

泉州晚报社小记者对话安溪一中考上清北的学子与优秀班主任 吸收优秀经验 领悟高效方法

“问渠那得清如许，为有源头活水来。”7月29日，安溪一中“思维之光，桃李之华”小记者对话清北学子与优秀班主任活动火热开场。来自安溪实小、沼涛实小、第三实小、逸夫实小、第五小学、第十七小学的近20名小记者，对话即将入读清华北大的詹舒雯、何其乐、王泽楷、林启鹏四位学子及高三18班的班主任陈鹏腾老师，探秘高效学习与文理思维。

几位学长与小记者倾情分享学习心得。何其乐强调夯实基础、攻克难题，善用心理暗示；詹舒雯重视课堂专注与假期预习；王泽楷传授“圈点勾画”与答题模板积累；林启鹏指出态度为首、坚持与复习并重。班级高考平均分660.13分的陈鹏腾老师揭秘“法宝”：精准落实“一生一策”，深挖优生短板定制方案；设计差异化“思维训练台阶”，精准查漏补缺，强力支撑学生卓越表现。

■融媒体记者 黄碧云 刘静梅 黄巧玲 文/图



★对话优秀学长

□小记者 林奕旗
(安溪县沼涛实验小学六年级)

伴着天边微微的红晕，忆起那次谈话中“听君一席话，胜读十年书”之感，遂提笔记下那半日难忘之谈。那是一个下午，我参加小记者团举行的对话活动。已被清华北大录取的几位学长走入会议室瞬间，掌声如雷鸣般响起。他们就坐在我的旁边，柔和的面部线条上洋溢着灿烂的微笑，令人心生亲切。

在融洽而热烈的气氛中，我们开始了采访。我很幸运，得到了第一个采访学长们的机会。我把学习上的疑问向各位学长虚心请教，他们把各自的经验与方法倾囊相授。我们如同汲取着雨露的小草，一轮采访下来受益匪浅。

在这堂特别的课上，我领悟到了许多实用的学习方法。我学会了如何战胜“拖延”，进行有效的时间管理，“逼”自己完成高效的学习；学会了在失利后如何调节心理状态，给予自己积极的心理暗示；也了解到了不同阶段在学习上需要注意的地方。

(指导老师:陈晓进)

★一次特殊的采访

□小记者 陈梓玮
(安溪县第十七小学五年级)

今天，我们参与了一场独特的采访，身为小记者的我们有幸来到安溪一中，与四位即将入读清北的学长共同讨论学习秘诀。几位学长

给出的回答令我们受益无穷。

采访中，有同学提出了考试前多刷题是否有用，几位学长告诉我们，刷题也要分情况。比如英语这种要背要记的科目就建议每天晚上刷一些题，但数学考的是思维，就算每天都刷题也不一定能刷中。提问过后，学长们拿来了各自的录取通知书与我们合影，还告诉我们，他们会在清华和北大等着我们。

这次采访令我们进一步了解了如何更有效地学习，使我们受益无穷。我一定会好好从中总结出适合自己的学习方法，不断提高学习效率，努力取得好成绩，成为一个对社会有用的人。

(指导老师:陈婉腾)

★勇攀高峰

□小记者 黄国璋
(安溪县沼涛实验小学六年级)

在这次采访中，我们问了不少问题。比如你们是如何将书读得那么好的？做题你们有什么诀窍？而学长们的回答是：考试完要整理错题本，上课时认真听老师讲，做题时要圈出重点。

这些回答看上去是那么简单，却很少有人真正做到。有小记者提问关于学好数学的诀窍时，学长何其乐告诉我们——多做题。多做题能提高自己的上限和下限，还能锻炼自己，使自己做题时更加细心。不过，何其乐学长又告诉我们，现在的数学考试中的最后一题一般都会比较新颖，这种题单靠刷题效果有限，关键在于理解和找到思路。



在安溪一中的“智慧之门”合影

★努力的方向

□小记者 陈思
(安溪县实验小学六年级)

七月末的午后，阳光透过窗棂，在安溪一中侨贤楼接待室洒下斑驳的光影。作为小记者团的一员，我有幸参与了一场与即将就读清北的学子们的珍贵对话，心中的迷雾仿佛被一束束智慧的光芒悄然驱散。

谈起学习方法时，被北大元培学院录取的何其乐学长的一番话让我们茅塞顿开。他告诉我们，很多题目我们其实不会，往往是因为粗心导致审题不认真或者数字看错。这种情况可以通过更专注地打好基础来筑牢下限，再通过不断攻克难题提高上限。

经验丰富的陈老师也强调，只有沉下心来钻研，方能厚积薄发。陈老师特别指出，要避免在基础题上失误，这是攀登高峰不可或缺的基石。学长们和陈老师关于学习态度、学习方法、习惯养成等方面的观点，令我们豁然开朗。

最让我们激动的，还是学长们现场打开录取通知书的瞬间。清华和北大两座巍巍学府是我们心中的灯塔。当清华大学的录取通知书被缓缓打开时，现场响起一阵惊呼——原来通知书上镶嵌着立体的“清华门”纸雕。那扇门就是我们要努力的方向。

这场与四位学长们的短暂“见面前会”带给我们的启发远未结束。我们将满载着他们的祝福与希望，向着新的目标坚定前行。

(指导老师:柯建州)