

2014·周口高考尖子谈学习秘诀

# 高分是这样炼成的

## 刘文帅：高考是一场战争

□晚报记者 郭坤/文 朱海龙/图



### 个人档案

姓名：刘文帅  
分数(理)：665  
毕业学校：淮阳一高  
考入学校：香港中文大学

人如其名，刘文帅给人的第一印象是文气不张扬、帅气不逼人。

能够被香港中文大学录取，刘文帅取得的高考成绩相信会让不少人艳羡。但是，即将迈入名牌大学开启人生新篇章的他，身上却没有年少轻狂、恃才傲物的浮躁，有的是老成持重、谦虚谨慎的平和，这似乎与他的年龄有些不相符。

他的话不多，却字字发自内心。他

的报告从一段发自肺腑的感谢开始：“老师是我们取得高考成功的关键人物，他们数十年如一日地站在讲台上，给我们指明前进的方向，带我们走进知识的殿堂。我要向他们表示深深的谢意。”

少语多静、腼腆谦虚，这只是刘文帅的外表。外表包裹着的，是一颗极其强大的内心。

他把高考看成是一场战争：“我们曾经活在一场叫高考的战争中，我们要像战士一样锻炼自己，和身旁的同学一起，像战友一样互相帮助，使出浑身的解数，取得高考这场战争的胜利。”

他把生活也看成是一场战争：“我们活在一场叫生活的战争中，我们要像战士一样活着，努力奋斗，在(生活中)大大小小的战役中获得经验，取得生活这场战争最终的胜利。”

他觉得每一个年轻人都应该学习战士的精神：“战士好战，决不畏战，不战则已，战则必胜。”

他觉得每一个年轻人还应该学习蜗牛的精神：“墙角下、草丛里、石缝里生活的不起眼的蜗牛，却坚持着自己的原则；尽管背负着重重的外壳，尽管爬行缓慢，却依然一往直前，从未想过放弃。在高考这条道路上，我们背负着来自家庭、学校以及个人的压力，我们也要像蜗牛一样知难而进、永不放弃、一步一步往前爬。”

“得之坦然，失之淡然，顺其自然，争其必然。”外表腼腆、内心强大的刘文帅认为，只有保持这样的心态，然后像战士一样勇往直前，像蜗牛一样坚持不懈，才能实现自己的目标。

## 王安然：兴趣是最好的老师

□晚报记者 金月全/文 朱海龙/图



### 个人档案

姓名：王安然  
分数(文)：626  
毕业学校：淮阳一高  
考入学校：北京大学

“小时候，我们经常听到这样一句话：兴趣是最好的老师。”在周口晚报社举办的第五届高考尖子励志报告会上，淮阳一高毕业生、已被北京大学录取的王安然很认可这句话。

他说，如果没有对诗的兴趣，李白就不会留下传承至今的佳作；如果没有对教育事业的兴趣，我们的老师就不会日复一日、年复一日地坚持在三尺讲台上；如果没有对学习的兴趣，我们就不会激发所有的潜能，做最好的自己……他认为，兴趣就是热爱，就是全身心的投入，就是再苦再累也依然不肯放弃的执着。

高一分科时，身边有很多同学都很迷茫。王安然认为，人的一生要面临多次关键性的选择和考验，这时要少一些犹豫，尽量往自己的兴趣和特长上靠拢。不过他同时认为，发现自己的兴趣和爱好，需要一个长期的过程，一旦选择并确定了自己的兴趣，就要持之以恒地走下去。他建议，课余时间应该多开阔视野，多读喜欢的书，不要在电视、电脑、手机上浪费太多的时间。

说到兴趣，有时候它需要我们细致耐心地去培养。王安然结合自身举例说，在初中和高一分科前，学习的科目很多，整天焦头烂额，身心疲惫，作业多，不想写，这个时候就需要主动去培养兴趣。比如记单词的时候，自己把这些单词串成一个个天马行空的幽默小故事；背诵文言文时，想象着主人公穿越到现代，说文言文时，身边还有一个现代的翻译；用漫画速记历史事件……这些都是培养兴趣的方法。他认为，换一种思路，换一种心情，学习的效率就会跟着变化。

王安然说，随着学习压力的增加，应该更加注重学习效率，同时态度也很关键。比如，同样面对半杯水，乐观者说：“真幸运，还有半杯水”，悲观者说：“真不幸啊，只剩下半杯水了”。同样面对一道难题，一个同学想，如果这道题我现在弄明白了，有可能下次考试再碰上时，我就能迎刃而解了。另一个同学想，怎么又遇到一道不会的题呀，我还能不能考上大学了。这就是不同的态度表现。

他说，大家深有体会的是，情况好的时候做题与情绪低落的时候做题，效果完全不同。他建议，在紧张的学习生活中，不要被“负能量”影响，那些哗众取宠的新闻最好少接触。对任何事情，个人都应有自己的判断力，要多接触“正能量”的东西，对我们的成长和学习都会有很大的帮助。

## 耿守喜：集各种力量成就“状元梦”

□晚报记者 张燕/文 朱海龙/图



中学特级教师，河南省学术技术带头人耿守喜常年担任高三毕业班的班主任，在高考尖子励志报告会上，他结合自身的经验，说到要成就“状元梦”，有三点至关重要。

“首先，要有丰富的校园文化生活。”耿守喜说，优秀的文化可以丰富人的精神世界，增强人的精神力量，促进人的全面发展。在他们学校的墙上、橱窗内、班级内，都粘贴着各种励志标语、图片等，

这些能传递正能量，激发学生的斗志。此外，还有课前一支歌、课间活动等也陶冶了学生的情操，让学生始终保持昂扬向上的精神状态投入到学习中，提升了学习效率。

随后，耿守喜又说：“一个学校的管理是至关重要的。人们常常有个误区，认为管得严、管得死，老师厉害就是管得好。学校管理不仅要尊重学习的规律，还要遵循青少年的成长规律，做到科学管理。”耿守喜说，他们的管理方式有三种，分别是自主管理、激情管理和个性管理。各种管理方法的实施，不仅能增强学生的自控能力，还调动了学习的主动性，引导他们树立正确的人生目标，找准了奋斗的方向，挖掘了学生自身的潜能。

除了给学生营造较好的氛围外，在高考这场无硝烟的战场上，想要取得最终的胜利，除了学生需要自身的努力外，老师的正确备考策略也尤为重要。耿守喜说，高三基本上都是对以前学过的知识进行复习，此时，老师要能够做到查漏补缺，培优辅差。其方法就是通过阶段检测，老师要发现学生学习中的漏点、缺点，进行针对性的备课，而不是面面俱到，浪费复习时间。另外，对于弱科的学生，老师要实行分包学生制度，分阶段逐步推进。此外，对于文科的学习，老师则要增加一些课外知识，拓展学生的知识面，开阔他们的视野。

## 王清华：学习来不得半点虚伪

□晚报记者 张燕/文 朱海龙/图



“高考备考中，老师要注意两点。”在高考尖子励志报告会上，淮阳一高级教师、河南省英语学科带头人、周口市优秀班主任王清华与在座的观众分享了他的教学经验。

“回归课本、重在双基。这是我要说的第一点。”王清华说，长期以来，不少老师曾在教学中采取过“重资料、轻课本”的做法。过去，他在教学中也是这样做的。但是他发现，这样做学生并不能吸收、消化课本知识，再加上资料中不少题目超越教学大纲，以至于不少学生感觉力不从心，进而产生一些负面情绪。

“发现问题后，我就做出了及时的调整。”王清华说，他不仅要求自己把课本讲精、讲透，而且要求学生长文必熟、短文必背，做到节节夯实，课课过关。这样一来，学生做题时就能心中有数，信心大增。因此，回归课本，夯实双基，势在必行。

除以上的做法外，王清华还讲到，老师要整合资料，为学生量身订制学习方法。“当前，市场上不少教辅书粗制滥造，谬误百出。我们学校在假期组织同科目的几位骨干教师，精选几本资料，以此为蓝本，结合学生的实际水平进行优化组合。对于学生一时难以掌握的材料，我们会针对性地进行补充，真正做到传道、授业、解惑的职责。”王清华说。

最后王清华说，在教学中，他没有特别独特的教学方法，唯一能做到的就是“实”，因为学习来不得半点虚伪和马虎。