



关注 2024 年高考

## 南安三位高考优秀学子分享学习经 “别人家的孩子”是这样学习的

近日,福建省高考分数公布后,不少考生收获了拼搏后的喜悦。记者采访了来自南安一中的三位高考优秀学子,他们纷纷分享学习秘籍和备考经验,为学弟学妹们“传经送宝”。一起来看看家长们口中“别人家的孩子”这高中三年都是怎么学习的!

本报记者 王菲娜 李想 文/图

### 郑伊宸:有效的课外阅读能反哺学习

这一优异的成绩。让她感到庆幸的是,浮现在她眼前的分数比她预期的要好很多。“超级意外,看到自己的省内排名,还在怀疑是不是少了一个数字。”伊宸说。

最出乎意料的是,她觉得发挥不佳的语文,竟然考了138分。“看到这个成绩,我感到非常开心。在平时的考试中,语文能考到120多分就已经很好了。这次的成绩没有辜负语文老师的期望。”

说起这次自己发挥最满意的学科,伊宸告诉记者:“语文学科,上课一定要紧跟老师,认真听讲,避免机械刷题,而是应该通过阅读名著和能引发思考的作品来培养思考习惯。”对于历史学科,她也有自己的见解:“历史学习不应局限于课本内容,应该多购买课外历史书籍,拓宽

视野。这样不仅能增加知识储备,还能更好地理解历史事件和人物。”

在伊宸看来,良好的家庭氛围是她成长的养分。她感慨道:“在家中,无论遇到什么事情,我都能和爸爸妈妈分享。他们不会严格要求我的学习,而是支持我的想法。”

而在回看高中三年学习生活时,她则坦言,印象最深刻的事情是今年6月1日当天,老师为班里的同学过最后一个六一儿童节。“爸爸妈妈们还录制了祝福语,为我们送来了美食。那一刻,我感到非常感动和放松。”

接下来,等待伊宸的是两个月漫长而放松的假期。但她却表示,除了利用假期去旅游,放松心情外,可能还会找一份兼职工作,体验一下生活。



### 张雅欣:善于归纳不死磕难题

享给了爸爸妈妈,还有老师。”

说起学习经,雅欣认为,不同学科要用不同的学习方法。“尤其是数学,应注重错题的累积,并坚持反复练习,做到把错误题目改正。”在雅欣看来,做数学题要有自己的节奏和时间把握,在考试的时候不要死磕难题,做题久了如果还没有思路就放弃;在语文学科上,上课要认真听讲,把基础知识打扎实,并善于将同类题型进行归纳整理,寻找其中的异同点;对于作文素材,雅欣进行了大量的积累,并努力活学活用,同时有意识地增加写作练习。

在英语学科中,雅欣认为听力是关键,需要适应各种口音和语速,

同时,在阅读理解上,应注重长难句的解读;物理学科基础知识则一定要非常扎实,不要记错公式,并注重提炼模型和进行专题训练。对于化学,她主张跟随老师的步伐,积累拓展知识,并提升解答题目的能力。在政治学科的学习中,雅欣认为背诵是不可或缺的,但不应过度依赖提纲。其次就是审题一定要非常注意,不要只看一遍就轻易下笔作答。

当被问及心仪的大学,张雅欣表示,自己想报考北京大学的法学专业。而对于刚开始的暑假,张雅欣已经有了详细的规划,除了填好志愿,她还计划进行一场旅行,为自己的高中生活画上一个完美的句号。



### 陈逸兴:跟上老师的节奏会事半功倍

应当是稳了。

尽管已经放榜两天,但在谈及自己的成绩时,逸兴的脸上依旧充满喜悦,他坦言:“这次高考我算是正常发挥,感觉就是没有辜负自己平常的努力和父母的期望。”

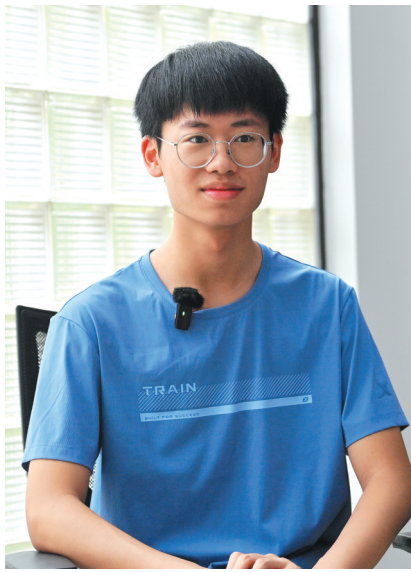
谈及学习经验,逸兴说好的成绩与良好的学习习惯紧密相连。尤其在生物学科上,他更是心得颇丰。高一、高二期间,每学一节课学校都会有发相应的练习,他都会认真完成,为自己打下了坚实的基础。进入高三总复习阶段,他虽然在生物学习上偶有放松,但始终紧跟老师的步伐,因为他深知老师的经验丰富,紧跟他们的节奏能够事

半功倍。在回顾课本上的知识点时,他总是习惯通过练习来巩固。

在语文学科方面,逸兴认为提升语感是关键;而在英语学科上,他则注重单词的积累,每天晚上都会花时间背诵单词。

学习之余,逸兴也十分注重劳逸结合。他喜欢打乒乓球,即便是在学习压力较大的情况下,也会每周抽出时间,约上好朋友一起去打乒乓球,放松自己。

对于未来的大学生活,陈逸兴已经有了明确的规划。他表示:“进入大学后,我计划在大一、大二期间先通过英语四六级考试,随后会考虑研究生考试,争取获得深造的机会。”



教育资讯

### 课前三分展风采 学科竞技放光芒

本报讯(记者 王菲娜)日前,南安第一小学开展了“课前三分钟”团队展示活动。

语文组的“课前三分钟”展示,低年级组同学们用自己的语言绘声绘色地讲童话故事,介绍传统节日,吟诵古诗等。他们的童真童趣,丰富的想象力,以及分享自身经历的真情实感,赢得了在场师生的认可和赞赏。中年级组同学们的表现同样抢眼,他们的语言能力已经显著提升,展现出更为丰富、流畅和深刻的表达。有的团队以情景剧的形式,生动再现课本中的故事;有的围绕一个诗人及其诗作进行深情吟诵,用声音传递诗歌的韵律和情感;有的团队化身讲解员,带领我们穿越时空,领略祖国的壮丽山河;还有的团队分享了他们的阅读体验,带领同学们一起走进书的世界,体验不同的人生。

数学组开展了形式多样的活动,有多样化的辨别图形、解决问题展示,数学故事演讲等,将“课前三分钟”还给孩子们,让他们尽情演绎,张扬个性。中年级组则通过演绎生活中的数学趣闻、有趣的数学题目等,用自己的方式解读数学,展示了团队的才华和智慧。

非语数组赛场里,孩子们用自己的创意与才华,在“课前三分钟”展示的舞台上尽情绽放光芒,展现出了他们无限的活力和对不同学科的热爱。他们的精彩呈现不仅赢得了现场观众的阵阵掌声,更展现了非语数学科中蕴含的无尽乐趣与潜力。

此次“课前三分钟”展示活动,进一步激发学生的兴趣,挖掘学生的创造力,让学生在轻松愉快的氛围中,尽情展示自我。

### 开主题班会、创作手抄报…… 码头中心小学“花式”开展禁毒宣传

本报讯(记者 王菲娜)近日,码头中心小学开展禁毒宣传月活动,学校以丰富多彩的活动为载体,为孩子们筑起了一道坚实的防毒之墙。

主题班会上,各班级纷纷开展了禁毒主题班会。老师们通过生动的讲解和真实案例的分享,向同学们深入浅出地介绍了毒品的种类、危害以及预防措施。同学们聚精会神地聆听,积极参与讨论,对毒品的危害有了更深刻的认识。班会中,还播放了引人深思的禁毒宣传片,那些因毒品而破碎的家庭、迷失的人生,让同学们深受触动,更加坚定了远离毒品的决心。此外,各班级开展禁毒主题手抄报和儿童画作品征集活动。同学们拿起画笔,发挥无限创意,绘制出一幅幅精美的手抄报。他们用色彩和文字表达对毒品的痛恨,对健康生活的向往。每一幅手抄报都是一颗禁毒的种子,在同学们的心中生根发芽。

为了检验同学们对禁毒知识的掌握程度,学校还举办了一场紧张激烈的禁毒知识竞赛。同学们积极参与,在竞赛中展现出了扎实的禁毒知识功底。

通过禁毒宣传月活动,同学们对毒品有了更清晰的认识,防毒拒毒的意识和能力得到了显著提高。

### 英都中心小学 举行春季幼儿故事演讲比赛

本报讯(记者 王菲娜)近日,英都中心小学举行2024年春季幼儿“趣讲故事,畅享童年”讲故事比赛。

比赛现场,小选手们身着各式各样的可爱服装,仿佛是从童话世界里走出来的角色。他们站在舞台中央,用稚嫩却充满自信的声音讲述着各种奇妙的故事。有的故事是充满奇幻色彩的童话传说,有的是关于自我成长的励志故事,每个孩子都仿佛成了故事中的主角,用他们的声音和情感,将观众带入了一个精彩纷呈的世界。评委们认真聆听每一个孩子的讲述,从孩子们的选材内容、语言表现力、表现技巧、舞台形象等方面进行综合评分。

这次幼儿讲故事比赛,不仅给孩子们搭建了一个展示自身风采的平台,还让他们在比赛过程中收获了成长与自信。

### 丰州第一小学 开展防震应急疏散演练

本报讯(记者 王菲娜)近日,南安市丰州第一小学开展防震应急疏散演练。

随着第一声“地震应急避险”信号响起,演练正式开始。老师们立刻停止集体活动,孩子们在教室内迅速双手护头,躲到就近的桌子下、承重墙墙角等安全区域进行紧急避险。

第二声“地震应急疏散”信号响起后,学生在老师的引导下,双手抱头有序撤离至操场。整个疏散过程中,老师们密切关注学生的安全,到达安全区域后及时清点学生人数,分级汇报。

此次地震演练,为全校师生上了一堂生动的安全教育课,提高了全校师生的自救自护能力。

## 人工智能治校、五育融合实践、校园安全管理、思政引领发展……

## 这场校长提高班培训干货十足

本报讯(记者 王菲娜)日前,南安市“十四五”第一期小学校长提高班第二次集中培训在南安市教师进修学校举行。

此次培训为期2天,培训的主题为“激发变革动力,助力内涵发展”。

培训第一天,福建省教育管理信息中心原主任林冬青为大家带来《生成式人工智能 赋能校长的专业发展》专题讲座。林冬青以“校长专业发展的紧迫性”为话题,指出,校长不仅负责学校的日常运营,还扮演着教育理念引领者、教师专业发展推动者、学生全面成长引导者等多重角色,用好人工智能技术,提高治校能力,促进师生全面发展已成为必然趋势。他结合具体案例,详细分析人工智能在校长专业发展和教学管理上的应用,让学员们充分认识到随着科学技术的不断推

广应用,人工智能不仅会成为助力校长优化教育管理过程的工具,还将成为校长实现个人职业发展的重要驱动力。作为一个有远见卓识、富有创新精神的校长,应该加强学习,应用好人工智能,以适应快速变化的教育环境和挑战。

紧接着,福建教育学院校长研修部正高级教师陈曦为大家作《从“五育并举”到“五育融合”——学校高质量发展新路径》的精彩讲座。陈曦深入解析了“五育并举”与“五育融合”的内涵和外延。她通过生动的案例,展示了如何利用综合素质评价、人工智能、大数据等现代技术手段优化学校课程体系,推动“五育并举,融合育人”实践,为学员们提供了教育理念的 new 视角,也指明了“五育融合”的具体路径。陈曦还特别指出,终身学习对于

提升学校管理水平和教育教学质量具有不可估量的价值。只有将德育、智育、体育、美育和劳动教育有机融合,才能培养出符合新时代要求的全面发展的人才。

第二天上午,福建师范大学法学院副教授郑仁荣带来《民法典与校园安全》专题讲座。郑仁荣以其丰富的法学知识和实践经验,对《中华人民共和国民法典》中关于校园安全的条款进行了深入解读。他巧妙地将法律条文与实际案例相结合,以案释法,使抽象的法律知识变得生动具体,易于理解和应用。讲座内容翔实,案例贴近实际,学员们在轻松的氛围中掌握了校园安全管理的法律要点。

下午,福州市教师进修学校副校长余文斌为大家作题为《思政教育与校园安全建设的融合及其实践路径》

的专题讲座。余文斌从领导力、延展力、生活力、阅读力和教学力5个方面,强调了作为学校的领导者要有驾驭工作的掌控能力、有重塑自我的专业能力、有营造“大环境”的能力等。他用一个个鲜活的案例解读了作为校长如何从思政的角度去影响学校,带动学校的发展。

讲座中,余文斌与学员们互动交流,倾听各位校长在实际工作中会怎样处理相关的案例。学员们精彩的发言碰撞出智慧的火花,为学校管理和校园文化建设等方面工作提供了许多宝贵的意见。

思想的火花正闪现,管理的前路被照亮。为期2天的培训圆满结束,专家们的引领,启迪打开了校长们的管理思路,为充分发挥校长们的引领力,推动学校内涵发展注入了新的活力。