

# 她,原本没有北大的实力! 尽管语文和数理化生非常好,但英语只能考120多分 最终,她考入北大! 只因英语冲到了145分 她,原来只能拿着清华美院的专业证发愁! 因为英语远低于清华要求的小分 最终,她圆梦清华! 只因英语远超“小分”

她们共同的老师张清波老师指出:想上北大清华? 英语必须冲到135分; 想上艺术美术名校? 英语必须过小分

## 真实案例之1:英语拉分拖总分后腿,她的北大梦想渐行渐远

因为张清波老师的出现,让她成为北大的一员!

现北大学子小李同学,原是郑州一中的一名理科生,一直对北大充满向往! 但是,一道难以逾越的鸿沟却无情地拦在她与北大之间! 因为,尽管她的语文、数学、物理、化学和生物都在年级名列前茅,但是英语却严重拖了后腿:只能考120分左右! 而想考上北大,英语不到135分以上,那几乎是不可能的! 尽管

她在英语学习上花了最多时间,但一直没有进步!

但是,她却轻松考上了北大! 因为,就在高考前两个月,她遇到了一个改变了她的命运、实现了她的梦想的人:高考英语快速提分名师张清波老师! 在张老师的指点下,她只上了3次课,高考英语竟然一举冲到了145分! 而且,张清波老师还在英语上给她省出了大量学习时间! 还让她把更多的时

间放在了理综上,直接带动了其他科目的提高!

关于这个案例,张清波老师指出:现在理科总分640分左右,文科620分左右的同学,但英语拉分(在130分以下)的同学,只要能把英语这一门课提高20~30分,就极有可能让他们冲入北大清华等顶级名校! 而对于现总分接近北大清华的同学,必须确保高考时英语不能低于135分!

## 张清波老师,屡创高考英语传奇!

张清波老师,1995年毕业于北大英语系,1995年至2003年于北大英语系任教多年,高考英语应试技巧大师、“神奇的张老师”。在北大教学过程中,独创神奇的“高考英语快速提分秘籍”,一举打破了“英语只能循序渐进,不可能快速提高”的传统理念! 张老师凭借神奇的提分效果屡创快速提分传奇!

高考英语提高最大纪录:轻松提高了50分! 郑州106中学的弟子创造!

高考英语单科最高分纪录:从120多分冲到了高考145分! 郑州一中的弟子创造!

中招英语提高最大纪录:两天提高了60多分! 郑州八中弟子创造!

雅思提高最快纪录:仅用3次课,他帮助弟子从5.5分提高到6.5分!

张清波老师亲授课程之1:高考英语的秘密暨高考英语写作快速提分讲座

家长经典评价:“孩子英语作文提高太快,老师还以为是在抄的呢!”“听了他的课,孩子兴奋得睡不着觉了!”

讲座时间:3月23日(本周六)晚7:30~10:30

张清波老师亲授课程之2:高考英语一天提高20分特训营

“给我一天时间,我让你20分领先!”“阅读理解+英语作文试听后不满意,无理由无条件全额退费!”

抢座电话:0371-67097620 63976096

报名地址:文化路与优胜南路交叉口国奥大厦14楼

## 真实案例之2:清华美院英语限分高,专业通过也只能放弃!

因为张清波老师的出现,让她重圆清华的梦想!

现清华美院学子小黄同学,原是郑州某复读学校一名美术专业的学生。她从小酷爱美术,所以美术专业成绩一直出类拔萃,而清华美院一直是她梦想中的学府。而当她顺利通过清华美院的专业考试之后,她却陷入了困境:清华美院对英语有最低分数的要求——90分! 而对一名日夜苦学美术、当时成绩只有50多分的同学来说,这就是一座难以翻越的高山。当时,她甚至想到了放弃。

但是,张清波老师的出现,却轻松地实现了她本已飘摇的清华之梦! 在张清波老师的亲自指点之下,她的英语成绩突飞猛进,轻松突破清华美院的英语限分! 现在,她已经是清华莘莘学子中的一员,每天在红楼绿树中,聆听着大师级名师的教诲。

关于这个案例,张清波老师指出,美术生和艺术生家长必须重视一个残酷现实:英语才是美术艺术类考生最重要的一门课! 尤其是很多美术艺术类名校对高考英语有最低限分的要求,即使文

化课总分再高、专业成绩再好,如果英语不达标,也无法考入自己梦想的学校! 所以,已经拿到专业证的,一定要确保英语成绩能达到报考名校的英语小分要求! 每年,众多艺术类考生因为英语不达标而无法实现自己的名校梦想!

如果你想通过英语的突飞猛进冲击北大清华,如果你想通过英语的突飞猛进冲击更好的一本/二本/三本,如果你想通过英语的突飞猛进确保美术艺术类名校,就来找张清波老师试试吧! 唐善普



## 只剩两个多月了,我再复习还有用吗?

有,只要正确面对差距,拥有冲刺智慧,最后两个月也可以实现理想

### 问题1:我老是睡不着怎么办?

**专家解析:**高考已进入倒计时,因心情烦躁、压力过大等原因,很多同学都会遭遇失眠的情况,其实,偶尔睡不着很正常,对身体和学习也无害,因此不用特别紧张,也不用刻意去“克服”,最重要的是坦然面对。

**专家建议:**多数失眠都是由于大脑过于兴奋引起的,因此,要尽量使大脑放松下来,睡前不要回顾当天的复习情况,不要对第二天的考试思虑过多,也不要因睡不着觉而急躁甚至胡思乱想,由此陷入恶性循环——越想睡着越睡不着。睡不着的时候可以一边想一些单一的意象一边自我暗示:“我只要静静地躺着,就可以达到积极的休息!”——比如静静的水面、绿茵茵的草地、静谧的森林等,这样能帮助大脑进入一种平静的状态。

此外,也可以尝试以下的方法:白天做适当的锻炼,让自己见见阳光、见见绿色。临睡前喝些牛奶,帮助缓解大脑疲劳和学习压力,改善睡眠。

“老师,我老是睡不着怎么办?”

“老师,你说我再努力还有用吗?”

上周二,本报家有考生《高期望导致考生鸭梨山大》一文见报后,引起考生及家长的关注。许多同学来电反映他们目前存在的一些问题和疑问? 本周,就考生咨询的重点,我们采访了相关专家,希望考生能在高考前彻底放下心理包袱,在考场上发挥出最好的水平。

记者 吴幸歌

### 问题2:只剩两个多月,我再复习还有用吗?

**专家解析:**在高考冲刺的最后两个月,很多考生特别是一些成绩不太好的考生,都会发出这样的担心和疑问。高三接近一年的冲刺和复习使部分考生略显疲惫,一些感觉离目标还有距离的考生开始对自身产生怀疑心理,不知道最后两个月的冲刺能不能使自己接近目标,实现理想。

**专家建议:**虽然所剩时间不多,但只要考生能对这些差距引起重视,拥有冲刺的智慧,在最后两个月实现自己的理想一样有可能。首先要保持内心的和谐、平和,以平静的心态面对高考。其次,要坦然面对目前学习生活中的烦恼和担心,查清烦恼产生的原因,明白自己为什么会这么担心,并接纳这些原因,找到解决的方法,一步一步地努力下去,离目标就会越来越近。

### 问题3:一看卷子头就蒙,咋回事?

**专家解析:**这是由于心理过度紧张而产生的“怯场”现象,是一种较严重的考试焦虑状态。其主要表现为:一到考试时就紧张、情绪烦躁,难以控制自己,大脑处于紧张状态,思维迟钝、注意力无法集中,出现一系列反常现象。

**专家建议:**1.正确认识理想和前途。对高考有一个平和的心态,正确认识自己,正确对待外来的压力,端正考试目的和动机,“行事在人,成事在天”,降低目标,顺其自然。谁的心态好,谁的运气就好。2.正确对待考试。了解每次的考试是对过去学习的查漏补缺,考得不好说明自己仍有一些知识的欠缺,需要完善。3.掌握科学的复习方法,提高效率。掌握应试技巧,提高应试能力。4.学会自我调适的方法,掌握放松技巧。考前如出现紧张情况,可进行自我调整。如立即停止答卷,闭目,排除心中杂念,做深呼吸3~6次,使自己有一种轻松舒适感,慢慢冷静下来,恢复正常状态。

### 问题4:如果高考不能考出真实水平怎么办?

**专家解析:**这是一个考试心态的问题。根据多年研究发现,很多考生在考试中考不好,恰恰是由于其太想考好所造成的。由于考生平时对自己的期望值太高,考试时压力太大、过于紧张,考场上一遇到难题就会产生杂念分心,最终的结果只能是考不好。

**专家建议:**面对考试时,首先要尽自己最大的努力,能抓的分数一定要抓得住,其次考成什么样子就是什么样子,不要太过在意,因为考试中的任何结果都是有意义的。考得好,考生要学会从中看到自己的优势;考得不好,更要从中找到失误的原因,看看自己到底失分在哪里。然后有针对性地补和改正,争取在下次的考试中不犯同样的错误。只要考生从平时做起,从点滴做起,抓住每一个得分点,相信一定可以考出真实的水平。