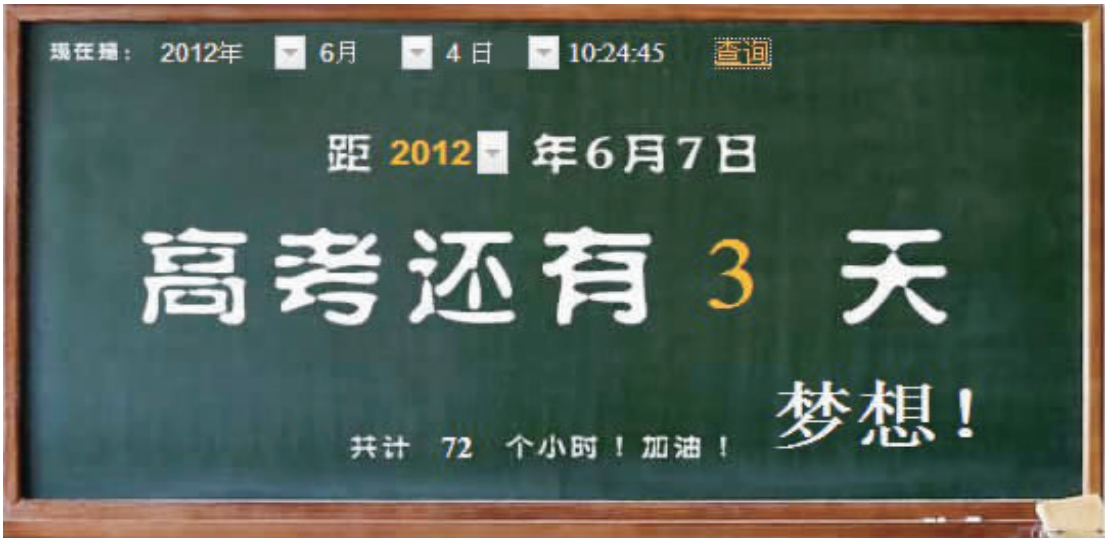


古有“悬梁刺股”，今朝更胜当初 备战高考 考生屡出“奇”招

2012 年高考定于 6 月 7 日至 8 日举行。据悉，全国范围内参加今年普通高考的考生预计达 900 余万人；而浙江省报名的考生为 31.6 万人，同比去年增加 1.6 万人。古有书生“头悬梁”、“锥刺股”，为金榜题名而十年寒窗苦读，现如今的学生为备战高考一样刻苦读书，甚至屡出“奇”招。



那些年，我们“瓶”、“膊”的日子

吊瓶班：史上最刻苦！



5 月 5 日上午，湖北孝感论坛官方微博称，高考临近，湖北孝感一中惊现史上最刻苦“吊瓶班”，并配发图片引起网友热议。图片来自网友“CHImushroom”的微博，该图显示教室内多名同学的桌子旁边都挂着一个吊瓶，桌上书本堆成了小山。教室半空中拉上了绳子，很多同学一边打吊瓶一边低头复习，场面颇为壮观。

孝感市第一高级中学办公室夏主任接

受媒体采访时表示，学生们打的吊瓶都是补充能量的氨基酸。由于要打吊瓶的学生太多，导致学校医务室爆满。为了不耽误学生复习，所以学校就安排学生在教室内打氨基酸。

该校一名高三学生表示：“我们都是自愿输液的，打的是氨基酸。因为打氨基酸对我们学生有好处，高考压力很大，精神好一点，肯定考得好一点！”

“极端备考” “另类减压” 层出不穷

武汉市多家医院的高压氧医生表示，临近中、高考时总会出现考生扎堆儿来医院吸氧的情况。还有一些城市出现了针对迎考生的小型氧气袋。学生一边吸氧一边看书，据说这样能“记得更牢”。有的女生采取吃避孕药的做法，推迟经期来应对高考期。专家表示，采取口服避孕药改变生理周期，这种不顾个人身体实际，跟风乱补乱医的备考手段除了心理上的安慰作用，对身体的危害可不小。

此前更有媒体报道，每到中、高考前夕，像北京雍和宫、五台山文殊院等这样的寺庙，都会有大批学生和家长前来烧香拜佛。而且近年来，拜佛的讲究渐趋细致，拜哪座庙哪尊菩萨会学业有成、送多少香火捐多少香油钱最灵验，居然都有门道。在 21 世纪的当下，“临考抱佛脚”竟真有其事！

为让考生顺利在“千军万马”中闯过“独木桥”，学校、家长，甚至考生自己都用各种方式减压备考。但过于极端、另类的激励或是减压方式并不适合每一个学生。明明身体健康的学生，看别人打吊瓶，就会有这样的心理暗示，我身体绝对不能出问题，于是也跟风去打。有时候学生本来压力并不大，但过分渲染高考的重要性，有可能让学生产生心理扭曲或者相对病态的竞争心理，使他们各种压力陡增，对学生的全面发展不利。

教育专家认为，对高三学生减压，应遵从温和、舒缓、轻松的原则，切忌单调、急躁、剧烈。应当淡化高考的功利色彩，“润物细无声”地引导学生以适当的减压方式，树立良好的竞争心态。专家提醒考生，保持一颗平常心，保证饮食均衡、睡眠充足才是准备高考最好的“营养品”。

此外，在高考前夕，不仅考生紧张，不少家长也跟着焦虑。对此，心理专家谢维兴提醒，考生家长这段时间更要“淡定”，家长要对孩子有合理的定位和期待，为他们营造温馨和谐的家庭氛围。具体来说，要注意做好“三件事”：一要“多听少说”，多听听孩子的心声，少在孩子耳边念叨，例如不要总是询问或提醒“考试准备得怎么样了”、“不要紧张”等与考试有关的话题，以免加重孩子心理负担；二是“无为”，避免特意过度关心孩子，一切顺其自然，不要随意干涉孩子的学习安排，把主动权交给孩子；三是做好后勤保障工作，保证“饮食可口”，但不要过多给孩子进补。

（钟晨晨 整理）

专家意见：吊一瓶氨基酸，还不如吃个鸡蛋！

华中科技大学同济医学院营养与食品卫生系教授黄连珍表示，氨基酸来自蛋白质，如我们平时食物中的鸡蛋、牛奶、猪肉中都含有大量的蛋白质。高三学生通过

正常饮食，比如一天吃一两个鸡蛋，或喝点牛奶，摄入的蛋白质，就可以获得足够的氨基酸了。另外，大脑的活动不仅需要氨基酸，还需要其他物质如糖分等，如果经常打

氨基酸还可能造成营养不均衡。

有营养师指出，在教室里打点滴存在卫生隐患，若无专门的医护人员，可能会出现滚针、气泡进血管等危险。

赤膊班：人生能有几回“膊”！

传遍神州大地，让这个‘赤膊高考班’成为大家的榜样，望全体高考生共勉，祝大家高考捷报！”

图片中，明亮的夜灯，留着白色粉笔字的黑板，18 名男子留着短发，穿着短裤，全部赤膊上阵，个个集中精力，持笔埋头在书本中。

校方回应：需要这种意志和毅力，但不要分心！

东莞市第五高级中学校长叶昭伦就此事发表了评论：“同学们的这种意志和拼搏精神值得鼓励。高考复习需要这种意

志和毅力，在高考临近的时候更是如此。”但他同时也表示：“采用在放学后打完篮球摆拍一张这种照片的方式来激励大家

学习，虽然点子很好，但容易引起误会，而且也会引起大家议论，从这个方面来说，反而让大家分心了，方法欠妥。”

没有高考，你拼得过富二代吗？

今年 2 月 21 日，浙江省永康市第二中学的 LED 大屏幕上打出了“没有高考，你拼得过富二代吗？”的高考激励语，引起



热议。负责标语收集工作的陈老师称，偶然间在电视上听见白岩松说过这句话，果断地把它收进了“高考励志标语”里。没想到反响会这么大，到第三天，微博、人人网上已经传开了。

小童是永康二中应届高考生，之前那些高考励志标语，他都没啥印象，这一条一放上去，他就牢牢记住了。他说，如果高考成功的话，以后有可能会比富二代过得好，但如果不去高考，就财富而言，自己肯定比不过富二代。

该校办公室副主任钱老师说，高考作

为草根阶层改变命运的一条途径，只要有百分之一的希望，就得付出百分之百的努力。但也并不是说高考就是为了去拼过富二代，这仅仅是一种励志。

链接：

央视名嘴白岩松为郑大 3000 名学生作演讲报告时说，如果没有存在很多毛病的高考，我们可能没机会这样面对对话。中国的高考有万千毛病，但却是目前最公平的一种方式。没有高考，你拼得过富二代吗？