

## 优秀学子养成记

7月25日，高考成绩公布，我市考生通过各种渠道查询到自己的高考成绩。记者采访了其中两名取得优异成绩的考生，了解他们的学习心得体会、励志成长经历、家庭教育模式，看优秀学子是如何养成的。

### 郭舒琪：会做计划爱读书



郭舒琪

□文/本报记者 尹晓玉  
图/本报记者 杨光

语文136分、数学148分、英语138分、文综239分、总分661分，这是漯河高中学生郭舒琪今年的高考成绩。她是一名来自农村的女孩，没有上过任何辅导班，11岁进入寄宿学校，心中一直装着要成为一名教师的理想。7月25日，记者联系采访时，她的电话很长时间没人接，因为她把手机调了静音，正淡定地在市图书馆看书。今天，就让我们一起走近这个朴素、温和、热爱读书、有坚定理想的女孩。

#### 学习：掌握方法+制订计划

今年18岁的郭舒琪是郾城区商桥镇商西村人，父母一直在漯河周边打工。小学在村里的学校就读，11岁离家进入郾城区一所寄宿制中学。从此，学习全靠自己。

谈到如何取得好成绩，郭舒琪说，首先要找到适合自己的学习方法；其次要做好“三个本”，即课本、笔记本、错题本：认真跟着老师学习课本知识，用笔记本把主要的知识点摘录出来，把每次考试的错题整理到错题本上反复研究；最后要制订学习计划，越具体越好。

“学习一定要有计划，我上高中以前，成绩没有现在好，主要就是学习效率不高，且计划性差。”郭舒琪说，进入高中后，在学校和老师的引导下，她每天都制订学习计划，详细到

以小时为单位，规划好什么时间段学什么内容。在郭舒琪的书包里，依然保存着她在高考前两天制订的计划表，吃饭、学习、洗漱、睡觉等内容都有具体的时间。

#### 家校：合力为学生保驾护航

究竟什么是好的学习习惯？怎样养成好的学习习惯呢？

郭舒琪的班主任郭双飞表示，“预习+听课+复习”就是非常好的学习习惯。“郭舒琪就有这个好习惯，比如我今天要讲第三课，她已经预习到第六课了。提前预习两到三节课，上课认真听，排除预习中遇到的疑惑，课后做好复习。”郭双飞说。

此外，家长和老师的配合也是学习成绩好的重要保障。为了把学生的任何分心行为扼杀在萌芽状态，郭双飞每周都开家长会，郭舒琪的家长从来没有缺席过，每次都认真跟老师交流孩子的情况。

家庭的支持在一些细节上，也体现得淋漓尽致。成绩出来的前一天晚上，郭舒琪十点左右就睡觉了，父亲郭志刚则一直守着电脑等着给女儿查成绩。“一直到凌晨3点多才查出来她的成绩，当时一看比估计的多三四十分，特别高兴。”郭志刚说，他激动得睡不着，开始在网上查看女儿的成绩可以报考什么学校，一直查到早上六七点。

#### 理想：做一名闪闪发光的老师

学习之余，郭舒琪最大的爱好就是读书，主要读一些国内外名著。读书和跑步是她缓解学习压力最主要的方法。即便高考已经结束，她依然没有停下学习的脚步，每天坚持到市图书馆看书、学习。

谈到理想，郭舒琪坚定地说，她要成为一名教师。“我就觉得我的老师们都特别伟大，站在讲台上，教书育人时，浑身都散发着光芒，我就想成为这样的人。”

#### 天气预报

今天 多云到晴，19℃~29℃

明天 晴间多云，21℃~31℃

后天 晴转多云，22℃~30℃

市气象局提供

### 于佳艺：自律是好成绩的保障

□文/本报记者 尹晓玉  
图/本报记者 杨光

7月25日，是2020年高考放榜的日子。来自漯河高中的于佳艺同学取得了语文135分、数学137分、英语142分、理综295分、总分709分的好成绩。当天下午，记者采访了于佳艺及她的父亲和老师，一起探讨优秀学子养成记。

#### 考生：三种心态+学习方法

家住市区文萃江南小区的于佳艺，学习成绩在学校一直名列前茅。初见时，她给人开朗、健谈、爱笑的感觉，很有个性。目前，她已被清华大学医学专业录取。之所以选择学医，是因为新冠疫情让她对医生这个职业有了更深入的了解，也从内心更加钦佩和崇拜，从而希望自己能成为一名医生，成为自己心目中的“超人”。

谈起大家都比较关注的如何取得好成绩等问题，于佳艺表示，把握好学校的学习非常重要，她没有上过课外辅导班。同时，保持三种心态也非常重要：求学心态，就是要有自主学习的意识；日常心态，就是要在生活中保持平和充实，有规律地度过每一天；应试心态，即按照高考考试的标准不断地练习，把平时的每一次考试都当成高考对待。

“此外，要想学得好，首先应该努力找到适合自己的学习方法。这个寻找的过程，需要自己总结，和同学交流经验，向老师请教。”于佳艺说，题海战术也很有必要。进入高中后，仅仅靠老师布置的任务，想要取得好成绩显然是不够的，应该买一些老师推荐的教辅资料和试题给自己加量。

#### 老师：自律是好成绩的保障

相信很多人都想知道，于佳艺取得这样的好成绩，究竟是如何学习的。于佳艺的班主任李鹏说：“影响学生学习成绩的因素有很多，但主要因素一方面是学生的自律性，一方面是学生所处的家庭氛围。”

于佳艺高考取得好成绩，在李鹏看来是意料之中的事。“她是一个高度自律的孩子。无论我什么时间进教室，看到的于佳艺永远是在自己的座位上学习。”李鹏说，疫情期间学生在家里上课，每天需要打卡。于佳艺没有



于佳艺

手机，就向他申请是否可以不打卡。“我非常相信她，就同意了。她是全班唯一一个疫情期间在家上网课不打卡的学生。”李鹏说，事实证明，自律是她取得好成绩最根本的原因。

#### 家长：宽严适当 言传身教

除了自身因素，家庭氛围对学生的成绩也是至关重要。于佳艺生活在一个怎样的家庭呢？父亲于保钢告诉记者，他和爱人都是做生意的，平时非常忙，对于佳艺的学习，他们基本不过问。

“她从小就是自主学习，我和她妈妈基本没操过心。”于保钢说，他们的家庭氛围属于宽严适当型的，在学习上给予孩子宽松的环境，以鼓励为主，很少打击指责。但在做人做事方面，对孩子要求甚严。

“做人正直善良，个性坚强有韧劲，是我们对于佳艺的要求。同时，我认为，严父严母并不是对孩子要求严格，而是对自己要求严格。生活中，我们很少去说教，更注重言传身教。”于保钢一再强调，他们家基本不说教，而是家长在严格要求自己中，带动孩子养成良好的生活习惯和学习习惯。

谈到假期生活，于佳艺表示，她准备考驾照，同时考虑学小提琴。“我一直把清华大学的校训‘自强不息、厚德载物’作为座右铭，不断督促自己努力。”于佳艺说，希望学弟学妹们，也能找到适合自己的学习方法，加强自律，不断努力，为梦想拼搏。