

# 听胶州高考“牛班”尖子生侃成长历程

四人达676分以上，班主任张芮：他们都是困难面前不服输的小斗士

“祝贺孩子们取得了这么好的成绩！他们通过自己的努力，克服了重重困难，一直坚持不懈。相信孩子们将来会更加努力，这只是个起点，我们23班少年，未来可期。”7月26日一大早，记者在胶州市实验中学大门口，见到了高三23班主任张芮和班级四名优秀学子。意气风发的少年夏聆溪和张一鸣顺利拿到了北京大学的录取通知书，王登辉、刘浩宇也以优异的成绩考入了中国科学院大学和中国科学技术大学。

据了解，胶州市实验中学自1988年建校以来，已经培养输送了53名学子进入清华、北大，3名学子进入香港大学。成绩的取得，与学校老师的悉心引导，以及学生的努力密不可分。作为高三23班的班主任张芮，她是实验中学从教30年的化学老师，更是这群学子的“张妈妈”。

在张芮看来，新高考不能靠经验，是要靠学习和改变，学习教育部政策，学习研究课标，深入研究挖掘高考题。此外，最主要的是，学生们心理的引导，关键是要想他们所想，知道他们的喜好和追求，顺势引导，合理疏导。

## 班主任送四字箴言“杀伐果断”

夏聆溪，以690分被北京大学录取，爱好古筝、拉丁舞等

夏聆溪作为班级的班长，她自律，也有自己的节奏，每天早晨5:50准时到教室，早读学习到6时30分吃饭，吃完饭再趴桌上休息一会儿。在得知班里夏聆溪取得690分的成绩时，张芮老师觉得既是意料之内，也有惊喜。“高考前，在全市的摸底考试中，小溪的成绩并没有那么突出，当时她有被打击到，但这次高考发挥得非常好。”带领这个班级一年的时间，张芮老师眼中的夏聆溪就是那种稳扎稳打的学生，但她也有信心不足、犹豫不决的弱点，好在夏聆溪不满足于现状，经常下课追着老师问问题。

在多次交流中，她与班主任成了密切的朋友。每当夏聆溪感觉自己考得不好时，总会找到张芮老师谈心。“你不是一个人在战斗，对于犹豫不决的题目，要静心，杀伐果断。再就是考完每一门都可以跟我说，但咱们不对答案，说出来就是排解内心的压力。”张芮老师每次都耐心地劝导她。这一招，在后续的几次摸底考试中，对夏聆溪起到了很好的作用。

## 钻研难题 逐梦科研事业

张一鸣，以688分考入北京大学，爱好读书

“他认真、踏实，虽不是埋头苦学的孩子，但有非常强的学习能力，懂得什么时间干什么事，合理平衡的重要性。他对计算机特别是编程设计，有自己独到的见解。”这是班主任张芮对张一鸣的肯定。

“都说孩子是父母的复印件，作为家长在要求孩子成为什么样的时候，请先让自己成为这样的人，我和他爸爸特别喜欢学习，喜欢接受新事物。”张一鸣的爸爸是技术型人才，他身上有一股追求高效、精准、



四名学子与班主任张芮合影。(左一王登辉,左二刘浩宇,右二夏聆溪,右一张一鸣)

卓越的品质，而他的妈妈庄丽华身上有一股永不服输、永不放弃的精神，曾以“宠辱不惊”四字作为自己的座右铭。张一鸣父母身上所具有的这些精神，在潜移默化地影响着他，也让他从小养成了良好的学习习惯和生活习惯。高中三年他都是自己骑车上下学。

“首先我觉得孩子身心健康成长特别重要，培养他积极乐观的心态，其次是要重视0-6岁的教育，从小引导培养孩子的兴趣，再就是孩子是一个独立自主的人，尊重他的想法和爱好，培养他的家国情怀尤其重要。平时学习累了，回到家里，他喜欢通过电脑竞技游戏这种方式来放飞自我，我也非常支持。”庄丽华与记者分享道。

这个假期，张一鸣坚持跑步，每天早上晚上各5公里。为了未来研究更多国外的文献，他把英语学习也提上了日程。

## 找到自己的学习方法，坚持下去

王登辉，以684分考入中国科学院大学数学与应用数学专业

说起王登辉，班主任张芮忍不住竖起大拇指：情商与行动力并举的一名学子。面临高考的压力，情绪在学习中会产生干扰，班级会定期出一些问卷调查，问问学生们的内心。在一次民意测评中，有这样一个题目，谁是你心目中的“三高”学子？“三高”即品德高尚、行为高雅、能力超强。王登辉以全票当选为“三高”学子，在班级同学里的威望很高，管理能力也很强，这也与他在班级里与同学们的相处方式息息相关。

说到高中三年来的学习经验，王登辉笑着跟记者说了一句：“找到适合自己的节奏，相信自己，坚定前行。”高中考试很多，起起伏伏很正常，不能因一次考了第一，下一次考了第十，就丧失了学习的积极性和

自信，按照自己的节奏坚持下去才最好。每个人的学习方法都不同，找到适合自己的学习方法是关键。有的人喜欢通过做题来巩固知识，有的人则通过阅读和总结来加深理解。不妨尝试多种方法，找到最适合自己的学习方式。

## 劳逸结合、调整心态、重视错题

刘浩宇，以676分考入中国科学技术大学核工程类

26日在见到张芮老师时，刘浩宇还不忘调侃说：“自己要去剪个有个性的头！”张芮老师也幽默地回应：“儿子剪的时候拍个照给我看看。”在“张妈妈”的引导下，刘浩宇从“叛逆”少年到主动投入学习，仅仅用了两个多月。“他比较活跃，有一个阶段学习主动性不强，经过多次交流，了解到他要有充足的睡眠保证，才能提高学习效率，为此，特批他可以早晨晚点到，或者在教室后面桌子上睡会儿，我看着表，到点就把刘浩宇叫起来上课。这次高考他整体发挥得比较平稳。”班主任张芮介绍刘浩宇的情况。

刘浩宇认为，高中学习非常重要的就是笔记(纠错本)，可以在上面记录反复做错的题，以及比较新颖的解题方法，经常复习。高中很多东西在课堂上难以当场消化，而记笔记更直观再现课堂的内容。一定要保持好心态，很多事情看开一点，不要太纠结，把更多时间精力放在钻研题目上。如何调整心态呢？刘浩宇总结了三点共享给学弟学妹：一是人生是旷野而非轨道，高考只是人生的一个节点，是对我们这几年学习成果的一个检验，我们会因此去往不同的城市遇见不同的人，相比而言持之以恒的努力更加重要。二是心情不好的时候听听歌，去人少的地方散散步，和好朋友或者老师聊聊天，吃顿好的，睡个觉，都能释放情绪。三是劳逸结合，不能一味地只学习，偶尔放松可以让我们脑子清醒。

观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 马妮娜

# 为明“小海鸥啦啦操”省赛获佳绩



青岛为明学校“小海鸥啦啦操”代表队获全省比赛冠军。

本报7月28日讯 近日，好运山东·第五届青岛时尚体育节——全国运动训练竞赛联盟操舞联赛(山东站)在青岛金沙滩啤酒城举办。本次赛事得到全省各地健美操啦啦操协会、健身操舞委员会的鼎力支持，有众多高校、中小学、幼儿园及近百家俱乐部700余名青少年共同参与。经过激烈角逐，青岛为明学校小学部“小海鸥啦啦操”代表队获得爵士规定冠军、爵士自选特等奖；学校被评为优秀组织单位，包揽了双人花球第一名和第二名。

比赛现场，中国舞、啦啦操、爵士舞、街舞、健美操、有氧健身操舞等六大舞种轮番展示。青岛为明学校“小海鸥啦啦操”代表队派

出优秀队员参加此次比赛，学生们精神饱满、热情洋溢、斗志昂扬、张弛有度，翻腾、抛接、舞蹈，所有动作一气呵成，展现了为明学子们无所畏惧、团队协作、顽强拼搏的精神，凭借精湛的技艺和默契的配合，赢得了评委和观众们的一致好评。

青岛为明学校十分重视学生全面、健康发展，通过开设丰富的特色课程和主题活动，以确保“221个性特长(2项体育运动技能特长、2项艺术特长、1项学科类或技能类特长)”在每个学生身上得到落实。小学部啦啦操社团自2017年9月成立以来斩获多项大奖。(记者 娜娜)