

## 完成他们医食无忧的遗愿

### 我市中小學生深切緬懷兩位院士

本报讯 5月22日，中国工程院院士、“杂交水稻之父”袁隆平，中国科学院院士、“中国肝胆外科之父”吴孟超离世。连日来，宝鸡市中小學生，深切緬懷、追思兩位院士。

5月24日，周一，例照是宝鸡石油中学升旗的日子。当天，石油中学举行了一场特殊的升旗仪式。该校升旗仪式比往常提前了14

分钟。升旗仪式结束后，平日里国旗下演讲环节变成了两位院士的悼念会。在悼念会上，副校长王成讲述了两位院士的生平事迹，学生们记住了袁隆平院士的禾下乘凉梦和杂交水稻覆盖全球梦；记住了吴孟超院士因长时间手握手术刀，食指、无名指关节严重变形的感人故事，感受了他们身上永攀科技高峰、埋头苦干、无私奉献的精神。

我市其他学校也通过各种各样的方式，引导学生緬懷、追思两位院士。其中，宝鸡一中的学生们绘制了《国士无双》《医食无忧》主题黑板报，介绍两位院士的卓越贡献。宝鸡石油小学学生写下了《幸福》《大爱无私》《感恩》等童诗，用质朴的语言、稚嫩的文笔，緬懷两位院士。宝鸡实验小学的学生们发出了《光盘行动倡议书》，号召所有人用珍惜粮食的实际行动，感恩袁隆平院士。

在緬懷、追思两位院士的过程中，我市中小學生纷纷表态发言：“我长大后要当科学家，完成袁爷爷的杂交水稻覆盖全球梦和禾下乘凉梦。”“我长大了要做吴孟超院士那样的医生，治病救人。”“我们以后要努力学习，这样才能完成两位院士医食无忧的遗愿。”

## 关爱未成年人健康 呵护未成年人成长



金陵小学：

### 玫瑰园里学真知

近日，渭滨区秦岭玫瑰产业现代农业园里传出欢快的歌声。顺着歌声看去，一群小学生如一群小精灵，在玫瑰园里跳跃、奔跑、歌唱。这群小学生是渭滨区金陵小学的学生，他们在老师带领下，来到秦岭玫瑰产业现代农业园研学。闻着花香，学生们情不自禁地唱起了歌曲《布谷鸟》。当天，学生们不仅触摸了玫瑰，仔细观察了玫瑰的花朵、叶子，还在专业技术人员的讲解中，了解了玫瑰花的形态特征、主要品种、生长习性、主要价值等。金陵小学负责人说，当天的研学之旅不仅让学生们置身花海，感受了大自然的美，更让他们学到了课本中学不到的知识，拓展了知识广度。



金台区卧龙寺幼儿园：

### 习练武术 快乐成长

5月28日，金台区卧龙寺幼儿园举办了庆六一“童心向党 快乐成长”武术展演活动。小队员们精神抖擞，一招一式有模有样。“我们园一直坚持聘请武

术教练教幼儿学习武术，以培养孩子良好的心理素质和身体素质，传承和弘扬中华传统体育文化。”该幼儿园园长说。（王菲 亚金）

## 温暖的力量

吉娟玲

温暖，是一种温馨的心灵触摸，是一个肯定的眼神，是一句鼓励的话，是一个充满爱意的拥抱……这些不经意的温暖的抚慰，有着润物细无声的效果。

半年前的一个下午，我怒气冲冲地把一个学生叫到了办公室，问道：“为什么你每次都是这样的作业？”他原本低着的头更低了，紧抿嘴唇，一脸漠然，一言不发。无奈之下，我板着脸收回他的作业本让他先回去。

紧接着，我拿着作业本找到他的班主任，生气地说：“你说这孩子怎么教，没有一次作业是按照要求完成的。”班主任看了一眼作业本上的名字，无可奈何地说：“这孩子也很可怜，出生后不久爸爸就不在了，妈妈患有精神疾病跑了，后来有人可怜他，就代为抚养……”

夕阳缓缓退出办公室，眼前浮现出这孩子课堂上的表现：没有好奇的眼神，大部分时间独自趴在桌子上，一脸漠然。交上来的作业不是“毛线团”就是一片空白，对待我的批评也漫不经心。

现在再看他那满纸的“毛线团”，我已发不出半点怒火，心里只有懊悔。懊悔没有和班主任老师及时沟通，就对他严厉批评，忽略了甚至无视他内心的孤独与无助。

“我能在他做些什么？”我在心中默

默地问自己。伴着夕阳渐渐西沉，橘红色的光映红了一切，那光温暖柔和地射入我的心田。对了，温暖学生的心。心中有了主意，我的脚步变得轻快多了。

以后的美术课上，面对仍趴在桌子上一动不动的他，一改往日的生气，手把手教他画小技巧。画稿完成后，鼓励他要勤于练习。几周下来，我明显感到他开朗了不少，不仅能认真完成作业，也开始愿意主动去创作美术作品。

有一次我像往常一样开始巡视辅导，走到他跟前，他的画稿上已画出了一个小男孩和妈妈打伞的情景。我轻抚着他的头说：“画得真棒，给大家讲讲你的作品。”他怯生生地走上讲台，小声说：“我画的是下雨的时候妈妈来接我，我给妈妈撑着伞，和妈妈一起回家。”教室里响起了同学们的掌声。这个孩子眼睛亮了，十分激动，走下讲台时，他轻轻地抱了我一下，我顿时感到一股暖意。

一个好老师绝不仅仅是教给学生知识，还要温暖学生的心，引导孩子成长。在人生的旅途中，老师的教诲与关爱，能帮助克服困难，健康成长。（作者系金台区大庆路小学教师）

## 中考加油站

物理

### 稳定心态 讲究策略

炉灶，自己复习；一会儿病急乱投医，四处找老师补课，但效果却不佳。究其原因就是心态不稳。为此，她建议考生相信自己老师，跟着老师的步伐扎实复习。因为，初三老师知识底子厚，备考经验丰富。她建议考生要相信自己两年的物理学习功底足够应对中考，千万不要自乱阵脚。

适度刷题，也是邵妮的建议。她说，很多学生觉得这个时候就得多刷题，似乎那么多的试题不做完，就不会在中考中取得好成绩。实际上，题是永远做不完

的。而且，考试题目看似千变万化，实则万变不离其宗。为此，邵妮建议考生适度刷题，比如两天一套题。她提醒考生，刷题不是看到题就刷，而是要刷历年中考真题或者老师推荐的题。她建议考生一定要对做过的题进行分析，查找自己出错的原因。例如，属于该记而忘了的，再记；属于审题不严的，一定要引起注意，画出关键词认真审题，不能马虎；属于计算错误的，用好草稿纸，认真计算，避免再出现这样的低级错误。她说，但凡做过的题一定要消化。

讲究策略。临阵磨枪，不快也光。中考前，考生可以把光的反射定律、折射规律等容易遗忘和出错的物理知识，再做一次梳理。考场上，发卷后，答卷铃响前，考生可以通览试卷，对试题做到心中有数。考试时，考生遇到不会做的题要跳过，不要在这道题上浪费时间。此外，考生考试时要力争做到审题慢、下笔快。最后，在提示离考试结束有15分钟的铃响后，考生不要慌，因为利用剩下的考试时间，考生还可以做很多事情。



邵妮

目前是备战中考的关键阶段，考生绝不能畏缩不前，一定要积极主动，赢得主动权。那么，考生应该如何积极进攻？宝鸡市教学能手、宝鸡市课改标兵、宝鸡高新中学物理教研组长邵妮结合多年的中考教学实践给出了自己的建议。

“稳定心态，切不可乱了阵脚。”邵妮解释说，历年中考，个别考生患得患失，一会儿另起

数学

### 查缺补漏 规范答题

面对中考，如何科学、高效地备考数学呢？记者采访了宝鸡一中数学组备课组长赵科锋，请他为考生支招。

“回归课本，查缺补漏。”赵科锋说，数学备考，不少考生重视刷题，轻视课本，殊不知，课本是所有考生复习备考的重要依据。为此，赵科锋建议考生回归课本，并依据课本建立自己的知识体系，查缺补漏。其次，他建议考生熟读课本，包括课本中的公式、原理、注释，甚至课后习题等，夯实基础，力争不遗漏一个知识点。此外，他建议

考生重点研读高频考点及高频考点涉及的相关内容，力争将这些重点内容学懂、学通。

巧妙选题也是赵科锋的建议。赵科锋建议考生重点关注历年的数学真题和考生做过的错题。赵科锋提醒考生，做数学真题有助于考生熟悉考试的范围、重难点和命题人的出题思路或套路，有助于考生在备考中有的放矢。他建议考生模拟中考数学考试的场景，通过限时练习的方式，认真做一做历年的考试真题，力争对中考数学的高频考点、主干知识、出题人的思路等

了如指掌。同时，他提醒考生，做错题有助于考生快速找到自己的知识漏洞，进而帮助考生夯实基础知识。为此，他建议考生通过整理错题、重做错题的方式，寻找做错的原因。如果做错是因为知识漏洞，那考生要迅速回归课本，通过自学或者请教老师、同学等方式，弥补知识漏洞。如果是因为做题马虎、审题错误等，那考生要通过练习，培养良好的做题习惯。

规范答题也是赵科锋建议考生关注的重点。“我忘记写步骤了。”每次数学考



赵科锋

试，总有考生因为这个原因失分。赵科锋提醒考生，失分的原因其实是考生做题不规范。为此，他建议考生认真看一看历年中考题目的赋分方式，学一学规范答题的要求和格式。其次，他建议考生从现在开始做起，培养自己规范答题的好习惯，不仅要书写规范，还要规范使用数学术语和公式，并按步骤规范答题。

语文

### 夯实阅读基础 重视作文写作

高；反之，则成绩差。为此，王亚妮从考生最头疼，也最容易失分的非连续性文本阅读和记叙文阅读给予解答。对于非连续性文本阅读题，王亚妮建议考生一定要凝心静气，仔细研读。研读的同时，考生要审清题干要求，明确答案的提取范围，再分条概述或逐一对比，切不可囫圇吞枣，知其然不知其所以然。同时，考生在作答的时候一定要树立“答案就在文本中”的理念，不想当然作答。对于记叙文阅读题，王亚妮建议考生除了熟悉文本、理

清文章思路和内容之外，还要仔细审题，深入阅读，理解作者真正的写作意图。其次，考生作答的时候，一定要规范、具体，要根据文本作答，并简要解释，千万不要简单罗列干条条。

如何进行作文备考呢？王亚妮建议考生学一些写作技巧，例如在写作的过程中要练习写真人真事和自己的真情实感，切忌天马行空抒情和说理；积累并活用优秀作文中的语言、素材、结构、立意等，让自己的作文有高

度、有深度。考生要关注生活，关注社会热点，充实自己的作文素材库，并力争用最鲜活的热点素材，给自己的中考作文增光添彩。考生的作文要想得高分，还要注意作文的层次和结构。正所谓“无曲折不叙事”，在作文结构上，可以尝试化直为曲，让自己的作文一波三折，入情入理。此外，考生作答时要做到卷面整洁、书写规范。整洁的卷面、规范的书写能给阅卷人留下好印象，有助于考生的作文得高分。



王亚妮

提起语文备考，不少考生“吐槽”：语文备考就是“大海捞针”，收效甚微。那么，考生如何在语文的大海里快速、准确地“捞针”呢？请看我市列电中学九年级语文备课组组长王亚妮的备考“锦囊妙计”。

阅读理解被称为语文考试的拉分王。因为很多情况下，阅读理解做得好，语文成绩自然就

## “学到的技术带我飞向远方”

### ——记凤翔区职业教育中心优秀毕业生仵喜卜

本报记者 鲁淑娟

的地方，去看更大的世界。”老师的话给了仵喜卜很大的信心和鼓励。于是在接下来的日子里，仵喜卜不再迷茫，而是将自己的全部精力放在学习专业技术上。

“为什么不同的元件组合在一起，就会发生不同的奇妙变化，这里面有什么奥秘？”渐渐地，仵喜卜在学习中找到乐趣，未知的知识吸引着他沉浸其中，不断探索，打下了扎实的专业基础，也锻

炼出了不轻言放弃的坚韧品格。

2011年，仵喜卜毕业了。他应聘到国际知名音视频科技公司宁波音王电声股份有限公司，成为该公司调音台的一名技术员。刚刚开始工作，有很多东西需要消化和学习，他一边工作，一边学习新的知识，常常熬夜加

班。因为工作压力太大，他也想过退出。每当这时候，他总会想起老师们的教诲：只要努力，就总有希望。于是他咬牙坚持了下来。慢慢地，仵喜卜变成了分公司部门负责人，后来又晋升为助理工程师、项目工程师。如今，他已成为公司旗下高端调音台分公司副总经理，负责分公司的技术事宜和相关管理事宜。

每次出差坐在飞机上的时候，仵喜卜都会想起老师说过的话：“那些学到的技术会变成翅膀，带你们飞向更远的地方。”

选择职业教育 成就出彩人生



(本版稿件、照片除署名外均由本报记者唐晓妮采写、拍摄)