，生物化学与分子生物学，生理学等等。大家在本科期间都会有所接触，所以凭借自己的兴趣或者咨询老师、学长、学姐都可以确定目标专业。不过跨考专业的同学一定要慎重考虑，因为跨考要面临更多的困难。专业选好了，接下来就要选学校了。我们可以上网查询所选专业有哪些学校招研究生，通过中国考研网就能查到，之后可以先定几个学校作为目标，再登陆对应高校的研究生招生网和学院官网查询。在研究生招生网上，可以查到学校历年报录比、参考书目、研究生招生简章，通过这些信息可以自查是否能够达到招录标准，问问自己是否有信心、有能力做到。在学院官网上可以查询该院的导师简历、就业信息、博士上线信息等等，总的来说就是了解该院的综合实力是否和自己的目标一致，通过这些筛选程序确定出来的学校就是你的目标院校。

二、资料购买，要买哪些资料？

你需要：历年真题、目标院校本科目考试题、该校本科上课的课件、已考上的学姐学长的总结资料。不要盲目相信淘宝上的资料，有的学校官网上就有历年真题，最保险的方法是找到刚考上的学长学姐。不要吝啬于买资料的开销，学长学姐不会漫天要价，而且向他们购买资料后，在复试时遇到困难和疑问大家也多了一个解疑人，这是一个多赢的做法。



三、踏实的学习态度和系统的学习方法会助你一臂之力。

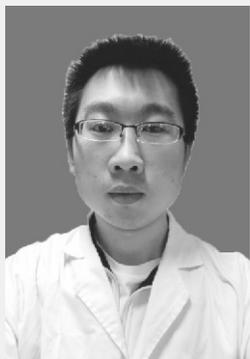
政治可以放在考前一个月左右时间再看，肖秀荣的资料应该是大家人手一本的资料了。英语，推荐朱伟的《恋恋有词》，跟着视频学习单词会轻松些，每天最好能做完一套英语真题，前期复习时，作文部分可以先空下来，只在脑中构思即可。到最后一个月再将真题中的作文付诸笔头，多用些漂亮的词组和英文比喻，结合对经典范文的背诵，问题就不大了。阅读理解是重点，占了英语试卷的半壁江山。阅读文章可以深入钻研，但不要纠结具体翻译，可以运用作者的情感倾向帮忙解题，即使看不懂每一句的含义也能得到正确答案。专业课方面，我的专业不用考数学，但面临大量的专业知识理解、背诵及创新拓展。初试的题目可以参考学校的历年真题，会有一定的重复率，可以从中找到老师的出题方向及侧重点。随后根据这些重点来确定复习的重点范围，但无论如何，一定要通读整本书。

四、情绪管理。

在初试考试前一个月左右，大家都会出现很多复杂的情绪。比如有时会认为自己一定考不上，有时又觉得好像自己准备好了，情绪波动会很频繁。这些都是不自信的表现，在这个时期，你要稳住军心！回想这个时期的自己，经常烦躁不安，难以入睡，也看到了很多同学在这个阶段放弃了。作为过来人，我建议大家在这个阶段做到“两耳不闻窗外事，一心只读考研书”。不要让别人的情绪影响到自己，如果自己遇到烦心事，可以适当放松。坦然面对考试，可以内心火热，但头脑要保持冷静。

做到上面几步，你应该已经进入复试环节了。往往大家习惯性的认为进入复试就已经一只脚踏入学校大门了，因为录取比一般在1.2-1.5之间。但我要提醒你，高分只是你复试中有优势的一个地方，如果你洋洋得意，那你就会被像我这样后来居上的人超过。复试之前一定要提前去学校，找导师，通过官网拿到老师的联系方式。往往我们是以发邮件的形式联系导师，不建议打电话。发邮件要附带自己的简历，全面介绍自己。不建议突然去拜访导师，应该得到老师的回信和允许后再来学校拜访。见到导师后一定要把握机会，积极表现，老师问什么，答什么，千万不能撒谎，即使是对自己不利的问题也要诚实回答。复试考笔试和面试，有的学校没有笔试，有实验操作，但面试是一定的。面试考什么？情商！要做到与众不同，不要盲目跟风，不要轻易走到问题的陷阱中，不要着急表现自己，可以思考一下再回答导师提出的问题。在展现自己特点时，如果讲到学习方面的内容，一定要态度诚恳，眼神坚定，可以看着老师的眼睛作答。介绍自己性格和生活方面内容时，节奏是轻松愉快的，总之一定要把握谈话的气氛，老师都是和蔼亲切的，可以大胆表现，不要胆怯。

做到以上，你完全可以逆袭，像我一样，从78名晋升到第5名！所以，不要自卑，不要认为分数代表一切，不要放弃一切希望，分数只是一个参考，重要的还是你自己的综合能力。以上就是我的考研经验，希望能帮到你。



姓名：梁勇

班级：生物技术1408221

考取分数：388分

考取学校：中科院上海生命科学研究院

考取专业：生物化学与分子生物学

心之坚定，业之所成

经过36个小时的火车，3月19日，我来到了这座城市——不夜沪城。凌晨4点，天仍旧黑着，行人很少，只见到几个跑步的人。这时还没有公交车，没有地铁，我决定慢慢散步去复试的学校，也顺便感受一下这座城市。毕竟行万里路，才能见天地之广阔。

此时的长春还是冰雪遍布的冬城，而上海已经是叶绿花开了，很久没有看到这种春天了，我紧张的心情居然放松了一些。漫步在校园路上，曾经为来到这里而拼命努力的记忆在脑海里缓缓浮现。在考研这件事上，我认为只要心里准备好了便没有问题。因为学习、背书，每个人都会，只是复习时间长短的问题。如果觉得自己记忆力差，就多看几遍。唯一的技巧，就是学，学，学。

我准备的有点晚，暑假过后才去学校，等到真正进入状态已经九月末了。好在还有将近三个月的时间。开始的复习是很艰难的，我基础并不好，尤其英语，刚通过四级考试。专业课虽然学过，但是也忘得差不多了。

首先，说一下英语复习，需要持久的学习，是个慢功夫，我建议尽早开始，准备一年都不过分。而我由于开始的晚，没有做过模拟题，也没有专门背过单词书，于是将05-14的十年真题复印了五份，打算做五遍。千万不要以为做一遍就会记住答案了，实际上一轮做下来，前面的早就忘得差不多了。英语要主攻四篇阅读，但是其他部分也不要放弃。我认为如果你想考70分以上，不能只靠阅读，要全面发展。每套真题除了作文和翻译，其他部分我都完成了，只不过完型和新题型我会提高速度，重在找感觉、认单词。阅读是重中之重，每一遍都要很仔细，做完一套后，先查生词，看懂文章大意，知道为什么做错，然后再背生词。这次的生词下次做如果认识了，可以巩固一下，如果还不认识就要重点记忆。做过几遍后，你会发现生词认识不少，句子也慢慢懂了。我把做题的过程变成了练习长难句翻译的过程，因为几乎每一道题目的答案都出自阅读中的长难句。



我劝大家要好好利用真题。真题书籍，我推荐黄皮书系列，它的解析不错，视频资料推荐看新东方唐迟的阅读理解。唐迟讲的很好，方法也很好，总结到位，我在做完第三遍真题后听了他的一些课，真的值得推荐。翻译部分我只练了半个月，每天跟着新东方唐静的课程练习五句左右。英语作文必须好好准备，这是我吃亏的地方。因为我复习起步晚，时间并不充裕，所以小作文没有背所有题型，我选择了其中两种可能性最大的进行准备，然而事与愿违，今年考的是邀请信，看到卷子的一刹那我的内心是绝望的，真是怕什么来什么。所以，还是要老老实实把所有类型的模板都背一篇。大作文因为每年话题随机，图画作文不可能有人猜中，所以不要相信所谓押题。备战大作文时我自己总结了三个模板，还有十几个好句子，背过后，用几套真题练了练手，需要注意的是，模板不能生搬硬套，要结合题目中心思想进行一些改动，实质就是模仿写。虽然我的写作能力差，但我认为自己仿写能力还是有的。英语作文的失误在于小作文准备不充分，不然这次应该能考到70分以上。作文参考书我推荐王江涛的教材。

第二个想说说政治的复习。政治我从九月份开始复习，先看的是肖秀荣的《精讲精练》和《1000题》。看一章，做一章题。马克思主义原理要仔细看，最好能理解透彻，对做选择和大题都有好处。选择题一定要重视重视再重视。选择题如果达到40分以上，整体分数考到70多分没问题，甚至可以达到80分。到了11月，我买了《风中劲草》（杨杰主编）来背核心考点，个人认为很有用，我背诵了三遍。接下来冲刺阶段，肖八、肖四的选择题要吃透，大题要背。这几套卷最好都背过，尤其是肖四，政治是必须要背的，如果四套卷都不背，那上了考场就会发现没有东西可写。关于选择题，可以适当练习下其他老师出的模拟题，比如任四之类的。选择题考前两周可以每天做一套。

专业课每门150分，重要性可见一斑。下面说一下我的具体复习方法。专业课我投入了很多时间，早上吃完饭，背背英语单词，就到7:00了，上午从7:00到12:00，五个小时的时间我都用来复习生化，吃过午饭后小憩一会儿，下午从13:30到18:30，集中五个小时复习细胞。晚上的时间我是留给政治和英语的。从19:00到22:00，看英语，等图书馆闭馆回到寝室，稍作休息开始看政治，22:30到凌晨0:30，是政治时间，后期12月冲刺时，我将晚上复习时间延长到了凌晨两点，冲刺时基本每天2:30睡，6:30起床。这个时间规划有些特殊，因为我晚上记忆力好，所以选择晚上看政治。而专业课复习，我把它们放在了重中之重的位置，所以开始每天花费时间较多。事实证明，专业课认真对待，确实收效显著，我最后的考试成绩是生化125分，细胞132分。

开始看专业课时速度很慢，但到了后期冲刺时，你会发现自己速度会显著提高，因为有了前期积累，很多东西其实你已经记住了，所以坚持就好。我考的是生化分子和细胞。生化分子书多，王镜岩上下册，朱玉贤分子，但按部就班完全可以啃几遍。我是看过了五遍书的。同时将重点放在了课本和真题，真题是从学姐手中购得的，学姐特别好，一直陪我们到复试结束，给我们加油，给我们指导。



复习专业课时，我是对照考试大纲先过一遍书，标出重点。然后开始对照真题找答案，真题的答案一定要自己找，即使买的资料里有答案，你也要自己补充完善，抄一遍，这是对答题的练习，一定不能偷懒。开始是很慢，但慢慢你就发现，重点会凸显出来，很多知识点每年都考，只是换问法而已。这样过一遍真题后，你会发现自己记住很多东西，然后再看看书，补充一下遗漏的可能是重点的东西。把这些全部做完，你就发现，你已经将书浓缩了，而且都是精华。此时，差不多已经11月末了，开始冲刺阶段，需要背这些自己总结的真题答案和补充的可能考的知识点。前提是你总结这些答案时一定要力求全面，尽量多准备，因为准备的越多，就越有优势。考试时我会尽量多写，三个小时考试时间我写了三个小时，要向老师展现出自己的知识面。冲刺阶段再慢慢地过一遍书，如果考选择、填空、判断等小题需要细致掌握全书内容。但是，重点一定放在你总结的真题和重要知识点上。另外，提醒上海生科院的考生，朱玉贤的分子课后题需要得到重视，我今年碰到了原题，听说去年也有好几道原题。其实，仔细想想，从这里出原题确实很有可能，因为朱的分子有个特点，它把每章的重点都以课后题形式放在了后面，所以，说到底还是要对课本了如指掌。

对于细胞，我复习策略和生化一样，看书，抄真题，细胞书我就是用的翟中和那本书，书不厚，所以多看了几遍。细胞是专业课二，相对来说较为简单，好拿分一些，但要更重视，因为答的好可以很大程度为自己提分。细胞也是看书，抄真题，答案要力求全面完善，准备的答案要多一些，这样上了考场有话说。

说了这么多，最后总结几句。首先，考上中科院，不是一件非常难的事，但是很辛苦，我认为是没有什么技巧的，就是学学学，背背背。虽然说初试分数只是一个入场券，但是想让自己的入场更有气势，就得考个高分。开个玩笑，主要是因为初试分数也占总成绩一部分，所以必须重视。大学里，我的平时成绩不是很优秀，但是在考研这件事上我成功了，有的人也许很会学习，但没能坚持到最后，有的人也许天资愚钝，但他坚持下来了，所以就赢了。

其次，考上中科院很难。这和前面所说的并不矛盾，坦诚的说，为了考研我放弃了很多，我放弃了我的爱好、放弃了一个很好的工作机会、放弃了谈了五年的恋爱。平时我不玩任何网络游戏，比如吃鸡、王者荣耀、dota我都没碰过。考研的最后一个月，我几乎每天2点睡，6点多起床。准备复试时，我翻译了几十篇英文摘要。只要认真对待，我相信你们可以做得更好。

考研，很辛苦。这就像一场赌局，筹码是你的命运，而分数是你的入场券，最终决定你能不能赢的是你的实力。如果你目标坚定，做好了这半年除了吃饭睡觉，其他时间都在图书馆学习的准备，并且要有持续学习的状态，我相信，胜利的大门也会为你敞开。



姓 名：叶 彤

班 级：生物工程1408211

考取分数：358分

考取学校：中科院水生生物研究所

考取专业：水生生物学

考研不容易，且考且珍惜

都说考研难，但我个人认为，一个详尽的计划是左右考研成败的关键因素。考研周期这么长，大多数人都会受自身内外各方面的影响而很难坚持复习。如果没有在复习之前好好计划，往往到后期会复习不完，导致力不从心，压力也会随之增大。所以整个复习阶段的节奏自己要好好把握，不要太着急，但也不能太放松。

下面我向大家分享一下我的复习过程。

专业课占据的分值之重，可以说是最能决定成败的科目，所以专业课复习千万不能马虎。首先，在复习之前，要把报考学校发布的考试大纲仔细看一遍，看清楚自己所考的科目需要对应看哪一本教材，还要找出考点并在书中做好标记，在复习的时候着重看标记的地方。然后开始做一个复习计划，比如看每一个章节大概要花多长时间，整本书大概什么时候看完第一遍，以及整理历年真题的时间等，把完成这些项目相对应的时间都要做一个总体规划，从而划分好自己的复习阶段以及对应的复习方案。我在看第一遍书的时候就在书上把历年真题都标上了，这帮助我第二遍复习的时候更有侧重点，也更快。都说精华就在真题中，为什么真题这么贵，它所体现的价值是任何一本习题册都无法比拟的，能把真题所涵盖的知识点都熟练掌握，专业课也就有百分之七十的把握了。

其次，要好好整理自己的笔记本，按照自己的理解去归纳和总结知识点，在后期高强度的背诵压力下，只有理解才能牢记，所以在前期复习时，必须把大纲中要求熟练掌握的知识点理解透彻，并整理到笔记中，后期着重背笔记本的内容足矣。我其实不建议完全用前辈整理的笔记本，可以参考，但最好别照搬，毕竟这是别人理解的，不是你理解的，如果在不理解的情况下照搬死背，到了后期四科的知识点都在你的头脑中发酵，极有可能全都忘光。在冲刺阶段，你所需要到达的境界，就是看到一个知识点就可以清楚地知道在课本的哪一部分甚至哪一页，能够联想起相关的知识点和历年的真题，这样才说明你复习的很成功。最后，多练不如精练，做的题多不代表都能掌握，与其泛泛而练，不如仔仔细细钻研课本和真题。



再说说政治的复习。我是从9月份开始准备政治的，先把肖秀荣的《精讲精练》里的知识点串一遍，跟着网课逐渐掌握，并配套《1000题》练习选择题，我在练完肖秀荣的《1000题》后，还把石磊的选择题也练了一遍，练完两套后，大概的知识点就差不多了，这时候也到了冲刺阶段，冲刺阶段我买了《肖八》、《肖四》、《石五》和《石三》，选择题我是每一套都限制时间去做，然后算出分数，但大题最后没来得及背石磊的，只把《肖四》背了四遍，将石磊的冲刺班讲义过了一遍就上考场了，最后成绩不高不低。

最后是英语的复习，英语最重要的就是词汇，无论语法多厉害，单词不懂还是无法看懂文章，所以从复习的那一刻开始，每一天的记词汇任务就不能落下，我每天都会背30个单词，半个月一测，我测试的方式是自己把中文或英文写在纸上，然后默写对应的中英文，可以把测试的底版留下，以后还可以复印重测。除了词汇，就是写作了，对于语法好的同学来说小作文其实不难，但是大作文对高级词汇的要求就比较高了，如果词汇量匮乏，分数只能处于中游水平，甚至会下游水平，所以适当地积累各个话题的高级词汇，也是准备考研英语的一个重要任务。

考研期间压力大是很正常的，为了不影响学习的效率，就要学会适当的减压，在压力大的时候，可以去到操场或者校园里走走，和同学聊聊天，呼吸空气，舒畅心情，也可以选一个合适的地方大喊或唱歌来减压。男生可以通过运动减压，女生可以通过听歌或看娱乐节目减压，但是切记不要迷恋。记得我的老师跟我说过，一个人要习惯勤奋，很难，但要习惯懒惰，这要简单得多，而要在习惯懒惰之后再想习惯勤奋，那更是难上加难。所以在适当放松的同时，要时刻警醒自己，我还要努力。如果产生了不想考研的想法，尤其是在快要考试的时候，这是极其不利的，因此要尽快回归考研的状态，解决这种困境的方法有两个：第一，利用研友之间互相鼓励的方法，也可以找老师倾诉，相信老师的经验会比我们多很多；第二，自我激励，搜集一些考研的警句写在最显眼的位置，并时常拿出来看看，以警醒和激励自己。

希望我的分享能给迷茫中的你提供一点帮助，祝学弟学妹考研顺利。



长春理工大学
生命科学技术学院
微信公众平台

电话：0431-85583073

网址：<http://sls.cust.edu.cn/>

地址：吉林省长春市卫星路7989号

