

高考放榜后,天一四学子笑傲江湖 全无锡都想知道这些学霸如何养成

又是一个不眠夜,6月24日晚8时左右,江苏省高考成绩放榜。无锡老小考得如何?学霸是如何养成的?436分、又是一个436分,418分、又是一个418分,这两天天一中学的4名学生成为市民关注的人物。在这些优秀学身上,记者发现:他们都能专注地投入学习,自主能力强不用家长、老师操心,心态很好遇到困难不言弃。

数学 | 卷满分 一模遇挫从零开始

语文 127、数学 160+36、英语 108、物理 A+、化学 A+、附加分 5,总分 436

看到自己的高考成绩,郭宇涵有些意外。“我没想过自己的数学 I 卷能考满分,总分也比自己预估的高出了 16 分。”她笑说,之前一模考砸了,年级排名跌到了 60 多名。“我并不确定自己高考是不是全班第一。”24 日晚 9 点多,她仍不确定成绩处于什么水平。

回忆起自己的高三生活,她很感谢班主任卫晓燕。“我一模考砸的时候,卫老师鼓励我说,‘不管你考多少分,都是我们的郭宇涵’。”老师对她的信任与支持,让她重拾信心,从零开始,不让过去的失败,荣誉影响自己。做好规划,每天都是全新学习的一天。

郭宇涵从小学开始,就喜欢数学。中学时代,她钻研数学竞赛,与爱好数学的同学们共同成长。高考前有段时间,班上的同学和老师还组成了 10 人数学研究小组,互相出题、解题。“我在



郭宇涵

小组里也出过两道原创的题。从出题者的角度看数学,能给我以启发。”对她而言,数学太有趣了,每解出一道难题都有愉悦感。“数学是一种抽象、简洁的学科,上大学后我准备学计算数学专业。”

除了潜心学习,郭宇涵还是个多面手。弹钢琴、下围棋、打乒乓球、参加作文比赛、加入药用植物社,在天一校园里,处处可以看见她的身影。郭妈妈说,在孩子成长过程中,家长最关注的是培养良好的学习习惯和逻辑思维能力。“专注力很重要,对自己在做的事情要充分投入。”

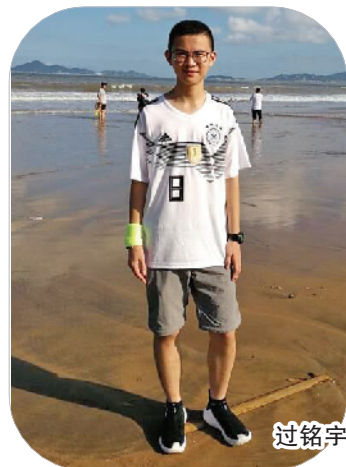
高考前每天跑 4000 米 专注和思考是学习心得

语文 127+35、数学 141、英语 110、历史 A、政治 A+、附加分 5,总分 418

高考成绩摆在面前,过铭宇直言:“我真的是运气好!”回顾他在高三的模考成绩,他坦言基本上在全班第四名至第八名之间徘徊,没考过第一名。“仔细想想,其实每门课我都可以考出好成绩。只不过这次是 3 门都表现不错。”说到这里,这个阳光大男孩发出爽朗的笑声。

“专注和思考是我的学习心得。”他认为,高三不能再单纯地做题了,要至少投入 90% 的专注度让大脑充分运转起来。“针对自身感到难点的题,我会找这类题目的母题,把这种题目掌握住,其他衍生的题目将迎刃而解。”他说,比如解析几何、函数、数列等知识点的题他会吃透,而一些已经掌握的知识点的题不值得花费太多时间。

在天一学习的这几年,过铭宇还养成了运动,特别是跑步的习惯。“我曾经特别讨厌运动,但是老师鼓励我们多出去锻炼,我也就开启了跑步的人生。甚至到了一天不跑都不在状态的地步。”一开始他



过铭宇

每周绕天一校园跑 3 次,高考前两个月他每天绕操场跑 4000 米。他说,跑步能调整身心状态、愉悦心情,更重要的是,“人生就像长跑,既要看准前方的路,也要走好脚下的每一步,努力过好每一天。”

让他坚持跑下去的,还有爸爸书柜里关于张朝阳的书籍。“我把张朝阳当‘星’一样追,企业家身上的执着,面对困难不退缩的精神让我很有感触。”他说。如今,他已经把暑假安排得满满当当,多看些哲学类的书,自学初级编程,学学托福,还要旅游。过爸爸说,高考填报志愿在即,希望孩子能够照着自己的想法决定,家长会全力支持他。

估分不准收获惊喜 每场考试都有遗憾

语文 134、数学 149+38、外语 110、物理 A+、化学 A+、附加分 5,总分 436

“24 日晚 8 点可以查分的时候,我们还在飞机上。”李心晔的爸爸说,“我心里抖得比飞机还厉害。”直到晚上 9 点多飞机降落后,查到了分数,一家三口悬着的心才放下。

记者见到李心晔时已经是 24 日晚 11 时许,距离她得知成绩已经过去两个小时,她仍难掩心中的喜悦。“得到这样的成绩我很激动。”她说,“其实我高考后感觉很不好,交卷前语文改错了一道选择题,英语改错了两道。”查分前的这段时间,她一直情绪低落,想通过旅游来舒缓情绪。短短半个月,她已经去过了北京、重庆、日本名古屋等地。

“每次考试,我估分都不太准,总觉得没考好。可能也是这种不安促使我好好学习。”这个短发女孩总是对自己的成绩不太满意,在她看来,每场考试都有遗憾,能做到却做不好让她缺少了自信。而她失掉的自信常常被李心晔的爸爸填



李心晔

满。“从小到大,不论是在天一实验学校还是天一中学,女儿都让我很放心,她知道要做什么,自制力也很强。我相信她。”李爸爸说。

告别高中生活的李心晔对天一的自习课念念不忘,她说:“如果让我一直在天一学习我都愿意。”在自习课上,每当她发呆时看到身边的同学沉浸在学习中,便会很快收回思绪,重新投入学习。对李心晔来说,一个能自在学习、效率很高的学习“场”非常重要。在李爸爸看来,每个孩子都是不一样的,学习方法不能复制,重要的是要找到适合自己的方法。

预料之中的高分 热爱阅读打算写小说

语文 129+33、数学 138、外语 113、历史 A+、政治 A+、附加分 5,总分 418

在获得较好成绩的学生中,陈瑜萱表现得更淡定从容。她说:“最终成绩跟估分差不多,外语略高些。”基础扎实、心态稳定是陈瑜萱能在高考中发挥不错的必要条件。

语数外三门功课,她基本上能保持稳定的成绩,除了数学。“我的数学成绩常有波动。为了补短板,我会关注一些错题、难题。”陈瑜萱牢记数学老师谢志平说过的一句话:即使是难题也经不起反复研究。由此,她更有动力去拿下一道道数学题。不赶作业,是孩子给陈妈妈留下的一个重要印象。“她回家第一件事就是看书。看完书就高质量地完成作业。”陈妈妈说,陈瑜萱非常自觉,不用家长的督促。

文学是陈瑜萱的真爱。从小妈妈就会给她讲睡前故事,长大点带她去图书馆、书店。母女两人一人手持一本书,细细品味。小学三年级时,她写过一篇《巴黎圣母院》的读后感,这几天她正在看《罪与罚》。文学作品中经典书籍对她吸引力更



陈瑜萱

强,光《红楼梦》就看了很多遍。

陈瑜萱的阅读量很大,初中时每周读两本书。进入天一中学,她发现学校开设了专门的阅读课,教学楼内还有大量藏书的开放式图书馆,她每年大约能读二三十本书。她说:“书籍能够拓宽人的眼界,让我们去经历无法经历的事情,涵养我们的心灵成长。”暑假期间,她打算写小说、写诗,进行文学创作。她曾获得江苏省第十八届“苏教国际杯”作文大赛特等奖。“我特别喜欢吕思勉的《两晋南北朝史》。我想以架空的一个朝代为背景,写一个追求理想的故事。” (俞华)