

# 生命的阶梯

## 考研学子说

(第五部)

长春理工大学生命科学技术学院

二〇二二年六月

# 生命的阶梯

## 考研学子说

(第五部)

主 办：生命科学技术学院

顾 问：孙永生 庞春颖

主 编：王宇飞

编 委：刘 帆 刘梦童

郭明达

内部发行 赠阅交流

# 前言

“大学生活有苦有甜，但这都是我们成长过程中的一部分，感激经历过的每一份失败，感谢自己获得的每一次成功，珍惜这短暂而珍贵的岁月，愿你我都能紧紧抓住时间矢志拼搏，奔赴星辰大海，摘取璀璨星月！”推免至华中科技大学光学工程专业的薛娅卓说。

“目标可以让我们在努力的过程中不断修正自己的路，从而走的更快更远，因此，越早树立目标，就能越早明确方向。但目标的设立也不是简单的确定，要提前做好布局与规划。布局就是我们的目标，而如何达到目标就需要我们的规划。”推免至中南大学生物化学与分子生物学专业的江晗瑜说。

“每每回忆起这段考研经历，总是让人百感交集。它让我一生都受益匪浅，回味这段生活感悟其实很简单：奋斗、专注、自信再加上坚持，人生肯定不是一帆风顺，征途中会有成功、有失败、有困难、有挫折等等，就看你我是否坚强，能否坚持。考研也是一样，既然选择了，就要全力以赴。”考取吉林大学生物学专业的吕心茹说。

如果把成功比作目标的终点，通向这个终点的奋斗之路是漫长而坎坷的，每一位成功者无不是经历长期的奋斗拼搏才得以达成目标，就像今年的考研学子一样。在学院全体老师的关心和支持下，经过考研学子的不懈奋战，生命科学技术学院2022届毕业生考研率达到44.35%。学院将优秀学子们的复习方法、考研心得、大学四年积累的经验凝练成一篇篇精华收录入册，编辑出版《生命的阶梯—考研学子说》(第五部)。

本书展示了生命人在考研方面取得的成果，表现出属于生命人不懈拼搏的精神。他们的经验为正在考研的同学提供了清晰的复习思路和学习方法，他们的事迹激励着学弟学妹创造自己的奇迹，传承和发扬学院的光辉传统。



# CONTENTS

## 目录

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| P01 心有所信，方能行远·····           | 薛娅卓 |
| P03 努力的意义就是努力本身·····         | 李梦媛 |
| P05 鲜衣怒马少年时，不负韶华行且知·····     | 江晗瑜 |
| P07 用汗水浇灌梦想·····             | 姜志翱 |
| P09 思想→方法→改造客观世界·····        | 吴晨昀 |
| P11 要在这个世界上获得成功，就必须坚持到底····· | 何 磊 |
| P13 考研，我们要做行动派·····          | 李丹丹 |
| P15 不负青春 勇敢追梦·····           | 王丽莹 |
| P17 越努力就越幸运·····             | 吕心茹 |
| P19 再累也要走下去·····             | 牛素青 |
| P21 两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书·····     | 王子嘉 |
| P23 考研路上勇敢前行·····            | 吴宇涵 |
| P25 做出选择，坚持到最后·····          | 邓 豪 |
| P27 胸中有沟壑，扉页寻星河·····         | 石新茹 |
| P29 度过大难，将有大成·····           | 王志婧 |
| P31 积跬步，至千里；积小流，成江河·····     | 金家乐 |
| P33 选择与努力同等重要·····           | 姬宇豪 |
| P35 相信自己的选择·····             | 赵璐音 |





姓 名：薛娅卓

学 号：180811230

考取学校：华中科技大学

考取专业：光学工程

## 心有所信，方能行远

学弟学妹们好，我是薛娅卓，很高兴能在这里与大家分享学习经验。大学四年，看似很长，其实很短，转瞬即逝。回首四年光阴，如烟火，满眼繁华，目之所及，皆是回忆。在这个充满活力的校园中，留下的是我们美好的青春。大学期间，我曾担任学院学生会主席团成员、生物医学工程系学生党支部副书记、1808112班团支书。学习方面，四年以来总GPA：4.11，绩点排名及综合素质排名均位列专业第一；在校期间以第一作者发表EI期刊论文1篇，第三作者发表SCI期刊论文1篇，曾参与科研竞赛国家级4项，省级奖项5项，校级奖项若干。累计获得国家奖学金1次、国家励志奖学金1次、省政府奖学金1次、正荣一等奖学金1次、校长奖学金2次、校级一等奖学金5次、单项奖学金2次。

### 刻苦学习，努力奋斗，用汗水浇灌梦想

自入校以来，我始终坚持“不放弃努力是我的任务，在现有的基础上争取更是我的职责”以及“恒则成”的信念，经常在课室、图书馆勤奋刻苦地学习，认真钻研各科知识，且有自己明确的学习规划和学习目标。在课余时间经常到图书馆借阅各类书籍，或文学类，或与我们专业息息相关的书籍以及各种期刊杂志，以丰富自己的课余生活、提高和巩固专业知识、开阔自己的视野。经过努力，我每个学期都能获得奖学金。我一直都以“上课前预习，上课时跟着老师的思路，下课后复习”为基本策略，以习题训练作巩固，每一个知识都会习惯性地脑海里建立一个关于它的思维模式。在碰到自己理解不了的机制时，感到自己学到的知识很有限，真是“书到用时方恨少”，但是就是这样的我对知识才有一定的渴望，也才有动力继续努力学习。学如逆水行舟，不进则退，只有不断努力，才能取得更多更优异的成绩。

### 潜心科研，开拓创新，用知识提升素养

除学习基础知识外，我还积极参加了国家、学校、学院组织的各项比赛，主动联系



导师来获取项目，并且时常利用课余时间和导师的研究生学长学姐进行交流，不断观看学长学姐的操作，并在观看过后进行重复操作加深印象，熟悉各种软件的使用以及潜心钻研老师分配的项目，经过不断经验的积累以及无数次的动手操作，终不负所望。曾参与并获得第四届全国大学生生命科学创新创业大赛二等奖、全国大学生生命科学竞赛吉林赛区二等奖等。奋斗之路不会一马平川，有坦途也有陡坡，有平川也有险滩。只要不懈奋斗就会有所成绩，因为奋斗是青春最亮丽的底色。

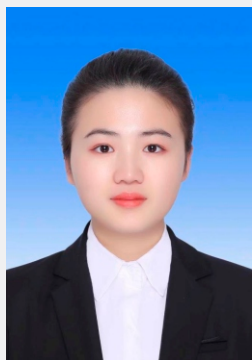
### **积极进取，踏实工作，用责任提升品格**

青春之美，美在充实。大学期间，我曾担任班级团支书，带领班级获得校优秀班级、五四红旗团支部；在担任学院学生会主席团成员期间，协助老师举办了院校各项活动，金话筒主持人大赛、趣味运动会、大学生艺术展演等等；在担任生物医学工程系学生党支部副书记期间，创办《党史电台》，完成样板支部工作室建设，在支部全体党员的共同努力下，生物医学工程系学生党支部被评为2019年吉林省首批高校党建工作样板支部，成为学生党员发挥先锋模范作用桥头堡。很荣幸得到“优秀团干部”“优秀学生干部”称号，我感受到了团结的力量，也实现了从一到多的一大跨越。

### **心怀感恩，奋起拼搏，用青春抒写华篇**

踏入长春理工大学校园之后，新生报到处看到了学院的考研光荣榜，那种羡慕感油然而生，自己也想在毕业之后留下一个美好的印记。自此我一直严格要求自己，不断向保研努力。由于大学一开始的不断努力，在今年的四月份就开始准备各个院校的推免。我会时刻关注各个院校的推免通知，也会及时向学长学姐寻求经验。我在各大院校夏令营开始之前，就提前准备好了个人简历、科研证明、导师推荐信等材料，节省了很多时间。保研过程中最难的就是第五学期，既要保证学科成绩的稳定，也要花费大量时间去准备保研面试。但这一切的一切都是值得的，因为花总会在风雨之后绽放。

我的大学生活有苦有甜，但这都是我成长过程中的一部分，我感激我经历过的每一份失败，我感谢我获得的每一次成功，我永远也不会忘记那个曾经凌晨一两点还在复习备考的我，我也忘不了拿到荣誉证书时的喜悦。我珍惜这短暂而珍贵的岁月，也感激自己没有在大学这一段大好时光内彷徨而不知所终。愿你我都能紧紧抓住时间矢志拼搏，奔赴星辰大海，摘取璀璨星月！



姓 名：李梦媛

学 号：180811109

考取学校：北京航空航天大学

考取专业：生物医学工程

## 努力的意义就是努力本身

我也曾在紧张、期待、未知中等待结果，接受待录取通知那一刻热泪盈眶。追逐梦想的旅程是漫长的，过程中会有难言的心酸和煎熬，但是要相信努力和收获是成正比的。通过自己的汗水，我收获到了属于自己一个崭新的开始，希望自己的经验可以为学弟学妹们提供一些帮助，留下一点力量。

### 一、人生在勤，不索何获

“果实”降临的早晚是幸运问题，是概率问题。但努力到了一定的阈值后，“果实”的降临，就必定是必然事件。在漫长的前期准备中，专业成绩是硬实力。专业成绩直接影响你是否能拿到本校推免名额以及能否获得外校推免面试资格。专业成绩的提高，我认为与学习习惯的养成非常重要，大学期间，我一直坚持每天（休息日除外）7点半左右到图书馆，提前做好规划，并按部就班地完成所有学习计划，晚上对当天学过的知识进行总结，在每天日复一日的坚持之下，我的专业排名不断提升。如果说要有真正的诀窍，那就是要有一颗沉下来学习的心。

### 二、大胆取舍，做好沉淀

大学的我们有更多的选择，我们可以选择自己感兴趣的领域深入探索，也可以尝试在不同领域自由地发挥自己的潜力，寻找成长的方向。在严格保证课堂效率和专业学习的基础上，可以合理规划课余时间，多参加科研活动，比如写文献综述，写论文，做课题等，还需要尽量拿到含金量较高的省级及以上的专业相关的比赛奖项等。在我面试的几所高校里，科研竞赛经历都是复试过程中老师着重关注的内容，也是面试成绩中的加分项，老师通过提问看到你的学术潜力，了解你的科研经历是否真的是亲自参与并有所收获。面试时真正打动老师的点都源自三年以来专业知识与准备竞赛项目过程中的点滴积累与沉淀，并且在复试前一定要给自己复习专业知识和复盘科研经历留出充足的时间，准备过程中不能抱有侥幸心理，准备的越



充分面试中越自如。

### 三、搜集信息，细节决定成败

开始准备保研是在寒假，我做了大量的功课，保研的流程、各个时间节点、应该如何准备都做了充分的了解。首先拿到外校拟录取资格主要有三种方式——夏令营、预推免和系统正式推免。在准备参加各大院校的夏令营之前，我们就需要形成自己的一个全面资料包，这个资料包包括一份精美简历，一份个人陈述和一个PDF文件夹，PDF文件夹内包含身份证，学生证，排名成绩单，英语水平成绩单，比赛奖项，科研成果等等你所有的证明材料，个人资料包成型后，就进入到集中在五月份到六月份的夏令营资料投递申请阶段以及后期预推免报名，每个学校报名时间不同，并且要填写的信息冗杂，大家会非常忙，提前准备好个人资料包，后期就可以只是修改和添加，不会应接不暇。细节决定成败，不要因为错漏了一些文件或者没有按照要求提交而给自己造成麻烦。

### 四、保持自信，放平心态

择校涉及到地域、学校层次、专业等多个因素的权衡。对于择校的建议是首先可以参考往年本校本专业保研学子的去向，基本可以对本校保研高校层次有一个把握。在此基础上，遵循自己内心的声音，根据自身爱好、职业规划做出自我定位。在投递院校的过程中，我建议要多搜集信息，保研本身也是一场信息战，通过多浏览经验贴充分了解目标学校的考核形式，不同学校考察侧重点不同，尤其是本专业顶尖高校往往很看重专业基础和英语水平，要做好相应的准备。由于每所高校的面试侧重点都有所不同，如果过程中遭遇了挫败，不要气馁，不要自我否定。我们要做的是放平心态，潜心准备下一场，相信自己会有最适合自己的安排。

成功成仁的圆满从来没有捷径，也不可复制，只能随着晨钟暮鼓，靠每个人择善执着、有始有终的坚持去成全。既全力以赴，必将满载而归，我们一“研”为定！



姓 名：江晗瑜

学 号：180821113

考取学校：中南大学

考取专业：生物化学与分子生物学

## 鲜衣怒马少年时,不负韶华行且知

学弟学妹们好，我叫江晗瑜，大学时曾担任团委学生会生活服务部部长，1808211班团支部书记。在大三时光荣加入党组织。学习方面，总GPA：3.8，绩点排名及综合素质排名均位列专业第一；科研方面，荣获全国大学生生命科学创新创业大赛二等奖、全国大学生生命科学竞赛国家级三等奖等奖项。综合素质方面，荣获校“优秀学生干部”“优秀团干部”荣誉称号。在夏令营和预推免过程中，共获得包括吉林大学、中南大学、华南理工大学等院校的入营资格，并均获得预录取offer。

### 一、确定目标

目标可以让我们在努力的过程中不断修正自己的路，从而走的更快更远，因此，越早树立目标，就能越早明确方向。但目标的设立也不是简单的确定，要提前做好布局与规划。布局就是我们的目标，而如何达到目标就需要我们的规划。比如在我刚入学时好多同学都想着未来要保研、要出国留学等等，但如何去做？要做哪些准备？自己在设定目标之后也要自己努力实现目标才行。比如想要出国，则应该提前准备语言考试，比其他同学多选一些相关课程，努力为出国留学做好准备。想要保研，就更多注重学习成绩、科研竞赛、四六级等。准备考研，就要提前收集信息选取考研院校，做好计划。

### 二、付出努力

学习时要学会自己跟自己较劲，学习要有重点的学，你不可能整本书背下来，我一般都是先搞好框架，根据知识点与知识点之间的联系去记忆，一点点往框架里填充知识。我在复习的时候会把书上每道例题都先看一遍，看完之后用纸遮住，只看题目再完全全自己做一遍，做完再和书上答案校对一遍，认真把和书上每一处不一样的地方都用红笔订正，之后再挡住题目重新做一遍。这种方法看似繁琐，但





是却能够真正找出自己在知识点上的漏洞，并及时弥补。

### 三、走上保研

我是从大三下学期五月份开始准备保研，这时候很多学校的夏令营已经开始报名，相对来说有足够的时间去准备各种材料，比如成绩单、获奖证书的扫描件复印件、推荐信等。大部分学校的夏令营活动时间会持续2-3天，而且横跨整个七月份，从六月底到七月中下旬，这就会使你的夏令营面试准备和你的期末考试复习冲突，甚至会和你的考试冲突因而舍弃一些学校的面试，这时候你的提前准备就很重要，你需要提前准备好不同时间的中英文自我介绍、科研项目以及一些专业课基础知识、实验原理和方法等。总的来说：

1.明确整体时间安排，在大三的大四月进行材料准备，六七月加入夏令营，八九月进行预推免。

2.高竞争优势，学好专业课，通过四六级，参加英语比赛、学科竞赛。

3.认真准备个人材料，要简单清晰，突出重点，可以请教学长学姐，经过多次打磨修改，也通过微信公众号广泛搜集信息。

4.报名夏令营时进行海投，有机会就要尝试尝试，做好准备，可以给招生办打电话，不能放弃机会。

5.面试时做到自信、礼貌、真诚、具有自己的独特性，要吐字清晰、微笑大方、多多练习自我介绍，最好备一分钟和三分钟的中英文版本，关注学术前沿热点论文，抓好基础专业知识。

6.一定要清楚你提交的材料里的项目，你提交的所有比赛和研究项目都可能是面试官提问你的问题，要是你连自己做的项目的实验原理、目的、过程以及相关的问题都不知道，那是很致命的。

相信梦想是价值的源泉，相信眼光决定未来的一切，相信成功的信念比成功本身更重要，天行健，君子以自强不息。要敢于做梦，要努力追梦，追梦路上，遇到困难挫折不放弃，相信坚持会让自己到达成功的彼岸。

愿每一个保研或是考研学子都能上理想的大学，续写美好的研究生篇章！

学弟学妹们，加油！



姓 名：姜志翱

学 号：180811224

考取学校：爱丁堡大学

考取专业：传感器与图像处理

## 用汗水浇灌梦想

在经过了“漫长”的申请季后，我的英国和香港留学的申请阶段也基本结束了，总共收获了爱丁堡大学、格拉斯哥大学、利兹大学、香港中文大学、香港理工大学、香港中文大学（深圳）等学校的offer，伦敦大学学院进了waiting list。下面我将简单介绍一下在整个留学申请阶段的一些小经验和感悟。

全世界主要的留学目的地按热门程度来分，大致是美国、英国、中国香港地区、澳大利亚、新加坡、加拿大、欧洲大陆地区。下面，我将重点分享一下，英国和中国香港地区的学校和申请流程和个人的一些经验。

### 一、英国

英国的大学主要分为：G5院校、王爱曼华、世界排名前100等档次。在申请英国的学校，学校考虑是否录取的各种条件的占比依次是：本科学校背景、GPA、科研项目、实习。在这几项中，本科学校具有一票否定的作用，如果你本科学校不够好的话，很多学校对于你的申请根本不会考虑的。我们学校在整个英国大学的申请中，相对不占优势，但是也还是在绝大多数学校的可考虑范围内。换句话说，如果你的GPA足够高，那么英国的顶尖名校还是有希望的。而和前两项相比，科研项目和实习在整个英国大学申请中所占的比重是极为有限的。

对于中外合作办学班的学弟学妹们来说，如果能提供外方合作学校的成绩单进行申请，可能会使你们在申请中提高竞争力的法宝，GPA将影响你能去哪个层次的学校，学校会对大四上学期申请之前，算出加权GPA进行评估。对于像高数等学分占比较大的学科要尤其重视，可能一门课就会让你所能去的学校的档次降低很多。除了整个的综合GPA，很多学校还会关注学生的专业课的成绩，甚至会因为学生一门课程的成绩不够而导致被拒。而GPA是三年累积的结果，一旦哪一学期的哪一门课出现了问题，补救起来难度很大，所以，留学虽然不需要像考研一样准备近一年，然后一场考试决定了结果，但是如果想要去一所还不错的学校，必须把每学期



的期末考试当做考研一样来对待。只有这样才能保证最终的结果还不错。

对于语言的要求，英国的大学相对宽松一些，很多竞争没有那么激烈的学校和专业，语言成绩不作为是否录取的指标。只需要在它规定的日期前把语言成绩考出来就可以了。如果没有办法在规定的时间内考出语言成绩，那么还可以考虑去英国多几周的语言课，通过了语言课的考核，就可以顺利地开始正课的学习。英国学校对于工科类专业，一般要求雅思6.5分，听说读写四项不低于6分。这个标准对于英语基础较为一般的同学来说，难度还是比较大的，所以要尽早做好准备。

## 二、中国香港地区

中国香港地区的大学主要分为：港前三、港前五、港八。港前三中香港大学是绝对的王者级别的，香港中文大学和香港科技大学略逊于香港大学。港前五中，香港理工大学和香港城市大学也是世界排名前100名的大学，也是相当不错的学校。中国香港地区的申请和英国非常相似的，录取标准都是本科学校背景、GPA、科研项目、实习。不同的是，香港大部分学校在提交申请时必须有合格的语言成绩，否则很有可能不会审核你的申请材料。香港的大学里面，目前香港城市大学是可以用六级成绩进行申请的。

留学看起来是一条和考研相比相对轻松的路，但是如果想要申请到名校，需要付出的其实并不比考研少。留学是提供换一个环境、换一个专业、换一种文化进行学习生活的机会。前路漫漫，梦想中的学校就在不远的前方等着你们，只需要抓住每一次机会，不虚度大学四年，用好母校和各位老师能提供的各种资源。相信各位学弟学妹们一定能进入自己梦想中的学校，加油！



姓 名：吴晨昀

学 号：180822132

考取学校：复旦大学脑科学转化研究院

考取专业：神经生物学

## 思想→方法→改造客观世界

同学，你好。我是2018级生物技术班的吴晨昀，今年考取了复旦大学脑科学转化研究院的神经生物学专业。

### 一、指导思想

1.注重过程：初试和复试的成绩只是结果，在备考过程中积累的成长同样重要。不仅仅是在专业知识方面的增长，还包括自学能力，对报考院校信息的搜集能力，遇到困难时的抗压能力，在长期备考过程中的规划能力，复试还会考核语言表达能力等，只有当诸多能力均满足报考院校硕士的基本要求时，才能通过初试和复试。

2.考研最大的敌人是自己。考研是超越自我、战胜自我的过程，而不是与他人的竞争。在考研的过程中不仅丰富学识，也会养成更多的好习惯，许多收获可能不如考研上岸成为硕士那么直观，但却会让我们受益终身。考研失败的人往往是输给了自己，最后得到结果时懊悔多过不甘。

3.各大论坛网站上的经验分享各种各样，均带有强烈的主观色彩，撰写者的基础、备考目标、学习能力等等都可能与你完全不同，一定不能照搬照抄，要有鉴别、有选择的吸收，并且改造成适合自己的方法。没有普适的、最好的方法，只有最适合自己的方法。

### 二、方法总结

#### 1.艾宾浩斯模式+思维导图

在复习两门专业课生物化学、细胞生物学以及公共课政治时，我都用到了思维导图。每复习一章专业课就对着书画完一章的思维导图，并且按照艾宾浩斯复习模式去不断的回顾、熟悉、记忆自己所画的导图。我在初试期间共计完成了三千余条复习任务，艾宾浩斯复习模式适合每一门学科，但思维导图不一定。如果你在准备



的学科无法画思维导图，那么不要强求。

## 2.多轮次递进复习

考研这种长周期的备考要尽可能地多轮复习，不要纠结某一轮是否能全掌握，而应该每轮都多掌握一点，并且每轮用时逐渐缩短，直到逐渐精通。在专业课方面我总共进行了五轮系统复习，最后还留了两周时间查漏补缺、真题模考。我并不认为五轮算多，这已经是我偷懒后的结果了，按照最初的理想规划或许应该有六轮、七轮。越临近初试一轮复习的耗时便越短，最后一轮可能只要一周半便可以完成，这就是先把书读厚，再把书读薄。

## 3.无纸化复习

我的绝大多数笔记都是电子版的。但是无纸化复习并不是指完全无纸化，而是根据自身情况适当地把一些资料 and 知识变成文档和图片，毕竟打字以及复制黏贴要比手写高效，并且也更便于及时查看，云端存储还能避免丢失。

## 4.全局规划+灵活调整

很多考研人都是到了大三下半学期，看身边的同学一个个进了图书馆开始备考，自己便论坛找一篇经验，买两本推荐参考书再给iPad里存两文件夹网课，然后跟着大部队开始早出晚归。这种毫无规划的备考极易中期崩盘，等不到最终考试便自我放弃了。

三月初，我在寝室呆了一周的时间，翻遍各大论坛，明确规划好了四门学科300天备考的总体方针，每一门每一轮复习的最高要求和最低要求。考研的备考过程没有完美一说，直到考试前都要保持不满足。长期的备考过程需要一个统揽全局的指导，也需要及时调整。不是简单的按部就班，也不是盲目的随遇而安。

## 5.学而练，练而思，思而学

学习教材，习题训练，总结反思，三者要结合运用相辅相成。学习是第一步，用习题检验学习的成果，反思调整后再继续学习，这样才能形成良性循环。但是不要盲目迷恋题海战术，没有学和思的辅助，仅仅疯狂练习题目见效低微。

## 三、寄语

“热爱能抵岁月漫长”：如果你热爱自己所报考的专业，那么考研其实说不上苦也不算难。

“成功的方式只有一个，按照自己的方式，去度过人生”：大多数考研人的结局是陪跑，作决定前一定要先坚定信心读研，切勿盲目跟风。

“按部就班，就是一种伟大”：无论是在备考过程中的日积月累，抑或不选择考研在以后的人生道路上步步前行，无论走上哪条路都应该不盲目、有规划。





姓 名：何 磊

学 号：180811114

考取学校：中国科学技术大学

考取专业：电子信息专业

## 要在这个世界上获得成功，就必须坚持到底

### 一、考研择校

考研择校是整个考研的开端，是最为重要的环节。虽然大多数学生知道考研择校的重要性，也明白选择大于一切，但对于没有经验的学生来说，这是非常困难的一步。在择校中需要注意的有地理位置、个人能力、专业等三方面。在此我想讲讲我的择校经历。

首先介绍自己的个人情况：1、家在安徽靠近江浙、倾向于以后在江南地区发展；2、本科学习成绩虽然不好，基本上没有科研经历，但是自我认识上学习能力强，自觉力高，尤其是在信号与系统课程方面优秀；3、考研目的是想提升学历，希望全面提升自己，增加个人就业竞争力。

综上，我就选择了中国科学技术大学生物医学工程学院（苏州医工所），研一在安徽合肥，研二和研三在苏州，非常适合我目标地理位置。其次我目标院校不歧视双非的考生，非常契合我的实际情况。

### 二、考研初试

数学：数学是重中之重，我是三月份开始学习，当时还有课程，每天学一点，基本上暑假前就能过一遍基础，高数基础看的汤家凤，李永乐，然后配套660习题。打好基础非常重要；八月份开始看张宇强化，零零散散做了一些1000题；一直到十月份开始做真题，并且对不熟练的题型开专题，额外复习；十一月份就开始做市场上的模拟卷，张宇过关版、强化版12套、李林6+4、合工大共创超越等，不想做卷子的时候就把以前题目拿过来二刷，就这样一直到考试。

英语：英语感觉复习简单，难在坚持，背单词我建议用红宝书，再配合app背单词。暑假开始坚持刷真题就行了，真题将近刷了三遍。真题一直做到考试前一天。最后的作文看作文课，总结一下自己模板就行了。



专业课：专业课也是重中之重，我是从七月份开始看的，一开始想找找网课看看，后来发现也没什么好的网课，就抱着中科大本科教材硬啃，每天下午大约看三四个小时专业课。开始就是看书，做课后题，这样书差不多看了两个月，然后九月份开始写真题，真题中有些题目和答案是有些小问题的，建议加一加考研群，有问题多和研友交流，效率会高很多。在刷完一遍或者两遍真题后，可以再回归课本，做一做课后习题，会发现很多真题都是课后习题的变形，而且这时候看课本又会有新的领悟。在刷真题的过程中，一定要注意总结归纳，把一类问题归类来学会事半功倍。

政治：政治可以从九月份开始每天晚上学累了的时候听徐涛的强化课加肖一千题跟着刷一刷，看完课就可以开始做肖八，我肖八只做了选择题，大题对着答案看了一遍。基本上是每天刷一套选择题，每套卷子选择题都刷了好多遍，感觉一遍记不住。等肖四出来之后就快要考试了，肖四一定要精做，每天花一定时间背诵解答题。

### 三、其他

复习地点：大多数同学，包括我的室友考研复习都在图书馆，但是我宿舍学习氛围非常好，其次我早上起不来没办法去图书馆占座位，所以我考研复习全程是在宿舍进行的。给大家的建议是根据自己的实际情况选择复习地点，最好早起去图书馆占座学习。

心态：考研难就难在坚持，坚持不下去的时候，就提醒自己一下，事情从来都不应该那么顺利，事情的结局一定是美好的，如果不是，那么就还没到结局。为了今年的努力，在来年春天会有一个好的结果，为了实现自己的梦想，为了去到自己更喜欢的城市，更喜欢的专业。你看，这么多的理由，总有一个能说服你。如果你觉得累了，就回头看看自己走过的路，原来自己不知不觉已经走了这么远了，终点就在前方。



姓 名：李丹丹

学 号：180811127

考取学校：西安电子科技大学

考取专业：电子信息专业

## 考研，我们要做行动派

亲爱的学弟学妹们，你们好，我最终考入西安电子科技大学电子信息专业，很高兴能够和大家分享我的考研心得。

### 一、关于择校

选择学校一定要早一点，尽量在七月之前就确定好，这样可以做好充足的准备。关于择校我有几点建议：1、要明确所选院校的招生人数，招生人数多的学校相对考研成功几率更为容易一些。2、要明确学校的招生计划，研招网的招生计划一般并不准确，需要往年数据的作为比照。3、要查明所选学校的口碑，现在很多学校对本科学历的要求很高，对非双一流院校的学生有很多的歧视情况出现，包括有些院校对一志愿考生很不友好。4、要根据自己的能力，看看自己的自控能力、学习程度等个人特点进行择校。

### 二、考研备考

考研一定得早点准备，最先准备的是英语、数学两科，英语最开始就是背单词、学习语法，可以听田静的语法课。在暑假期间就可以开始做阅读了，我的英语阅读理解看的是唐迟的视频，个人感觉还不错。数学刚开始就是跟着汤家凤打基础，然后做1800，这样能够帮助自己回忆课上学到的知识。前期不会很正常，但一定得把每一道题每一个知识点都会了，慢一点也没关系。还有学数学一定得做题，不能光看课。

暑假黄金时期，因为大三下学期学校里都安排了课程，所以这样的状态一直持续到暑假开始。给各位提个醒，暑假是我们复习的高能时期，这个时间段一定要抓好。在暑假期间我就开始了数学的二轮复习了，我高数听的是武忠祥的课和他的书，他的课会讲一些选择题的技巧，线性代数是跟的李永乐，概率论跟的是余丙森。暑假期间大多数人就开始了专业课的复习，其实这个也是考研的正常进度，建



议大家尽量也在这个时候开始，我因为学校专业课更换而换了学校，所以导致专业课开始得晚，在我看来我的专业课信号与系统要比数一简单，因此后期专业的时间要比数学多。

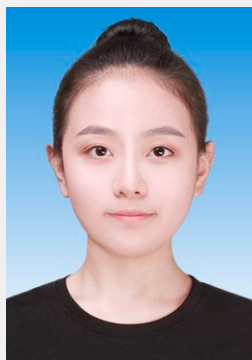
大约在十月的时候开始政治的复习，很多人都说政治复习早了没用，但是如果你想考到75分以上的話，还是要早点着手准备的，我是在十月开始准备的政治，前面学习也就是熟悉一下知识点，选择题一定得多做可以做市面上各个老师的模拟题的选择部分。大题背的是肖四，对工科生来说差不多是够用了的。十月初也开始了数学的真题模拟练习，先在规定的时间里完成，找到考试时候的感觉，看自己到底是什么水平，对自己有一个正确的认识。

考前的一个月里，就是针对真题仔细分析，找到那种做真题的感觉，其次就是准备一下英语作文，作文我跟的是石雷鹏，他会教一些固定的写作套路，你可以根据题目调整顺序，所以也不用担心会出现模板作文什么的。然后就是调整好心态，轻轻松松上考场。

### 三、复试

复试出成绩之后再复习就来不及，看你的学校是不是需要提前联系老师，即使联系好老师了也不要放松了，复试虽然占比不是太高，但也容易被刷，参加过的比赛一定要非常熟悉。

最后不管别人怎样一定得有自己的计划相信自己不到最后一刻不放弃，祝学弟学妹们一战成硕。



姓 名：王丽莹

学 号：180822136

考取学校：吉林大学

考取专业：生物与医药

## 不负青春 勇敢追梦

各位学弟学妹们大家好，我是1808221班的团支书王丽莹，今年考取吉林大学生命科学学院生物与医药专业的研究生。其中政治：74，英语：60，生物化学：119，生物工程：110，总分：363。借此机会分享一些自己的择校备考经验，希望可以帮助到大家。

### 一、关于择校

考研与以往的考试都有所不同，选择大于努力。选择一个适合自己的学校很大程度上决定你是否能够上岸。以我自己为例，由于我想要摆脱双非学生的这样一种身份，所以我的目标院校首先为双一流院校，并且我对地域、专硕or学硕、学科排名等并没有太多的要求。在通过向学长学姐的咨询以及结合自身能力的考虑，最终我选择吉林大学生科院生物与医药专业。具体原因有下：1、吉林大学并不歧视双非院校的学生，考核也较为公平公正，大多数导师对于双非学生也并无太多偏见，不过于注重出身，注重学生自身专业素养与实验技能。我们学院每年也有很多学长学姐顺利上岸并且进入了很好的组内进行学习。2、吉林大学生科院专硕与学硕培养方式完全相同，在宣讲中，老师也推荐报考专硕。3、专业课不压分，题偏基础，较少有灵活应用类题。

### 二、关于笔试

#### 1、生物化学

生物化学应该是绝大多数生物学考研院校的专业课科目，但其中侧重点以及试题难度都有很大不同。大家在备考时一定去向本专业直系学长学姐取经、获取复习经验。由于我所报考的是专硕，所以试题难度相比学硕来说要低一些，并且两年前还存在招不满的情况，所以18年之前的题目都比较基础，并且试题重复率较高，19年之后虽然试题难度有所上升，但是题目还是偏于基础，大多数都是能够复习到



的基础知识。在复习时，大家也可根据学院内课题组的主要研究方向为侧重点进行复习，毕竟有了相关的知识作为基础，进组之后才能更好的进行科研实验。例如吉大生科，其中有一个大组是做酶相关的课题，所以酶、蛋白、电泳、蛋白提取等内容都是重点。我在暑假时背诵了生化课程中最重点的一些基础知识，后期一直在背真题，虽然复习时间较短，但是掌握住真题，还是能够取得一定的成绩。近几年分数线有所上涨，所以还是希望大家能够在掌握基础知识和真题的基础上进行书本内容的细化，查缺补漏。

## 2、生物工程

由于今年新改版了教材，所以大多数考题都较为基础，大家在背诵书本内容时，一定要注意背诵准确，用课本原文进行答题。我从9月份开始进行背诵，时间较为紧张，大家可以在暑假时就开始背诵，多背诵几遍，对知识掌握的更加牢固。

## 3、政治

我从8月末开始听徐涛的课，进行一轮复习，同时配套肖秀荣1000题进行巩固。11、12月份开始背诵肖四肖八。吉林省判卷相对给分高一些，政治科目大家按部就班复习就可以。

## 4、英语

我的英语成绩很低，没有太多经验与大家分享。如果大家考取985院校，英语要多花点时间，争取考高分，这样对于复试也有很大优势。

## 三、关于面试

吉大生科今年复试比为1:1.3，较之前有所提高，虽然由于线上复试，复试占比降低，但是也希望大家能够重视，不要掉以轻心。复试中主要考察英语口语问答、专业课知识的掌握、实验技能的掌握以及个人综合素质。希望大家在大学期间能够认真上实验课，积极参与科研竞赛，实验原理以及分析弄清楚弄明白，这些在复试中都是加分项。

## 四、关于心态

在复习过程中，肯定会很累。可能早上起不来，可能背书背了很多遍还会忘、可能英语阅读总是做不对，可能总觉得自己复习的太慢了，觉得其他人都复习的很好，会对自己产生很多次的质疑。消除对自己的质疑最好的办法就是不去想太多，提高行动力，去背书，去做题，去把知识掌握住。只要你坚持下来，不放弃，相信自己，都会得到好的结果。

最后希望大家都能去到自己理想的地方，明年大家都是研究生！





姓 名：吕心茹

学 号：180822131

考取学校：吉林大学

考取专业：生物学

## 越努力就越幸运

亲爱的学弟学妹们，我叫吕心茹，考取院校为吉林大学生物学专业。曾任学生会办公室部长。很荣幸能和大家分享我的考研经验。

随着毕业的临近，各种压力和思考都随之而来，越是接触社会，接近现实，我就越能感觉到自己知识和经验的匮乏，为了应对高速发展的社会，我深切得认为，我还需要继续深造来提升自己的综合素质，增强自己的竞争力，争取以一个更好的自己去应对未来的生活，于是在大三的开学之际，结合所学专业的情况以及自身的优势与劣势，因为数学于我而言是极大的劣势，那么我也果断的放弃了与数学有关的专业，不是盲目跟风，而是反复确认自己的内心之后做出的决定。确定了目标之后，在最短的时间内调整好自己，让自己快速进入备战状态。

关于考研备考，由于初试在前，复试在后，初试的成败直接决定有无复试机会，也会影响复试结果。因此，初试的重要性不言而喻。考研的一年，我从大三上学期备战到大四下学期。

都说“越努力，就越幸运”考研是需要挥洒汗水和泪水的过程，光是有了想考研的念头还是足以维持这一整年的，还需要指定完整的考研规划和细致到每天、每周、每月的计划。考研没有绝对的安排和完全的服从，每一步都可以灵活改变。复习方法也因人而异，我也无法做到侃侃而谈，根据个人的喜好，可以在各种网站平台上找到仔细喜欢的课程老师，可以跟随大众选择大家一致认可的老师，也可以另外发现一些小众课程和辅导老师，不用过于纠结自己的选择是否正确，只要适合自己就是最好的。当然，有条件的能报辅导班也是极好的，某程度上来说节省了自己规划的时间。

复习的环境很重要，就我个人而言，我会尽量避开人多的地方，我也曾经在图书馆和自习室中学习过，但由于专业课的书比较厚重，以及手机和电脑等设备的供



电问题，最终我决定复习的下半程在宿舍进行，与其在多人的自习室挣扎，以及想看的课业书不在身边，或者时而面临的电量告急情况，倒不如让自己在一个熟悉的环境中全身心地投入到复习中。

我认为“效率”是一个综合体现，那么大概就是“计划+行动+总结=效率”，不仅仅是考研期间的复习效率，还包括日常的事务的完成效率等，自己在复习期间也并没有权衡到完美，以后的日子里依然有待提升。当然某方面我也认为效率不等于进度，复习进度往往是大家最焦虑的部分，特别是当听说有人是第几遍复习时，心头会突然一紧，这很正常。那么我们首要做到的就是，先不要着急的和他人的进度进行比较，冷静分析自己是否掌握目前自己复习的内容，稳住自己的步伐。以自己的例子来看，我的专业课系统复习是在暑假，也就是说七月份，某方面来说，是迟了，当时我也权衡了很久学校安排的课程和自己的复习计划，但好在专业课程都是融会贯通的，上课的内容虽然不是直接与我的备考科目相通，但是确实有些知识点理解上为我的认知做了补充。所以，暑假开始后，我进行了时间上的重新规划，使自己保持一个更加冷静的状态去对待自己的复习进度，保持一个相对积极向上的状态。

考研期间，我们确实要在大部分时间保持一个学习的状态，学习固然重要，但也不能忘记保持一个健康的状态，在备考期间，需要有一副健康的身体，才能为我们在这一年的时间里保驾护航，也能使我们长期处于一个乐观向上的状态来支撑这一年的奋斗时光。

考研虽然已经告一段落，我现在也如愿以偿的踏入了理想学府。但每每回忆起那段经历，总是让人百感交集。考研的经历让我一生都受益匪浅，但也只有亲身经历才能真正体会，回味这段生活感悟其实很简单：奋斗、专注、自信再加上坚持。

人生肯定不是一帆风顺，生活是曲折漫长的征途。征途中会有成功、有失败、有困难、有挫折等等，就看你我是否坚强，能否坚持。考研也是一样，不论你是为了什么，既然选择了，就要全力以赴，希望学弟学妹们都能成功上岸。



姓 名：牛素青

学 号：180821140

考取学校：吉林大学

考取专业：生物与医药

## 再累也要走下去

我叫牛素青，于今年报考吉林大学的退役大学生士兵专项计划，被生命科学学院的生物与医药专业录取。回首退伍后紧张的学习、备考生活，百感交集，浅谈几点希望对学弟学妹们有帮助。

### 一、退役大学生士兵专项计划

首先好多高校每年都有退役大学生士兵专项计划（后面简称“士兵计划”）的名额，不同学校的招生方式有差别，大家可以在各学校官网和公众号“响哨”上查询。士兵计划把考试难度降低很多，大家在报学校时可以根据自身学习能力适当往高报，冲一个大好未来。

### 二、英语的学习

大部分学生的短板是英语，对于退伍回来的学生来说，在部队两年没学过英语，英语水平大致和初中生齐平。在这里我想分享一下自己的学习方法：在2020年9月刚刚退伍回来时（那时我大三）就赶快买下考研英语一历年真题，开始磕磕绊绊地捡起英语。每天做一道大题，在对完答案后，划分句子结构，逐句翻译，将生词抄写在笔记本上（笔记本上要记录单词、音标、词根、释义、例句），每日背诵笔记本上记录的所有内容。直至上考场，英语真题已被我过了两遍多。

有时间和精力情况下，推荐大家学习一下口译，通过学习口译可形成“看到一个长难句，在脑中自动划分结构”的习惯。我是在大一下学期报了课外班学习的。

### 三、专业课的学习

我没有像别人一样每天两门专业课都学，而是A专业课的一大块知识点学完了换学B专业课的一大块知识点，大概2至4天换一门专业课。专业课书我只系统过了一遍（生物化学我跟着B站up主“学生化的秃哥哥”学习），其后开始看报考学校的



历年真题，总结真题答案、琢磨考试重点，最后反复背诵总结出来的答案、重点。

#### 四、心态的调整

我退伍回来正好赶上2018年教学计划改革，在入伍前没有挂科、退伍回来没有转专业情况下，要补修好多实习课和面授课（甚至考研笔试前两周我还跑东区补修电工电子实习），再加上2021年的两个学期学院安排的课特别多，我经常烦躁，觉着自己不可能考上研究生。每当心态崩溃的时候，我都会通过跑步、吃甜食或者给家人好友打电话来调整；真的很累学不进去的时候，我会给自己放个假，或在宿舍躺着玩手机或出去逛街吃好吃的。总之学习就要张弛有度，不要一直紧绷自己的神经，积极调整，偶尔的放纵是砍柴前的磨刀。

大家复习时免不了互相打问进度，在听到别人比自己进度快时不要慌，不要着急赶进度，按自己的节奏来，想好第二天要干什么或者这周要学完哪些知识点，按照计划来，不要熬夜和过早起床。

一定要坚定考研的决心，如果你的自制力不强，千万不要选择在寝室复习。其实考研并没有太难，你只要坚持往前走，不管步履快慢，最终都会收获一个理想的结果，这就像跑三公里，不论多累，都不要停下来，强迫自己往前迈腿，终点在脚下！

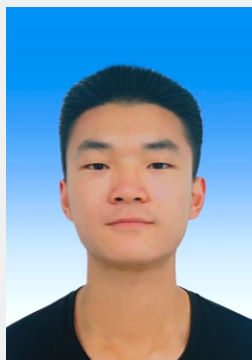
#### 五、其他

我一向背东西特别慢，还总是忘，摸索出了一个增强记忆的方法：背诵和默写相辅相成，重要知识点隔三差五地去默写。极力推荐记性不好的同学尝试高频率的默写。

报考士兵计划的学弟学妹，记得时常关注学信网和所报高校的官网，需要拍照上传入伍批准书、退出现役证。

我一直是一个人行动，觉着整体状态很好。大家不必为了所谓的“平时习惯相跟一个人、姐妹两个人走有个伴不寂寞”而特意找个伙伴。

备考路上很累，目之所及是一片迷雾，前途未卜，但是再累也要坚持迈腿，坚定走认定的路，不远的前方一定是耀眼的曙光！



姓 名：王子嘉

学 号：180811119

考取学校：山东大学

考取专业：生物医学工程

## 两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书

“所有被千夫所指的困难，都是为了逃避困难，仅此而已”，唐迟老师的这句话给我很大的触动，今天我把这句话送给大家。考研的路很长很苦，但是身前有阴影，不正是因为身后有阳光吗？

我是从大三下学期开始准备考研的，期末考试完的那个寒假我就开始系统的进行复习，看汤老师的数学，刷1800，背红宝书。现在回想起来，自己做的还是不够好，对于考数学的同学来说，绝对不要一味地刷视频，不管你跟的哪个老师，都一定要看一章视频，刷一章的题，不然一定会遗忘，看了也是白看，前期英语不需要做太多事情，只需要背单词，背单词很苦，来来回回的遗忘很容易摧毁人的信心，但是不要向它屈服。

开学后，大家的学习节奏很容易被打乱，课程、活动等都会带来一定的影响。加上受到疫情的影响，大家的学习环境真的很难保障。

考研的路上总会有困难，每周一要五点起床跑去图书馆占座，专业课很难很难根本学不会，英语单词看着眼熟却认不出来，数学大题根本没有思路，这些难题像镶在我心头的蠕虫，一寸一寸的啃噬我的信心。可是唉声叹气真的有用吗？考研人要有的一项基本素养就是信心，而在我来看，考研人必须有绝对的自负！我一定能上，就算全世界的人都没上，我也能上。别人问你复习的好不好，你的回答一定是特别好；别人问你能考多少分，你的回答一定是400+；别人问你上岸把握大不大，你的回答一定是必上。如果连你自己都不相信自己，谁又会相信你呢？

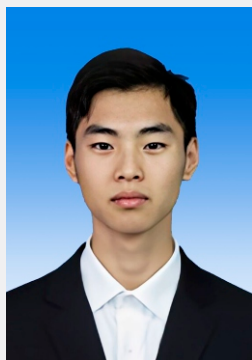
疫情当前，大部分同学都回家了，这也是一件好事，家里的条件肯定比学校舒适安静，但是一定要自律，家里的学习氛围一定不如图书馆。希望同学们不要沉迷于安乐窝，一摸上手机就玩一天。而且人在家，手机可以打到勿扰模式，安安静静的一天，一心做到两耳不闻窗外事，把全部精力放在学习上。



再给大家分享一下我的学习方法，我比较喜欢规律化的学习，每天的学习安排都是一样的，我个人认为，规律化的生活能够使人习惯高强度的学习。我数学前期跟的汤家凤老师，刷的1800题；强化跟的武忠祥老师，刷了660题和讲义，同时同步在刷李正元全书，线代跟的李永乐老师，刷了他的讲义，后期冲刺做了李林的880和108以及六套卷，四套卷，刷了合工大，李永乐的所有模拟卷，现在回想确实做了好多题。不要隔三差五去知乎之类的平台看那些评价文，跟哪个老师就直接决定好，不要隔一段时间换一个老师，找到适合自己的，听得舒服听得懂得老师才是最重要的。对于英语，我推荐《十天搞定考研词汇》，这本书任务量很大，学起来可能很痛苦，但是效果显著，将这本书背明白之后，阅读里的词汇基本已经认识九成，阅读跟着唐迟老师走，政治主要就是背肖秀荣就行。

最后，祝大家金榜题名，冬天总会过去，春天会攀上每一个人的肩头，当录取通知书落到你手上的那刻，春天，就在你的脸上。





姓 名：吴宇涵

学 号：180821108

考取学校：华南师范大学

考取专业：生物物理学

## 考研路上勇敢前行

学弟学妹们好，我叫吴宇涵，考取院校为华南师范大学生物物理学。很荣幸能和大家分享我的考研经验。考研是个很勇敢的决定，在这条路上，你将要忍受孤独、忍受焦虑。

### 一、准备阶段

准备阶段是十分重要的，需要登录各个学校的官网查询相关信息，大致分为以下几种：

1.查询往年招生人数、报考人数及拟录取名单。通过查询招生人数以了解该校每年大致录取了多少学生，推测今年考研的招收人数。通过查询报考人数来判断该校学校竞争压力。通过查询拟录取名单来确定该校录取的考生是一志愿还是调剂，拟录取名单的前五位是每个考生所考第一志愿的院校代码，若大部分录取考生院校代码与你所查询的学校一致，说明该校是保护一志愿的。若大部分不一致，则分为两种情况，一是该学校的报考人数远低于拟招收人数，这种情况的学校竞争压力小，一般过线就能上；二是该校不保护第一志愿、倾向于接收高分调剂生，这种情况下就不建议报考该学校。需要注意的是，还应当关注拟录取名单中一志愿为该校学生的初试分数，若初试分数相对偏高，说明该校一般不存在压分现象，即使没考上也有很大机会参与调剂；若初试分数相对偏低，说明学校可能存在压分现象，需要慎重报考。

2.查询最近一年学校的招生简章、招生专业目录以及考试大纲。查询招生简章可以确定自己是否符合报考该学校要求。查询招生专业目录以确定目标专业的考试科目以及参考书。查询考试大纲以确定考试范围。但有的学校不会公布考试大纲，这就需要对考试科目有一个系统全面的认识。

3.查询历年真题。公共课的真题可以在网上买到。专业课的真题可以在该校官



网上查询。但现在大部分高校不再公布真题，这就需要在各种论坛、软件、社区寻找该校上岸的学长学姐，以获取真题资料，以及一些笔记等。绝大部分封题的高校的历年真题都可以在淘宝上购买到，但要注意辨别真伪。

## 二、复习阶段

随后就是考研的第一轮复习阶段，建议从三月份开始。该阶段的主要任务是看专业课的书，最好每一门课能够看三次，在看完每一章节的同时可以通过做配套的辅导书以加深理解。有的章节会比较难理解，这个时候我们可以通过看网课来帮助学习。我当时的专业课涉及细胞生物学、生物化学、分子生物学。细胞生物学我推荐四川大学国家级精品课、生物化学我推荐南京大学杨荣武教授的课程、分子生物学我推荐南京大学郑伟娟教授的课程。这些课程都可以在慕课或b站搜到。由于生物化学的后半部分和分子生物学有重叠，所以学习生化对应部分时可以直接进入分子生物学的学习。此外，我建议在第一轮复习阶段花大量时间在英语的学习上，尤其注重大纲高频词汇的背诵，辅以10年以前的真题进行练习，练习时英语一和二都应当练习。英语的网课我推荐b站颀斌斌老师，该老师教授的解题思路与传统方法存在极大差异，但效果极佳。在第一轮阶段的空闲之余可以看政治的徐涛老师的网课。

第二轮复习阶段专业课就需要做历年的真题并进行总结了，根据真题里自己薄弱的部分进行查漏补缺。反复做公共课的真题，强化理解。这个时候可以练习英语近十年的考研真题，最好保持两周一套真题的节奏，注意做完后应当反复研究该套真题。在这个阶段政治科目市面上也会出现相关的考试重点范围，可以参考肖秀荣、陆寓丰（腿姐）的相关动态。

第三轮复习主要根据自己在一二轮所做的笔记来进行专业课的学习。此阶段各科目都应继续努力学习，但还应着重进行政治的学习，这是政治高分的关键阶段。同时英语单词也不能忽略，保持每天50至100个单词的节奏，即使已经背完大纲词汇也应当每天复习相应量词汇。

## 三、心态

最后就是心态问题了，不存在复习越早心态越好的问题。复习的越早，只会心态崩的次数越多而已，但一定要尽早开始复习，因为每一次的崩溃恰好是你发现自身薄弱，查漏补缺的机会。每天保持适量的运动以维持身心健康。复习时每天不用太过于紧绷，做到七点起床，晚上十点休息就行了，但一定要早起，早起是保证一天复习状态良好的关键。同时也要保证午休。

这条路需要恒心和毅力，但当你选择了这条路并付诸行动的时候，你就是自己的英雄。祝大家都能考上心仪的学校！



姓 名：邓 豪

学 号：180811211

考取学校：深圳大学

考取专业：生物医学工程

## 做出选择，坚持到最后

各位学弟学妹们大家好！我是2018级的邓豪，今年考入了深圳大学医学部生物医学工程，很荣幸能在这里给大家分享一些我考研时的经验。

### 一、我的考研过程

选择学校时要认真考虑，多多收集各意愿院校往年的招生情况、报录比、考试科目等。选择合适自己的，考研也就成功了一半。不能说在哪儿看了一个视频、一篇帖子，一拍脑袋就决定了，这很草率，也很不负责。多多收集信息，可以询问往届学长，在知乎、贴吧、微博寻找上岸前辈。适合自己的才是最好的，复习起来也会事半功倍。至于怎么才算是适合自己，每个人有每个人的标准，多多思考权衡一下再做决定总没错。

首先要记住一点，英语和数学的学习贯穿始终，政治在国庆节开始复习也不晚，专业课根据自己基础来规划复习。

#### （一）数学

我是从去年三月份开始准备数学的。这里大家一定要把书上的定理和概念，公式给弄清楚，这些基础都是很重要的。但不是说直接拿着同济七版教材复习，它可以作为一本知识点查阅用资料书，不推荐用于复习。复习用市面上比较出名的资料书根据自己喜好挑一本就行，有系统整理好的知识点，还有配套视频，学起来比较方便。刚开始学的时候就是看视频，看书，做题。题要多做，有时候视频看懂了题不会很正常，不要钻牛角尖。高数、线代和概率论，我都是差不多按照这个套路来学习的，线代和概率可以暑假强化阶段再开始。强化阶段就是看资料书看视频课查漏补缺，然后大量做题，熟能生巧。到九、十月份的时候，数学的强化阶段差不多结束，就可以开始着手做试卷，先做真题再做模拟卷。不要过于执着难题，试卷上一大半是基础题，先把基础分拿到手，学有余力再钻研难题。



## （二）英语

单词是基础，整个过程中都要背，背单词不推荐看单词课。英语不要做模拟题，都没用的；认准真题，尽量多过几遍，揣摩出题套路，总结解题技巧，近三年真题可以留到最后做模考用。前期主要是练阅读，推荐跟唐迟老师，不需要开始太早，从暑假开始准备就行。在此之前就背单词，学长难句。如果想早点开始，也可以做做英语二的阅读。作文我是跟的石雷鹏，自己一定要动手写，不能只靠背范文。新题型和翻译可以适当投入一点时间去学习，但重点一定是阅读。完形填空看自己，学有余力可以学一学。

## （三）专业课

专业课，信息收集很重要，甚至决定你这门课最后的成败。学校考研资料室有往届学长留下的资料，淘宝、闲鱼也能找到很多，就是去网上找要注意甄别。像深大的085409生物医学工程，就我所知，主要复习课本（数字电路与逻辑设计第三版，蔡良伟），C语言主要在于多动手，课本上的各种经典算法，自己试着去动手实现，官网有大纲，需要掌握哪些算法上面有。我是在暑假开始的，每天晚上抽出三四个小时看看，手机上可以下载一个C语言编译器，这样在自习室也可以自己写代码练习巩固。

## （四）政治

政治复习不需要花费太多时间，我是从九月末开始准备的，每天大约1-2个小时。前期听一下徐涛老师的课程，同时刷1000题。一轮复习不要死记，对整体知识框架有基本的了解就行，但不是说不重视，学还是要好好学的。之后可以看看腿姐的技巧课，挺有用的。后期以肖四肖八为主，肖八主攻选择，肖四的大题一定要尽可能背熟。

## 二、及时调整心态

备考过程中会面临很大的压力，时常会患得患失。但这时你要知道，还有几百万人像我们一样在努力备考，同为普通人，天才也跟我们不在一个赛道，大家都面临着压力，最后总要有人上岸的，抓紧时间调整自己，争取成为那个上岸的。备考期间总会在微信、贴吧、QQ上看见别人晒进度，晒自己又学了多少，不要被干扰，我们的对手永远只有自己，控制住自己不去追剧，不去打游戏，而是去学习，然后，坚持下去，时间过得很快的。

最后，祝大家学习顺利，一战上岸。



姓 名：石新茹

学 号：180822119

考取学校：西南大学

考取专业：生物与医药

## 胸中有沟壑，扉页寻星河

亲爱的学弟学妹们，见字如晤，展信舒颜。我是石新茹，考取院校为西南大学生物与医药专业。曾任学生会学习部部长。很荣幸能和大家总结我的考研经验，希望大家能少走弯路，得偿所愿。

选择院校主要靠数据分析，综合考虑地理位置、招生人数、门槛、命题风格、学科评估，其次了解目标院校的大小年可以让你事半功倍。我会优先选择学长学姐已经考上的学校，原因如下：首先，优秀的前辈们为后来者积累了口碑；其次，前辈可以提供经验和方向，同时避雷。关于择校我认为是很好的运气成分，任何事情都无法判断它的对错好坏，只要你愿意承担后果，选择什么都是无可厚非。

相信大家翻阅至此已经对考研有所了解甚至看过很多经验贴了，每个人的学习规划不同，大家要摸索出适合自己的一套。从确定考研到收到拟录取，我花了一年一个月零一天，战线比较长，身体、心态特别重要，所以我遵循的是可持续发展。前期我制定了每个月计划、周计划，没有规定今天必须学几个小时、必须几点起床几点到图书馆，我只要能保证这一阶段的任务完成。就这样断断续续的准备着，大三上的时候能真正用来备考的时间不多，大家不必焦虑。我真真正正开始备考在7月，前期上课、考试、竞赛、学生会工作、党课学习每一天都很充实，期间背了单词、两本专业课本也看过一遍了。暑假我选择了留校学习，两个月，足够弯道超车。暑假是大块的复习时间，希望大家能充分利用。

英语考试分为英语一和英语二，不同学校不同专业的要求不一样，但是经过研究，我发现近几年英语二难度正在急速向英语一靠近，所以我的建议是英语一和二的真题都做，无论考哪个。真题最好从08年往后做，时代在发展，20年前的题参考意义不是特别大。感激我的研友推荐给我的颢斌斌老师，现在我把宝藏告诉你。单词要从头背到考试前一秒，开始的时候，我看朱伟老师的单词视频，后期试了艾宾浩斯记忆曲线背单词，



不断重复，过程痛苦，但能记住的单词不少。单词是基础，一般会决定你的最低分。我是生物技术专业，生物考研大部分学校会选生化做其中一门专业课，生化在7月之前可以读两遍书，第一遍泛读，不用着急记知识点只要了解书的框架：每一章讲了什么、第几章是重点、静态动态的章节有哪些。第二遍读生化就需要把每个章节的知识点总结出来，如果生化课上你做了笔记，那这一阶段会轻松很多。9月10月就要开始研究真题了，书只有这一本，重要知识点每年变化不大，考试选拔人才就需要给知识点变装。把每年的真题总结出来，会发现，重点的重复率很高，但也要了解重点以外的知识，比如诺贝尔奖，比如近几年的热点。政治放心跟着老师走，肖秀荣老师的肖四肖八、徐涛老师的核心考案和课加上陆寓丰老师的知识点就无敌了。我的政治在大概10月末才开始，有点晚了，建议大家8月开始。

离考试越来越近，越应该孤注一掷，破釜沉舟，天亮之前，谁也不知道究竟能不能看到胜利。这个时候，要心无杂念，更加坚定。

见过早晨5点的月亮，也听过晚上10点的风声。那是一段充实且快乐的日子，感激研路有你的陪伴。如果说初试考的是知识，那么复试考的便是心态。等成绩、国家线、34所自划线校线、院线专业线、调剂系统、复试通知、录取通知。初试的结束只能证明你拿到了门票，至于到底能不能入场还要看复试。所以初试结束一定要着手准备简历、中英文自我介绍、邮件、调剂学校。

做好最坏的打算，不是所有的努力都能立竿见影，由衷希望你不要走到这一步，万一真的要走调剂，那请一定坚持，这是黎明前最后的黑暗，跨过去，你就是研究生。调剂一定要主动联系导师，可能会遇见四种情况：第一种石沉大海，杳无音讯；第二种明确告诉你已经没有名额或者即将退休不招生；第三种模棱两可，如果你更优秀就选你；第四种回复积极，给你联系方式想要面谈。前三种比较普遍，如果是第四种那么恭喜你，离上岸又进了一步，请一定对自己有信心，有时候努力不是没有回报，只是或早或晚罢了。

我们一路奋战，不是为了能改变世界，而是为了不让世界改变我们。路上难免遇上困难，只要咬咬牙再坚持一把，也许就会柳暗花明又一村也说不定。旅途也充满了选择，清醒选择了，不后悔就够了。你的人生，行人来去匆匆，别被干扰，听从自己的心。青春最好的状态就是知道自己想要什么，并为之努力拼搏。感激研路遇见的所有善意与美好，我们，下一程见。





姓 名：王志婧

学 号：180822102

考取学校：杭州师范大学

考取专业：细胞生物学大学

## 度过大难，将有大成

亲爱的学弟学妹，我于今年有幸被杭州师范大学细胞生物学专业录取，在大学期间曾担任团委组织部部长和生物工程系学生党支部副书记。首先恭喜你很勇敢地选择了考研这条漫漫路，它艰辛而又漫长，充满了未知，充满了荆棘，是千军万马过独木桥。作为一名成功上岸的学姐，我想在此与大家分享一些关于考研的自己不成熟的心得与经验，我把它们归纳为“四要素”，希望能够帮助正在迷雾中砥砺前行的你。

### 一、计划

考研并不是一蹴而就的，也不代表你在今年10月份成功报名，就能在来年3月份收获喜悦。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，一份适合你自己的备考计划，可以提高复习效率，做到事半功倍。计划要根据备考阶段、复习情况不断做出调整，每一天的计划都要有，准确到时间、任务，但要保证计划的可执行性、松弛性，不然它就是展示给别人看的一张废纸。

专业课：在备考前期，应该将大部分时间用在专业课的学习上，我当时备考时间较充足，所以是先把书通读了一遍，标出知识点并背诵，熟悉掌握课本框架；中期时，再通过目标院校历年真题去把握重点，充分利用真题，反复打磨，对于每年的固定题型一定要掌握；备考后期，就需要一遍一遍反复记忆，加深印象，以便在考场上争取时间。

英语：首先每个人都在强调单词的重要性，所以单词的记忆是从始至终的。其次由于阅读分值占比最大，我们要拿出英语复习时长的1/2甚至更多来了解英语阅读命题的思路，掌握解题方法，不断重复刷题，并针对于高频单词着重记忆；在备考中后期的时候要开始作文的学习，我这里推荐石雷鹏老师的课程，他会通过一篇范文教大家很多万能句和写作思路，这些都适合大部分的作文主题，亲测有效，我们



需要做的就是背住并通过每天模拟练习写作，熟练运用。

政治：大概在八月份开始就可以，前期选择喜欢的老师的课程并搭配1000题进行训练，巩固知识点即可，后期当模拟卷出来时，可以此为依托去掌握选择题的命题重点，其中肖8（选择）、肖4（大题）一定要重视，如果时间允许也可以兼顾其他老师的资料。

## 二、坚持

当你决定开始复习的时候，就不要想着间断，因为你今天对自己宽容一下，明天对自己放纵一下，你的心就散掉了。心散掉了就念不进书了，你就很难再回到真实的状态，捡起上进心，努力做一个成功者了。

这世上，优秀的人很多，你做不到的有人会做到；你逃避的恐惧，有人会觉得只是小事一桩；你偷懒不学的技能，有一天会用得上；你贪图安逸的现在，造就焦虑的将来。懒惰是会扩散的，不要因为自己的懒散而错过本该属于自己的人生，一定要努力向前跑，去见那些我们未曾见过的风景。

## 三、心态

考研是一场持久战，在这个过程中，你经常会感到孤独，发现别人的进度也好、准确率也罢都优于你自己，意识到曾经背过的知识又忘了，这是精神上的折磨，但是我想告诉你，这是每一个考研人的常态，不要影响到你自己，因为你跟别人考的就大不一样，又何必拿来比较；你去每个角落瞧一瞧，都是一个孤独的身影；距离考试还有时间，再来一遍记住就好了呀。在开考之前，一切都不是问题，要做的就是放平自己的心态，去脚踏实地地完成自己应掌握地内容。

## 四、调剂

除此之外，想跟大家分享一下关于调剂的经验。调剂是一场信息战，首先我们需要借助各种平台获得具有所考专业调剂名额的学校，例如考研派小程序、学院建立的调剂信息群，里面实时更新的信息对我们来说有可能就是下一个路口。搜集信息时我们要了解的是：第一，学校历年有无调剂名额及数目。第二，历年成功调剂到该学校学生的分数及一志愿。第三，历年同专业同分数考生的调剂去向。充分了解之后就可以大概确定合适的调剂学校，然后就积极的给导师发简历和邮件，并实时关注学校官网的调剂公告，其余的就是认真准备复试，等待调剂系统开放。

最后，用一句话来共勉：“度过大难，将有大成；继续努力，终成大器！”也衷心祝愿学弟学妹们梦想终成！



姓 名：金家乐

学 号：180811228

考取学校：长春理工大学

考取专业：生物医学工程

## 积跬步，至千里；积小流，成江河

学弟学妹们大家好，在2022年我考上了长春理工大学生物医学工程专业的研究生，作为一名考取本校的学生，我认为基础是最重要的，以下是我的一些经验：

### 一、学生与学生会干部

刚跨入大学，最先迎接我们的就是学生会的学长学姐们，是他们将我们带进这个美丽的校园，因此我也在入学不久后并加入了学生会，之后也成为了团委宣传部部长。还担任生物医学工程系学生党支部宣传委员。学生与学生会干部是两个不同的身份，而我们要做的就是适当的时候选择适合的角色，上课时，我们是学生，认真听讲，跟着老师的思路走，在学生会举办活动时，我们是学生会成员，服务同学，做好活动的准备。最主要也是最难选择的就空闲时间，我们要如何去选择身份，我的经验是，空闲时间很多，我们只要在上课时认真听讲，课后抽取一段时间去复习，学习就不会落下。只要基础学的扎实，之后的知识很容易上手。剩下的时间足够我们完成学生会的工作及自己的娱乐。学生会的工作经历并不会对学习产生什么困扰，相反，让我积累了一些工作经验，为以后的职场生活打下一个基础。

### 二、选择学校

刚开始选择学校时，我也雄心壮志，我一定要考双一流，但是决心有实际行动却没有，加之专注力不足，因此我选择了长春理工大学，一方面，我了解这个学校这个学院，我知道生命科学技术学院是尊重学生呵护学生的，我愿意继续在这里学习。再则，学院的科研实力并不比名校差。从大一入校，就鼓励我们进入实验室，亲自动手做实验，老师也会努力满足我们的实验需求，这也是我选择本校的最大原因；同时，在选择导师的时候，许多都是给我们上过课的老师，我们更加了解，更容易选择一个合适的导师；最后，在题目难度、录取分数、录取人数上，长春理工大学都很吸引我。所以长春理工大学对于想要考研继续深入系统的学习本专业但目



前对自己的能力不是很自信的同学是一个很不错的选择。

### 三、考研复习

因为我选择的本校，相比于其他考取名校的同学压力不会很大，所以复习起来也不会很困难，但是，生物医学工程作为工科学科，这就保证在考研科目中必然有数学这一学科，而数学也是大多数人最不愿意面对的一门学科。但其实数学并没有大家想象中的那么难，考研数学中大多数是基础题，只要抓好基础，上岸并没有那么困难，加之我选择本校读研，分数线的压力会小很多，因此我把大部分的时间放在了数学基础的学习上，当我把基础学扎实之后，已经是11月份了，距离考研已经没有多少时间了，因此我跳过了强化阶段，直奔冲刺与押题，这样的选择在很多同学眼里是很不可思议的，但我却在最后取得了理想的成绩，所以我要告诉你们的就是基础很重要，扎实的基础，是打开研究生大门的敲门砖。

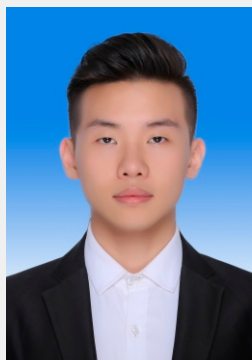
对于英语这门课就是得背，要背单词、背语法、背作文模板，同时多做题。我在准备英语复习时，将2000年开始的真题全部打印出来，反复做，做完听老师讲解，一遍两遍的刷题，同时单词的积累也不落下。

而政治这门课，背的东西反而没有英语那么多，主要是理解，当你把1000题，肖四肖八刷完后政治六七十分没有什么困难，背的内容主要就是肖八的大题部分，这也是每年考研政治最折磨人的地方，背的时间短内容多，但是你只要在之前的复习和答题中打好基础，背的时候就会比别人快。

专业课也是学校选择的一个很大因素，有些学校的专科很难，需要花大量的时间，有些学校的专业就不需要很多时间，而选择本校就意味着专业课所花的时间可以降到最少，这也是我选择本校考研的原因之一。

### 四、心态

考研复习最主要的一个因素就是心态，心态一定要好，还要有好的抗压能力，当看到别的同学已经在强化时你才刚开始时，不要被背的同学的节奏打乱，坚持自己的复习节奏，并且不管怎么样，最后一定要上考场，有一句话送给大家，只要你去考了，你就一只脚迈进了研究生的大门。



姓 名：姬宇豪

学 号：180821139

考取学校：长春理工大学

考取专业：生物与医药

## 选择与努力同等重要

学弟学妹们大家好，我是2018级生物工程班的姬宇豪，斗转星移，时光荏苒，在不知不觉中回首自己走过的考研路已经过去了半个年头，现在回想起来依然感觉是充实、幸福的。我仍旧感觉我是幸运的，我的选择是对的，如果重来一次，我依然会选择走这样一条路。作为一名选择本校的学生，以下是我的一些经验。

### 一、学习与工作的平衡

与大多数一样，进入大学会对一切都充满新鲜感，而我也选择担任班长和加入学生会，服务同学，并在大三时任主席团成员。在这三年里，肯定要花费课外时间在工作上，一些人可能觉得我们时间变少了，学习时间不够。事实并非如此。在工作中，我也学会了更加高效的利用时间，处理问题更快速。而且大学的学习不是题海战术，只要我们，上课认真听，在课堂上把知识消化掉，作业及时完成，期末考试前再复习一下，考一个理想的成绩不是问题。我自认为在学生会工作的这三年里，并没有影响我的娱乐活动，更不耽误我拿到学业奖学金。大学的空闲时间很多，我们总要拿出一部分来提升自己，切莫虚度。

### 二、选择学校

在准备考研之前，我也曾雄心壮志，非双一流以上不考。但是疫情大大缩短了学习时间，加之我自身英语基础非常薄弱，专注力不够，并且坚决不二战的心理，我选择报名一个比较有把握的学校。在咨询了一些学长学姐之后，我选择了考本校。一方面，我了解学院。再则，生命学院的科研实力并不比名校差。从大一入校就鼓励我们进入实验室，亲自动手做实验，老师也会努力满足我们的实验需求，这也是我选择本校的最大原因；最后，在题目难度、录取分数、录取人数上，长春理工大学都很吸引我。所以长春理工大学对于想要考研继续深入系统的学习本专业，但目前对自己的能力不是很自信的同学是一个很不错的选择。



### 三、考研准备

因为我选择的是本校，所以复习起来比其他同学轻松不少。但是不论选择哪个学校，我的建议都是先学好英语。也许现在你还在迷茫，不知道选择哪个学校、会考那本书，但是考英语是必然的，并且是一门可以超越其他考生的重要科目。英语是一个积累的过程，所以你可以在选择学习的同时，先打好英语基础。

政治从八月开始复习就来得及，我是跟着徐涛的考研强化班的视频学习的，学习累了的时候，看一个小时的视频，徐涛和腿姐的讲课风格比较活泼。同时可以关注他的公众号，每天会发一些背诵片段。至于习题，大家应该都是肖秀荣1000题和肖八肖四吧！还有一些手机的刷题小程序，大家也可以去搜一搜，睡前刷一刷也不错。喜马拉雅上也有一些知识点的音频，可以闭上眼睛磨耳朵。总结一下，跟住徐涛的节奏，吃透肖四肖八，政治没问题。

英文和政治作为公共科目，网上的资料很多，我的建议是跟住一个老师，其他的老师适当了解，不要太贪心，把自己搞得很累，最后反而收获的不多。六月，最晚八月，就要选好学校，不能再变了，否则没有时间学习专业课了，我们生物专业很多学习都是自主命题，每个学校的方向都不一样，所以要选好后，有针对性的去学习。首先，书本上的基础知识很重要，要从头到尾看一遍，记好笔记，方便复习背诵。如果b站、慕课、学习通等app上找到合适的视频更好。我们还可以翻生命科学技术学院的公众号，里面有考研光荣榜，主动地去联系师兄师姐、导师同学搜集尽可能多的、可靠地考研信息，争取更多的机会，让自己考研成功有更大的保证。

如果你是一个像我一样，偏科严重并且学习主动性不高的考研人，我建议你找个甚至一群勤奋努力的研友，这样在他们的带动下，你也会变得更加积极。而且在大家一起走路吃饭的时候，可以讨论英语政治，这时候记得最深刻。身边有人陪伴，不会感到孤独，你不是一个人在战斗。

### 四、心态

考研期间心态很重要，一个良好的心态才能学的进去，如果每天都在焦虑，哪还有时间去学习呢。还有临近考研的几天，大家可能会有一些躁动，静不下心来，学不进去知识，那就温习旧知识，看看之前做的笔记，复习单词，作文框架，看看肖四。不浪费最后的时间。最后，无论复习的怎么样，我都希望大家能参加最终的考试，只有你参加了考试，你才有上岸的可能，才对你自己有一个交代。我想说：每一位正在备考或准备考研的学弟学妹们都能紧记，成功并不遥远，只要能脚踏实地的让自己走到最后，那你已经战胜了自己，走向了成功。不管你有没有成功，我想告诉你的是你所经历的一切就是成功。在这场没有硝烟的战争中，身边的鼓励也让自己能在最寒冷的冬季感受到温暖和希望，无论何时，坚定的心总能让自己在如同万花筒般的繁复而离散的画面中找回自己。每一个有理想的勇士，坚持到最后，就没有失败可言，考研路上，我们曾并肩奋斗，不远的前方，是我们向往的桃花源。





姓 名：赵璐音

学 号：180822101

考取学校：长春理工大学

考取专业：生物与医药

## 相信自己的选择

人生由无数个选择组成，一次次的选择让我们成为了今天的自己。当我选择了考研，我知道自己面临的是一条布满荆棘的黑路，每一步都需要自己慢慢摸索。但我做出了最合适自己的选择，并且相信它、坚定不移一往无前。

### 一、工作与学习的选择

大一时，对一切事物都充满好奇心的我加入了学院学生会的文艺部。部门的活动和工作任务很多，这使我得到锻炼和快乐的同时，也占用了我大部分课余时间，学习和工作的双重压力曾让我陷入两难的境地。但我发现，只要合理分配时间，在课堂上提高学习效率、认真听讲做笔记，期末高效复习，就可以让自己学习工作两手抓。这样坚持到大三，在没有落下学习的同时，我担任了校学生会文艺部部长兼学院学生会文艺部部长。大学生活与高中最大的不同就是时间都是我们自己的，学会掌控时间，就能掌控好学习与工作。学生会的锻炼增强了我的抗压能力，这对后期考研复习时我能够拥有充足的精力和体力坚持到底打下了坚实的基础。

### 二、考研学校的选择

在择校时我曾犹豫不决很久，耽误了很多时间，经过各方面因素的考虑，以及想要一次性上岸的决心，在询问了父母和老师的意见之后，我最终选择考更稳妥一点的本校。三年多的生活已经让我习惯并喜欢上了长春的风土人情，长春理工大学对学生的尊重和呵护、生命学院优越的实验条件都是我想继续留在这里的原因。学院从我们大一时便开始鼓励我们进实验室自己动手做实验，老师们亲切和蔼且科研实力强，手把手教我们，帮助我们打下良好的实验基础，通过三年多的课堂教学，我对许多老师都有了充分的了解，这对我选择适合自己的研究生导师也有很大的帮助。相对于许多双一流名校的考研压力，本校的命题难度、录取分数、录取人数都让我对于上岸更有信心、更有把握。随着考研人数和压力逐年递增，大家在选择学



校时一定要考虑到自身学习能力以及各方面因素，不要好高骛远，做出最适合自己的选择，掌握信息和正确的选择比努力更重要。

### 三、坚持复习

相比其他选择考双一流名校的同学，我在复习时的压力就相对较小，但不管考哪所学校，英语一定要提前开始准备，英语基础薄弱的同学，最好在大三上学期就开始坚持每天背单词，可以在网上搜一些优秀的考研英语讲师的网课打牢基础。九月、十月就要把考研核心单词掌握牢固，一边坚持每天做英语真题一边对单词进行滚动复习，做题可以帮我们更好地加强单词记忆。十一月底就可以开始准备英语作文了，大家可以在微博上搜一搜模板，尽量多准备几个种类。

政治从暑假开始准备就来不及，政治的网课讲师也有很多，大家可以先都听一节，根据自己喜欢的讲课习惯和风格来选择。我选择的是徐涛老师，他讲课比较幽默风趣，喜欢用一些生活中常见的事物打比方、举例子，让人印象深刻，更方便理解和记忆。微博和小红书都有很多免费的网课资源，大家选定一位老师最好就坚持到底，每个老师讲课习惯和顺序不同，频繁更换可能会影响大家的复习进度。

对于专业课的复习，大家要根据自己所考专业的科目以及所对应的书籍制定复习计划，一定要先把书本看一遍，打牢基础，汇成自己的知识网络。考本校的话，考的科目都是本科阶段老师已经讲过的课，虽然降低了复习难度，但是也要先过一遍课本，然后可以询问学长学姐寻找相关资料，进行巩固复习。

直到现在，每次听到复习那段时间夜晚回宿舍路上总听的歌，那种带着一天的疲惫和收获的满足，走在寒风凛冽的夜路的感觉便涌上心头。保持积极良好的心态，做出对的选择，愿我们历经千帆，终能成功上岸！



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7186号