

他的学习不靠“天赋”靠“专注”

□牡丹晚报全媒体记者 马敏静



殷启源与父亲在菏泽一中门口合影

今年高考普通类常规批志愿将于7月5日起开始填报,菏泽一中高三宏志部79班的殷启源以690分、全市第二名的成绩,向清华大学发起冲刺。

从两三岁便能熟稔数百数字,到如今在高考考场绽放光芒,殷启源用十二年如一日的努力书写着自己的人生;从对知识的懵懂热爱,到立志投身生物医学领域济世救人,他以坚定的信念勾勒出清晰的人生蓝图。



与母亲一起参加学校活动



制定学习计划



与母亲共同学习

良好学习习惯为优异成绩奠基

7月1日下午,在家中,殷启源正与母亲商讨高考志愿填报相关事项。

说起对殷启源的教育,母亲张凤丽笑着说,她没在孩子学习上过度关注,甚至很少过问他的学习成绩。

但殷启源确实与其他孩子不太一样。

从两岁起,殷启源就展现出对数字超乎寻常的敏感。当同龄孩子还在蹒跚学步、牙牙学语时,他已能流畅数到几百,甚至能准确比较数字大小。这种对数字的敏锐感知力,像一颗珍贵的种子,在他幼小的心灵中悄然种下。

随着年龄增长,殷启源对知识的渴望愈发强烈,阅读成为他生活中不可或缺的一部分。无论身处何地,总能看到他用小手捧着一本书,沉浸在文字的世界里。在上小学之前,他已认识了几百个汉字。阅读不仅拓宽了他的知识面,更培养了他独立思考和自主学习的能力。

2013年,6岁的殷启源踏入菏泽市第二实验小学的校门,开启求学之路。与许多孩子不同,他展现出极强的自律性。每天放学回家,他总是以最快速度完成老师布置的作业,从不拖延。完

成学业任务后,他积极投身体育运动,踢足球、打羽毛球和乒乓球都是他的业余爱好。这些运动不仅强健了他的体魄,也让他在学之余能够放松身心,以更好的状态投入后续学习。

张凤丽是大学教师,在教育孩子方面秉持“佛系”理念。小学阶段,由于学校不公布考试排名,她从未主动询问孩子的成绩。这种宽松的教育环境,让殷启源能够在没有过多压力的情况下,自由探索学习的乐趣,逐渐形成独立、自觉的学习习惯。

立志报考生物医学专业 关注人类健康

在牡丹区第二十一中学三年的初中学习生活中,几乎每次考试,殷启源都始终保持领先优势。这份持续的优秀表现,为他进入高中后的学习增强了自信心。

进入高中后,学习生活变得紧张且枯燥。每天凌晨5时许,当大多数人还在睡梦中,殷启源就已早早起床,6时30分准时出现在教室开始早读课。

为给孩子提供良好的学习和生活环境,殷启源的父母在学校附近购置了一套新房。张凤丽全力照顾孩子的衣食起居,但在学习成绩方面,她依旧选择相信孩子,从不主动询问。“孩子学习压力本来就大,让他保持一个良好的心态更重要。”张凤丽说。

殷启源没有辜负父母的信任,是一个目标坚定且高度自觉的孩子。从高一开始,他就为自己定下报考清华大学的目标,并朝着这个目标一步一个脚印努力。高中三年,面对繁重的学业任务,他始终保持积极的学习态度和旺盛的学习热情。

课堂上,殷启源全神贯注,不放过老师讲解的任何一个知识点;课后,他制定了详细的学习计划,合理安排时间,对每一门学科进行深入钻研。遇到难题,他不是轻易放弃,而是查阅资料、请教老师和同学,直至将问题彻底解决。在他看来,学习不仅是为了取得好成绩,更是一个不断探索知识、提升自我的过程。

凭借不懈努力,殷启源

在高中阶段始终保持着优异的成绩,为他在高考中取得佳绩奠定了坚实基础。

7月5日开始填报志愿,殷启源说他的理想目标是清华大学为先书院,梦想是成为科学家,专注于生物医学领域的研究。

“以后,我要利用自己所学的专业关注人类健康,悬壶济世。”殷启源坚定地说。选择生物医学专业,与他的个人经历和家庭有着密切关系。

从小,殷启源就与爷爷感情深厚,然而,在他初三那年,爷爷突发疾病,这件事给他带来巨大触动。从那时起,他就立志要在医学领域有所作为,虽然不想成为临床医生,但他希望通过生物医学研究,为人类健康事业贡献自己的力量。

学习“三件宝”:专注+作息+心态

在学习方法上,殷启源有自己的独到见解。他认为,保持专注是提高学习效率的关键。在学习过程中,他能够排除外界干扰,全身心投入到知识的学习和思考中。这种专注不仅锻炼了他的思维能力,还大大提升了做题的效率和准确率。

殷启源深知良好作息的重要性。“身体是革命的本钱”,他始终保持规律的作息,保证每天充足的睡眠和休息。只有拥有健康的身体,才能在白天的学习中拥有更多时间和精力,取得更好的学习效果。

此外,“心态在学习中也起着至关重要的作用。”殷启源表示,无论当下取得怎样的成绩,都要保持平和的心态,不能因为一时的得失而影响大局。考试失利,他会认真分析原因,总结经验教训,将其转化为前进的动力;取得优异成绩,他不是骄傲自满,而是继续保持谦虚谨慎的态度,不断追求进步。

对于高中阶段的学习,殷启源的班主任——从事教育工作20年的周成龙给出了宝

贵建议。他指出,高中三年每一年都有不同的任务和特点。高一阶段是适应期,从初中到高中,知识难度陡然增加,生活环境和人际关系发生了很大变化。此时,转变学习策略和方法至关重要,只有更快地适应高中的学习节奏,才能在成绩上取得更快的提升。

高二是关键的分水岭。经过高一的适应,学生们还未感受到高三的紧迫,很多人容易在这个阶段放松对自己的要求。然而,高二的知识点依然繁多,难度也不容小觑。如果目标不清晰,对自己放松要求,成绩很容易下滑;反之,若能紧跟老师的教学计划,保持积极的学习态度,就有很大希望保持甚至提升成绩。

到了高三,学生们直面高考,压力巨大。此时,如何调整心态、适应压力成为关键。在高三系统性的复习中,做好每门学科的均衡发展同样重要。对于薄弱学科,要制定针对性的提升计划,努力补足短板;对于优势学科,也不能掉以轻心,要继续保持优势,实现各学科的协同进步。