



佛山四名高分考生合影 羊城晚报记者 景瑾瑾 摄



茂名两名高分考生在母校合照留念 羊城晚报记者 全良波 摄

深圳有15名学生进入全省文理科前50名,成绩被屏蔽。其中,深圳中学文理科屏蔽生占据6席,分别是理科的练文卓、曾子渝、姚文涛、诸建璋,文科的常佳雨、熊世超;深圳高级中学、深圳外国语学校各有3个考生成绩被屏蔽,分别是深圳高级中学理科的吴子奇、彭诗懿,文科的吴佳霖;深圳外国语学校文科的惠婧、边美霖,理科的郑若琪;另外,深圳实验学校文科的叶子琪、红岭中学文科的刘雨佳、宝安中学文科的苏奕丹3名考生的成绩被屏蔽。

练文卓(理科) 学习最重要的是培养耐力

“高中学习只要跟紧老师的节奏,上课认真听讲、下课认真做作业就可以了,不需要额外补课。”练文卓说,学习最重要的是培养耐力,坚持体育锻炼就是培养耐力的一种方式。他表示,自己从小学一年级开始就练习打羽毛球,即使到高三也保持每周一次羽毛球训练;同时,他还会每天放学后去操场跑五圈,每周至少跑一次3000米。

他认为,有一个好的身体,学习起来也更有精神。在整个高三备考期间,他早上6点半起床,晚上11半睡觉,学习和生活非常有规律。

熊世超(文科) 坚持“总分最大化”原则

“高三学习之余,我最喜欢跳街舞,这是我的‘解压秘笈’。”动静皆宜的他认为,复习有方法加上通过街舞解压,自己的学习生活比较有节奏。他牢记地理老师说的“总分最大化”原则,表示:“与其浪费太多精力在上升空间有限的某一强科上,不如攻一攻相对较弱的科目,收获会更大。”

吴佳霖(文科) 学习要“不以物喜不以己悲”

“高中学习需要的是一种封闭自我的环境,要排除外界的干扰。”她认为,进入“不以物喜不以己悲”的境界,学习就成为一件自然而然的事,并且可保持高效的状态。她表示,自己在学习之余会看一些书,鲁迅、辛弃疾、施耐庵是她最爱的三位作家。“作为一个文学爱好者,我很喜欢鲁迅,鲁迅的笔锋冷峻但文字背后有一颗炽热的心,这也是我自己的写作理念。”

彭诗懿(理科) 不能只谈理论,应该多做题

“有些同学笔记做得非常好,但只翻笔记,遇到题还是用不到,一定要多练习。”她表示,作为理科生一定要多做题,不能只谈理论。她平时非常注重劳逸结合。“我们只有周六放假,我就在周五晚上把功课都做完,周六全天放松。”她说,学的时候要认真学,玩的时候要开心玩。同时,钢琴和小提琴也是她的最佳“伙伴”。“一两首曲子下来,心情能平静很多。”

深圳中学高三年级长钟蔚涛: 学生普遍自律、追求较高

学霸都有哪些共性呢?深圳中学高三年级长钟蔚涛表示,深圳中学的学生在学习习惯上都有共同特点,“首先普遍自律,对自我有比较高的追求,能够比较合理地安排好自己的时间,在学习上能跟上老师的节奏,课后会主动整理归纳,找出自身薄弱地方,再找老师解决疑问”。

同时,钟蔚涛表示,深圳中学的学生们在兴趣爱好上各有特点,“学生都比较有个性,在高一、高二提供了很多社团锻炼机会,有机会发挥兴趣爱好和特长”。

(文/图 沈婷婷 王磊)



学习应该有章法 能文能舞是秘诀

2019广东高考成绩放榜后,全省文理科前50名的“学霸”们收到成绩被屏蔽的信息。他们中有的非常专注学习,有的在学习之余还喜欢玩游戏。但对他们来说,取得高分都需要脚踏实地的努力,而不是凭空幻想突然逆袭。他们大多表示,学习需要一定的章法,要按照个人的学习习惯制订计划,才能有节奏地高效学习。

放榜后,羊城晚报记者也走进全省各地的“学霸”中学采访。珠海第一中学出现“最牛班级”和“学霸宿舍”,一个文科班5人成绩被屏蔽,一个理科班6人成绩被屏蔽,甚至有一个宿舍3名学生同时收到成绩被屏蔽的信息。在这所“学霸”中学,记者了解到,让学生保持个性、鼓励学生能文能“舞”是该校的教学秘诀。

汕头市共有9名考生成绩被屏蔽,其中汕头市潮阳实验学校7名、金山中学2名。潮阳实验学校的7名学生中,3名理科、4名文科,文理科的屏蔽生人数均居汕头市第一。该校负责人表示,潮阳实验学校今年2343名学生参加高考,2021人进入高分优先投档保护线(即文科类546分,理科类495分),该档的上线率达到86.26%。

施宇轩(理科) 平时多与老师沟通和交流

“我非常惊喜,比我预料中的要好。”施宇轩说,他的学习秘诀是平时经常与老师沟通和交流。施宇轩很注重劳逸结合,他的兴趣很广泛,特别喜欢打篮球和羽毛球;而且经常参加辩论赛,还担任了学校模拟联合国和辩论社团的社长。他认为,课外的实践经历对于自己的学习帮助很大,不仅让自己学会了如何管理时间,也让自己在学习中更加高效地利用好每一分钟。



刘熙铭(文科) 不要“开夜车”,不要自我加压

“我不是特别自信的人,好在有老师和同学的鼓励。”刘熙铭说,良好的学习氛围让他鼓足信心,以最佳状态迎接高考。他说,自己习惯列知识清单、分题型重点复习,经常对自己的知识点进行查漏补缺,并保持自己稳定的生活节奏,“我觉得保持正常的作息时间非常重要,不提倡‘开夜车’,不给自己过度加压”。



姚相禹(文科) 不要盲目地死记硬背

千禧年出生的姚相禹是土生土长的潮阳人。初中开始,他就在潮阳实验学校读书。受家庭环境影响,他从小喜爱阅读。姚相禹表示,文科总离不开背诵,但更重要的是理解,而不是盲目地死记硬背。高中阶段,姚相禹平时测试成绩基本位列全校第一,是学校里典型的“学霸”。高三连续七次周测,他的数学成绩都是满分。今年高考考出好成绩,他表示,学校科学的管理制度为他营造了一个良好的学习环境,让他能够有计划、有目标地高效复习。



(文/图 赵映光)

广东高考放榜,湛江有4名考生成绩被屏蔽,其中文科1人,为林君彦;理科3人,分别是周倬孚、洪振峰、李鹏翔。这4名学生全部来自廉江市实验学校。

周倬孚(理科) 将细节做到极致就是胜利

在廉江市实验学校高三三班中,周倬孚的成绩常年稳居第一。他平时喜欢音乐,尤其喜欢弹吉他,为了考上心仪的大学,整个高三都没有碰过吉他。在他看来只有明确目标,学习才更有干劲。说起自己的学习心得,周倬孚说他自己非常注重细节,从格式、字体和标点都会做到极致,“将细节把握住,才能避免少犯错误或者不犯错。”在班主任林堪能眼中,他是一个学习勤奋、刻苦认真的学生。林老师说,以前周倬孚的生物成绩相对薄弱,老师根据实际对他进行针对性的训练,最终成功将生物学科的“短板”补齐。



(文/图 袁增伟 王德斌 张思燕)

茂名共有两名理科考生的成绩被屏蔽,分别是来自高州中学的朱权浩和苏亮。

朱权浩(理科) 面对网游等诱惑需自律

朱权浩的目标是进入清华大学,计算机、自动化、人工智能是他在考虑的专业。回顾整个高中历程,他认为学生时代面对网游等诱惑必须自律,不能迷失自我才能成长。



高一时期,朱权浩沉迷游戏,成绩下滑明显。在父母多次规劝下,他反思悔改,专心学习,周末回家也自觉限定了玩游戏的时间。“爱玩是人的天性,对高中生而言,外界更充满诱惑,容易让人迷失,要学会自律。”他说,进入高三后,自己紧跟老师安排,规划好自习时间,在平时的练习中善于分析错题,使得自己的成绩提升很多。

苏亮(理科) 善于总结错题寻找错因

苏亮是一名复读生,2018年高考由于志愿填报后对录取结果不满意,选择了到高州中学复读。他认为,高三学习要学会进行心理压力疏导,建议学弟学妹在平时的学习中注重总结。他表示,复读刚开始时,身边同学的测试分数很高,让他有很大压力,通过适当的运动让他逐渐找到解压方法。他建议,备考时不要害怕错题,要常做总结弄明白为什么会错,不要“跌入同一个坑好几次”。



高州中学校长钟革辉: 八“题”箴言指导精准教学

高州中学校长钟革辉表示,学校注重教学与学习方式变革,实施精准教学,提高备考有效性。从教学的角度,高州中学强调八句话:把握时代主题、关注社会话题、剖析高考真题、科学确定专题、使用合适试题、找到学生问题、编制有效习题、教会学生答题。

他说,把握时代主题,教师要精准把握高考动向,切勿经验主义;关注社会话题,特别关注社会的热点问题和一些重要高考信息;剖析高考真题,通过研究高考真题,把握复习重点;确定科学专题,在研究课标、考试大纲说明、近几年高考试题分析的基础上,确定复习专题;使用合适试题,要结合学生实际,选择合适的考题,不能打击学生的积极性和信心;通过考试找到学生存在的一些问题;编制有效习题,针对学生存在的问题,有针对性地进行编制习题,让学生强化练习;教会学生答题,答题有一定的技巧,要把该拿的分拿到,要把知识和能力全部转化为分。

(文/图 全良波)

广东高考成绩放榜后,来自梅州东山中学的文科生张钰宁成绩被屏蔽。

张钰宁(文科) 平时注重拓展阅读面

采访张钰宁时,她戴着一副眼镜,穿着一件白色T恤,文文静静的“文科生”样子。她从小就喜欢文学,平时注重扩展阅读面,特别喜欢看文史类书籍和阅读古诗词。谈到考试的秘籍,张钰宁表示,心理方面要始终保持冷静、淡定,在平时的学习中打牢基础、尽量细心。目前,张钰宁已经收到清华大学招生预约。



(文/图 危健峰)

张煜豪(文科) 学习过程中心态很重要



“高三上学期由于心理压力大,曾出现失眠,凌晨2时还睡不着。”张煜豪说,经历失眠后他及时调整了自己心态。他认为,在复习过程中,心态很重要。

郭文杰(文科) 适当玩玩游戏可以减压



成绩一直保持在全年级前十名的郭文杰说,他最大的兴趣爱好就是打游戏。“打游戏很久了,几乎每天都打,甚至高三的时候也没有停下手中的游戏。”他说,打游戏只是他减压的个人方式,该玩就玩该放松就放松。

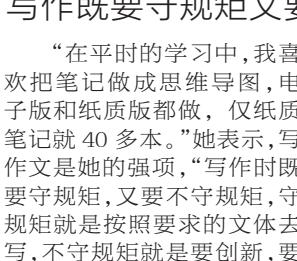
黄森杰(文科) 要领悟知识点背后的逻辑



“小时候以为大学就只有清华和北大两所,以为考上清华、北大很容易,长大后才知道这不容易。”黄森杰说,要取得高分不能靠死记硬背,要学会理解,领悟知识点背后的逻辑。

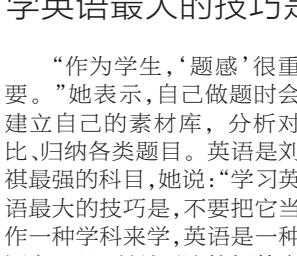
(文/图 吴国颂)

陈悦心(文科) 写作既要守规矩又要创新



“在平时的写作中,我喜欢把笔记做成思维导图,电子版和纸质版都做,仅纸质笔记就40多本。”她表示,写作文是她的强项,“写作时既要守规矩,又要不守规矩,守规矩就是按照要求的文体去写,不守规矩就是要创新,要有自己的想法”。

刘祺(文科) 学英语最大的技巧是“应用”



“作为学生,‘题感’很重要。”她表示,自己做题时会建立自己的素材库,分析对比、归纳各类题目。英语是刘祺最强的科目,她说:“学习英语最大的技巧是,不要把它当成一种学科来学,英语是一种语言工具,所以要比较好的应用它,把它当成认识世界的工具,比如看一些英文原著书籍、英文电影等。”

制图/夏学群

廉江实验学校

将细节做到极致就是胜利

在廉江市实验学校高三三班中,周倬孚的成绩常年稳居第一。他平时喜欢音乐,尤其喜欢弹吉他,为了考上心仪的大学,整个高三都没有碰过吉他。在他看来只有明确目标,学习才更有干劲。说起自己的学习心得,周倬孚说他自己非常注重细节,从格式、字体和标点都会做到极致,“将细节把握住,才能避免少犯错误或者不犯错。”在班主任林堪能眼中,他是一个学习勤奋、刻苦认真的学生。林老师说,以前周倬孚的生物成绩相对薄弱,老师根据实际对他进行针对性的训练,最终成功将生物学科的“短板”补齐。



(文/图 袁增伟 王德斌 张思燕)