

三年前,2020年秋季,江门市培英高级中学(简称“培英高中”)锚定教育高质量发展的目标,着眼于家长和学生优质教育日益增长的需求,在探索“特色教育”之路上迈出了坚实一步——首次面向市直和两区招收推荐生,并面向江门各县(市、区)招收优秀自考生,成立献章书院,创办献章班,打造学校的“龙头”班级。

三年后,2023年6月,培英高中首届献章班学生毕业了!该校校长邹治红感慨地说:“在献章班的带动下,这届高三全体师生奋勇拼搏,经历了新冠疫情的重大考验,适应了新一轮高考改革,在高考中交出了一份漂亮答卷,创造了培英高中高考新辉煌!”

文/潘诗欣 图/潘诗欣 受访者提供



高考壮行会。

## 首届献章班毕业生分享学习方法

7月10日,刚刚经历完高考的几名献章班学生相约回到母校,希望在进入大学前与高中老师再好好聊聊天,好好逛逛校园,拍下几张照片,留下珍贵的记忆。相聚中,师生畅谈这三年发生的开心事、难忘事,并分享了自己的学习经验。

### 曹培忠 目标清晰,均衡发展

曹培忠品学兼优,在高一入学时便考进培英高中献章班,直至高考结束,成绩都稳定保持在全年级前10名。

“他很有学习方法,效率很高。”“他的心态很好,不光学习厉害,运动也很棒!”……说起曹培忠,曾与他同窗的同学纷纷夸奖起来,并祝贺他在高考中取得了621分的好成绩。

高中学习时间紧任务重,面对浩如烟海的学习内容,曹培忠说自己能取得优异成绩,是得益于目标清晰和均衡发展。他介绍,所谓目标清晰是指自己一直以来都有列计划表的习惯,进入高三之后更是列出了每个科目的高考目标分数,激励自己不断进步。均衡发展则是指自己十分重视提高弱势科目,注重补齐短板,例如针对弱项英语,会每天多做几篇阅读,而对于数学这一强项,也会多刷题,多总结,让成绩保持稳定。

“不过,我也曾遇到瓶颈期,有一段时间无法进步,不能突破,班主任及级长对我进行了辅导,我很快就调整好了心情,继续前进。”曹培忠说,学习路上难免遇到一些挫折和瓶颈,心态非常重要。“努力学习,多多运动!”曹培忠寄语师弟师妹们,在宝贵的高中时光,要发自内心地热爱学校、保持谦虚、努力学习。



曹培忠说,学习路上难免遇到一些挫折和瓶颈,心态非常重要。“努力学习,多多运动!”曹培忠寄语师弟师妹们,在宝贵的高中时光,要发自内心地热爱学校、保持谦虚、努力学习。

### 谢炜 自学能力强,善用错题本

“他的学习态度良好,自学能力强,总是有一股钻研精神,经常利用课余时间向老师请教问题,是班里勤学好问的代表人物。他的理科较强,尤其是对数学非常有热情,基础很扎实,高三下学期几乎每次模拟考,数学都是年级第一。但他的文科相对薄弱,这对他来说是一个致命伤。经过与他多次谈话,他意识到了均衡发展的重要性,在高三奋起直追,高考成绩逆袭。”谈起学生谢炜,数学老师李馨如是说。

其实,进入高中时,谢炜的成绩并不突出,而且还存在“理科强,文科弱”的情况。各科任教老师密切关注,尤其是针对他的弱势科目语文、英语,科任老师经常主动找他聊天,对他进行有针对性的指导。“其他科目的老师也不会放松,比如数学老师特别注重抓细节,要求我们规范答题,养成良好习惯。生物老师会在我不好的时候为我做心理辅导等。”谢炜说。

除了紧跟着老师的步伐走之外,谢炜还有一个重要的学习方法——善用错题本,除了英语和语文



外,其他科目都有整理错题本,平时注重多做题,多看错题,不懂就问,总结经验。

“高考我的总分是622分,从高一入学时全级295名进步到全级第一名,总算实现了‘文科提升、总分逆袭’的目标,这离不开所有任教老师的悉心指导!”在得知高考成绩后,谢炜对老师们表示感谢。

### 刘畅 善于总结与反思,把错误转化成经验

“非常幸运,培英高中有成熟的管理制度、强大的师资力量、浓厚的学习氛围、能够与优秀的同学并肩作战,我取得了很大进步。”虽然当初是因中考失利而进入培英高中,但现在回想起三年高中时光,刘畅心存感恩。

“在这里,有丰富的社团活动,我曾加入街舞社,经常可以摆摊表演,锻炼自我;在这里,管理制度完善,严格管理学生带手机进校园,对培养我自律自强的个性很有帮助;在这里,老师们非常友善,全方位关爱我们;在这里,还可以与来自新疆的同学同吃同住,成为交心的好朋友……”刘畅娓娓道来,感谢在这里遇见的一切。

当中,他还提到了一个最想感谢的人——级长王运秋。“级长在办公室外面设置了一个意见箱,我们有建议都可以提,他十分重视,跟进得非常好。印象最深的是,进入高三后不少同学提出学习时间不够的问题,级长很快为我们解决了。学校特意在课后为我们高三级开放一楼自习室,让有需要的同学可以继续学习,大家你追我赶,学习氛围非常好。”刘畅说。

而谈及自己的学习方法,刘畅表示,复盘十分重要,要学会从多次的考试测试中总结和反思,把



犯过的错转化成经验。注意不要闭门造车,多找老师面批,可以帮助自己看到不足,及时查漏补缺。针对自己的薄弱科目物理,他还找了一个跟自己互补的“学习搭子”。“高考成绩出来之后,我超出特控线70多分,希望可以如愿入读广州医科大学的口腔专业或临床医学专业!”刘畅说,他已对大学生活充满憧憬,准备下个月就开始备考英语四六级。

### 陈浩章 全身心投入学习,重视学习效率

“得知高考成绩的时候,我把旁边的妈妈一把抱了起来,感谢培英高中给了我一个成就自己的机会!”回忆起高考查分当天的情景,陈浩章脸上立刻扬起灿烂的笑容,他说,能在高考中取得607分的好成绩,他非常满意,家人也十分开心。

当初,陈浩章从礼乐三中毕业,踏着分数线进入了自己的梦想高中——培英高中。他感到开心的同时,也担忧起来。陈浩章表示,开心是因为这里师资力量雄厚,环境优美舒适;担忧则是因为入学时自己在全级排名680多名,怕跟不上,落后于其他同学。

但他很快就调整好了自己的心态,跟着老师的节奏努力学习。付出很快有了回报,高一下学期,他顺利进入献章班,此后两年多也一直名列前茅。“书山有路勤为径,学海无涯苦作舟,我觉得作为一名学生,一定要勤奋学习。当你全身心投入到学习中,时间会过得特别快,也会从中获得成就感。”陈浩章说。

然而,在距离高考只剩不到一个月时,发生了一个小插曲——在一次联考中,他语文只考了72分,这是他高中三年来的语文最低分。“老师们非常关注我的状态,语文老师耐心帮我分析情况,教我学习方法。我跟着老师的方法,效果非常好,在下



一次考试中考出了120分,这让我信心大增,高考语文也考出了满意的分数。”陈浩章说。

回顾高中三年,他认为自己之所以能够一路过关斩将,在高考中取得理想成绩,除了勤奋之外,还离不开对学习效率的重视。陈浩章介绍,他每天早上都列好当日计划表,按部就班落实,为了学习效率达到最优,他会劳逸结合,在学习效率不高的时候安排做运动、睡觉、洗澡等。

# 『没有横空出世的幸运,只有不为人知的努力』

培英高中首届献章班毕业,高考交出漂亮答卷

## 首届献章班老师谈教学心得

好教师是学生追随的一束光。首届献章班能够在高考中取得优异成绩,总分600分以上学生9人,再创学校历史新高,这离不开老师们的循循善诱、谆谆教导。近日,首届献章班的老师们也就这三年的教学经验,总结了心得。

### 赵杏玲 严中有爱,温故知新



三年前,赵杏玲接到了一项重要任务,那就是担任培英高中新创办的献章班高一(13)班班主任和语文老师。如何才能打造一个“有班魂”的“龙头班级”,成为学校的一面旗帜?赵杏玲想来想去,最终实行了“严中有爱,温故知新”这一管理办法。

“教育,要让学生明白先学会做人,再学会做事的道理。每天早上学生收完作业,我都会利用10分钟早读前的时间,给学生做一个总结归纳工作,昨天有哪些做得好与不好的地方,从中得到哪些经验或教训,下一步要怎么保持或改善?所谓‘温故而知新’,只有不断反思自己,才能使后面的路走得更加顺畅。”赵杏玲说,很多同学刚开始都很怕她,但随着时间推移,了解到她其实是“刀子嘴豆腐心”,严厉中带着关爱。在日复一日的温故知新中,同学们也更加了解自己,更加主动与老师沟通,有问题都能得到及时妥善的处理。

“没有横空出世的幸运,只有不为人知的努力。高中三年,全班师生非常团结努力,每次考试后,我把临界生名单交给各科任老师,他们都二话不说,利用自修课或午休时间给学生面批试卷、做心理辅导。每逢有活动,家委会带领全班家长全力支持,成为我们强大的后盾力量。”赵杏玲说。

“在老师的带领下,孩子们不断进步。全班43个学生高考,有33个超过特控线,这让我们家长高兴不已!”该班学生谭树树的家长说。

### 李馨 让学生爱上学数学,做到心中有“数”



“学生只有爱上学数学,才肯投入时间和精力,不断征服新的知识点和难题,获得成就感。”李馨说。今年高考,她所任教的班级数学平均分超92分。

李馨表示,高中的数学知识,无论从深度上

还是广度上,都比初中有所加强,知识量明显增大,难度增强,不少学生在学习高中数学时会感到有一定的困难。解决方法之一是要让学生对高中数学的特点有所了解,做到心中有“数”,掌握科学的数学学习方法。此外,她认为,要想提高数学成绩,必须注重预习、认真听讲、做好笔记、独立完成作业、及时巩固复习。

另外,她还建议同学们都做一个错题本。“对于高中生而言,数学错题本的最大作用是便于后面的复习,当然,经常翻看错题本上的习题,也有助于数学思维训练。”李馨说,错题本在于慢慢积累,记录的时候不能只记录做错的题,更重要的是记录为什么自己会犯错,找出自己做题的思路。如果遇到不懂的问题就要及时问,有什么学习心得体会也可以经常和老师、同学交流。谢炜是她班里的学生,得益于他善于整理错题本这一重要学习方法,他在高考中数学取得了137分的好成绩。

### 肖政强 引导学生明确目标,均衡发展各学科



“要从优秀走向更优秀,需要引导学生做到目标明确、勤学好问、均衡发展”,肖政强从多年的教学中总结出来的这个经验,在今年的高考中再次得到了验证。

肖政强说,恰当的目标可以起到良好的引领作用,三年前组建班级时他就给全体学生树

立了“全班上本科,一半上重点”的班级目标,经过不懈努力,高考成绩大大超过目标,全班有6人总分在600分以上。

而引导学生勤学好问,则有利于营造良好的班风、学风,班里部分同学求知若渴,经常利用课余时间向老师请教问题,老师也耐心地进行辅导,让他们每天进步一点点。在他们的带动下,全班同学都变得爱钻研。

针对一些有潜力的学生,肖政强认为,均衡发展是关键。比如齐俊同学各科均衡发展,每次考试成绩都能名列前茅。对于基础好的同学,老师们也会时常为他们补充试题资料和视频素材等,拓展视野和思维,引导他们多维度去分析和解决生活中的实际问题,课堂中给予充足时间去探讨问题。

“课余时间,我还鼓励他们发挥学科特长,充当老师助教的角色,为周围同学解决一些学科问题,通过长时间锻炼,不仅提升了他们的学科素养和综合能力,还带动了周围同学共同进步。”肖政强说。

### 尹健欣 放平姿态,视学生为家人



“十年前我从培英高中高三(7)班毕业时,完全没想到十年后我会带着我的‘家人们’再次从培英高中高三(7)班毕业,即使身份已不同,但那份属于青春的炙热、勇敢、澎湃、激情依旧存在,我想这或许就是作为教师的幸福所在。”看着自己陪伴了三年的学生毕业,尹健欣十分感慨。

尹健欣是培英高中的毕业生,2020年硕士

研究生毕业后,她选择回到母校培英高中工作,任教于英语,并担任高三(7)班的班主任。短短三年,尹健欣获得了江门市高中优质课例展评(说课)二等奖、江门市微课征集(基础组)三等奖等奖项,还被评为江门市直教育系统优秀共产党员。在她的带领下,同学们也取得了很大进步,实现了“全员本科”的目标,其中还有9人超特控线。

谈及自己的教育方法,尹健欣坦言,在母校任教,学生就好像自己的家人一样,她时常亲切地称呼他们为“弟弟妹妹”或“家人们”。在日常教学和班级管理,她秉持着“温柔且坚定”的理念,尝试去了解学生的兴趣爱好,日常活动甚至是羡慕的明星偶像团体,尽可能做到放平姿态,与学生拉近距离,从而了解到他们最真实的想法,达到“亲其师,信其道”的目的。“视学生为家人,并不意味着一味纵容,我和学生共同制定了各种规章制度,如晚自习讲话、无故不交作业等情况的处罚,该严厉教育时就要教育。如果我做错了,我也会真诚地向同学们道歉,希望通过自身的言行感化学生。”尹健欣说。