

谢箫扬:刷题虽重要 但掌握方法更重要

如果谢箫扬(就读于北京大学)的成绩有底色,那上面一定写着“稳”字。

“稳”,镌刻在谢箫扬的成长历程中。早在小学时,数学成绩优异的他就是班上的“华罗庚”;上高中后,他的数学成绩从没掉下过140分。但谢箫扬并不止步于此。很快,他锚定了新的目标——向奥林匹克数学竞赛的舞台进发。

“奥林匹克的代名词是更高、更快、更强、更团结。”谢箫扬说,运动是这样,学习也是这样。

回顾自己的学习生涯,谢箫扬总结了一些独家经验:“刷题固然重要,但是掌握刷题的方法更重要。”他对家乡的学弟学妹说,与其一上来就做海量的模拟卷,不如先归纳总结错题,做好攻坚计划,然后逐一突破。

“举个例子,如果你几何题正确率最低,那就有的放矢地去搜相关真题,然后针对性地、集中地刷题。对比答案,看看这种题型的关键点在哪,为什么自己做得不对,想想应该怎样寻找思路。”谢箫扬说,决定盛水量的是短板。当刷题量达到一定程度,你的数学水平就会随之提高。

“但这并不意味着我们要放弃做整卷。”谢箫扬补充道,做整卷更多的是为了掌握考试节奏,通过一次次做整卷,学生可以反复“试错”,找到自己舒服的节奏,这样在正式考试中才能合理分配时间。

在很多人印象中,学霸们大多是埋头苦学、百炼成钢的。谢箫扬却是其中的非典型。他的房间里收藏着

一整面墙的流行桌游。每周放学,谢箫扬都会组织同学打桌游。这是他在课业之外的放松方式,即便到了紧张的高三下学期,也不例外。

“学尽心、玩尽兴”,是谢箫扬就读于大司巷小学时就养成的习惯。“完成了预定的学习计划后,我就会全身心投入到课外娱乐活动中。”谢箫扬说,“我也不喜欢在读书的时候被打扰。”

寄语:距离2022年高考还有100来天,希望高三的学弟学妹能利用好这段时间,实现再超越。

融媒记者 高婷婷

K 开学第一课

佟晓庆课例入选‘部级精品课’名单

本报讯(通讯员 万森)近日,教育部官网公示2021年“基础教育精品课”遴选工作“部级精品课”名单。永康一中英语组佟晓庆老师的课例经过逐级评选,最终获评教育部2021年“基础教育精品课”部级优课。

据了解,精品课以微课形式呈现。由教育部组织专家对全国各省市推荐的精品课进行评审,确定部级精品课,将其纳入国家中小学网络云

平台优质课程资源,供全国教师、学生在线学习观看。

佟晓庆,永康市教坛新秀,曾获金华市高中英语优质课二等奖、金华市高中英语教师素养大赛一等奖、浙江省中小学教师信息技术应用大赛三等奖。多篇论文获得金华市高中英语论文评比一等奖。她说,教育是一个灵魂唤醒另一个灵魂的过程,以“如何培养人、培养什么样的人”为目的。

佟晓庆在准备课例过程中,注重渗透中华优秀传统文化内涵,引导学生用英语表达自己的价值、身份和思想,传播中国的优秀文化,不仅成为“睁眼看世界”的人,还要成为“用英语表达自己独特声音的中国人”。

佟晓庆课例的入选,体现了永康一中“双减”背景下学校切实抓住课堂教学主阵地、不断提升教师专业素养所取得的成效,展示了永康一中教师风采。

以坚定信念平稳心态完成‘十年磨一剑’ 永二中举行2022届高三百日誓师大会

本报讯(通讯员 应玉婷 黄金重)2月28日上午,永康二中2022届高三年级百日誓师大会在启梦广场举行。会上,该校年级部主任何炳为上学期奖学金获得者、优秀班级和优秀班主任颁发奖状。

“100天是漫长学习生涯中的小朵浪花,却是崭新黎明前的一段前奏。100天太短,让我们只争朝夕;100天很长,愿我们坚定目标、调节心态、不懈坚持。冲刺高考,不负学校所托,不负家长所期望,不负自己的青春。”学生代表童凯、付宸楠发表铮铮誓言。

教师代表应玉婷从“行动”“落实”“自信”三个角度谆谆寄语学子:“心怀感恩,方能致远;你若拼命,命运绝不负你;古之成大事者,必有坚韧不拔之志。”她表示,全体高三教师做好了奋战100天的准备,努力帮助学生攀登学术高峰,最终实现“一览众山小”。

政教处副主任冯春华对首考取得优异成绩的同学表示祝贺,接着嘱托高三学子在最后100天内要向“和



永二中学师大会现场

谐”“时间”“错题”“自信”“自我管理”“良好心态”这六个方面追求效率,定能收获热爱与希望,最终打开属于自己的人生大门。

永康二中校长郎岳来立足家国情怀与同学们分享拼搏的意义,希望同学们将首考的压力化为动力,以梦

为马,不负韶华。他激励同学们眼光长远,冲锋向前,从自身情况着手合理规划最后100天的时间,追求效率最大化。他还希望同学们以明确的目标、坚定的信念、平稳的心态完成“十年磨一剑”,在高考舞台上大放永康二中的光彩。

思学共研 共话成长 人民幼儿园开展一日生活培训活动

本报讯(通讯员 刘芳)2月28日,市人民幼儿园开展幼儿园一日生活环节的培训研讨活动。保教主任施嘉莉老师以《幼儿一日活动的组织与实施及教师工作职责》为主题,采用问答的形式与全园老师进行探讨。老师们广开言路,畅所欲言。

整个研讨活动从一日生活的含义出发,探讨了包括幼儿园课程分类、一日生活的要求以及保教质量评估这几大板块的内容,并细化了一日生活中的户外体育锻炼、生活盥洗、集体教学、户外自由游戏、午餐午睡管理以及区域游戏的要求和注意

事项,老师们各抒己见,共同探寻组织幼儿一日生活的最优化。

园长李红巧对老师们的探讨给予了肯定,同时希望大家能将语言化为实际,真真正正地将幼儿园一日生活的组织与实施落到实处,发挥效益,做一位有心的老师。

我市开展世界野生动植物日宣传活动

本报讯(融媒记者 吕鹏)3月2日上午,在金胜山森林公园,4只猴面鹰回归大自然的怀抱。据了解,这是为了迎接第九个“世界野生动植物日”,市自规局野生动植物保护管理站开展的系列宣传活动。

“刚刚放飞的猴面鹰,是前期经救护康复的国家二级保护动物。”市野保站站长陈敏表示,他们想通过放飞活动,让市民更加关爱野生动植物,共同推进美丽永康建设。

据了解,为加强野生动植物保护宣传,从2月20日起,市野保站累计出动巡护宣传人员500多人次,在我市全域范围内发放张贴宣传资料1.5万多份,悬挂横幅60多条。

2月28日,该站工作人员还走进解放小学,为学生开展了一场以“保护野生动植物 实现人与自然和谐共处”为主题的科普活动。工作人员通过播放“世界野生动植物日”宣传片、讲解野生动植物保护相关知识、现场互动问答等形式,让学生对如何保护好野生动植物有了更加深刻的认识。

解放小学校长林爱娟表示,学校将通过开展国旗下讲话、黑板报、手抄报等活动,增强学生保护野生动植物的意识,实现人与自然和谐共处。

“下一步,我们将继续深入社区、学校、企业进行野生动植物保护科普宣传。”陈敏说,他们将联合相关部门开展打击非法猎捕、非法采挖、非法交易、非法食用等破坏野生动植物资源违法行为,营造人人关爱野生动植物良好社会氛围。

海星骨骼激发高强度新型材料研究

近日,研究人员通过对广泛分布于印度-太平洋地区的多节海星骨骼样本进行研究,首次发现,海星的骨骼均由一个单独的微晶格结构组成。这种微晶格结构非常均匀,可以用数学公式来描述,并通过节点连接分支组成,类似于埃菲尔铁塔的结构。他们还发现,微晶格结构的均匀性本质是原子水平的单晶结构。这种独特的材料就像是由一块方解石单晶雕刻而成的晶格,这种近乎完美的微晶格结构此前在自然界中从未被报道过,也未被合成过。

以往在电视中,我们经常会看到海星以各种慵懒的姿势躺平,因此很多人对海星的第一印象是一种非常柔软的动物。然而,海星作为一种棘皮动物,其拥有中胚层形成的内骨骼,各种形式的小骨片经结缔组织连接形成一个整体,虽然质量很轻,但是强度非常大,就像防弹衣那样坚韧。显然,海星骨骼所表现出的高强度和高韧性是一种理想的材料,揭示其原理有助于制造出更坚固,更耐用的多孔陶瓷材料。

为此,研究团队在纳米级表征和制造实验室对这些海星骨骼样本进行了观察。在微观尺度上,海星骨架所呈现出的微晶格结构非常规则,与此前墨鱼骨以及海胆刺的多孔结构完全不同,是目前发现的无脊椎动物骨骼中最有规律的结构,与人类现代建筑项目常用的空间框架结构非常相似。他们将以此次展开关于高强度新型材料的研究。

市科协供稿

