



徐州这地儿，卧虎藏龙，“牛娃”一抓一大把。有的学习像开了挂，有的才艺直接拉满，有的运动天赋爆棚……他们就像小太阳，浑身散发着光芒。《“娃”塞！真牛！》栏目就是要当“挖宝人”，把这些“牛娃”的故事、学习秘籍全挖出来，分享给大家。家人们，一起来见证徐州娃的闪耀时刻吧！

物理常满分，竞赛拿大奖 这位初三学生的学习方法很特别

文/本报记者 孙亚妮 图/本报记者 郑思宇



在徐州市第十中学九年级(10)班，有一位学生名叫韩济鸿。他物理考试常常获得满分，在数学、生物等学科竞赛中屡获大奖。面对初三繁重的学业压力，他依然保持着稳健的学习节奏，成绩表现亮眼。许多家长和同学都对他的学习方法充满好奇。今天，我们带您一同了解韩济鸿的高效学习之道。

●二宝闪电妈：听说你在生物和数学方面获得了不少奖项？

济鸿：是的。我曾获得江苏省中小学实验知识竞赛初中生生物金奖、徐州市中小学实验能力大赛初中生生物二等奖和初中数学文化节核心素养测评一等奖。这些奖项不仅是对我努力学习的肯定，也让我意识到——方法对了，学习真的可以更轻松、更高效。

●二宝闪电妈：你认为最重要的学习方法是什么？

济鸿：我认为高效听课。课堂45分钟的价值，远大于课后花几倍时间补救。所以，我上课时会上神贯注地跟着老师的思路走，

遇到一时没听懂的地方，下课马上请教老师，绝不把问题留到第二天。而且，我很重视课堂互动，如果课堂上有小组讨论环节，我会积极地和同学们一起讨论，在思维碰撞中加深对知识点的理解和记忆。

●二宝闪电妈：初三学习任务繁重，你是如何安排时间的？

济鸿：我每天尽量在学校完成作业。放学回家后，我会列一份“学习清单”，规划好要额外练习的文言文、英语听力和阅读，以及一道数学压轴题。根据任务难度和自己的薄弱环节，我会灵活分配时间，并利用碎片时间进行学习，积少成多。我认为，忙碌不等于高效，科学规划才能事半功倍。

●二宝闪电妈：一天只练习一道压轴题？你是不是觉得做题的质量比数量更重要？

济鸿：其实，我觉得质量和数量都很重要。我虽然每天晚上只做一道压轴题，但会把这道题研究透，并且举一反三。这样再遇到相似的题型，我就能从容应对了。英语阅读理解方面，我每天练习2至3篇，并从中挑选一篇进行

精读，记下生词和好的短语表达，用于自己的写作中。

●二宝闪电妈：你是怎么整理错题的？

济鸿：我特别重视错题本。每次作业或考试后，我会第一时间整理错题。每周日会固定抽出半小时，把之前的错题重做一遍。如果某一类题反复出错，我会集中找同类题型进行“专项突破”，直到彻底掌握。对我来说，错题本就是高效的“提分加速器”。

●二宝闪电妈：听说你在记笔记上也有自己的小技巧？

济鸿：对，我会用不同颜色的笔来区分重点。例如，基础知识用黑色笔记录，难点用红色笔标注，最后用蓝色笔总结规律。这样在复习时，重点一目了然，复习效率也更高。

●二宝闪电妈：感觉你特别擅长数理化等理科，有没有相对薄弱的学科？你是怎么克服的？

济鸿：其实，我不是一开始就样样都行。刚升入初三接触化学时，我也有点找不到门道，做题经常抓不住重点。我没有着急，而是通过大量练习和反复总结，把每次做错的题目都整理出来，对照课本一点点吃透原理。慢慢地，我摸清了化学的解题规律，现在成绩基本能稳定在98分左右。这个过程让我相信，只要方法得当、肯下功夫，薄弱科目也能转变为优势科目。

●二宝闪电妈：面对初三的压力，你是如何调整心态的？

济鸿：我会先进行自我疏导，不让负面情绪积压。同时也会和同学互相鼓励、一起讨论难题，在良性竞争中共同进步。此外，学校经常举办艺术节、文艺汇演等活动。这些活动丰富精彩，让我在紧张的学习节奏中“换个频道”，既放松了心情，也重新找回了学习的动力。



家人们！我是二宝闪电妈，也是徐报教育官微小编。

►为啥叫闪电妈？不过是陪读、写文章、带俩娃的日子里，被逼成了凡事赶趟的速度型选手罢了。

►我不是完美的二胎妈妈，也没有养娃的标准答案：道理听了800遍，转头面对娃的磨蹭、叛逆还是会焦虑上头；想做到情绪稳定，偶尔也会忍不住“鸡飞狗跳”；嘴上说着拒绝内耗，实际上也会为教育的小事纠结，很多时候也处理不好育儿的“弯弯绕绕”。

但我和所有家长一样，揣着对孩子的真心，在教育的路上一边摸索、一边成长，不装优雅、不熬鸡汤，只带着实打实的育儿干货、踩过坑和一点小幽默，陪你一起把养娃的“兵荒马乱”，过成慢慢“打怪升级”的温暖日常。

更懂徐州家长
更懂徐州孩子
我是“二宝闪电妈”
扫码关注我



闪电妈唠育儿

采访完韩济鸿同学，我最大的感受就是：真正的学霸，从来不是靠熬夜硬熬出来的。

他有清晰的目标、靠谱的方法、稳定的心态，把听课、做题、错题、时间都安排得明明白白，不内耗、不焦虑，一步一个脚印往前走。

很多家长和孩子总在纠结：刷多少题才够？报多少班才行？其实答案就藏在日常里——课堂抓牢、错题吃透、规划到位、心态放平，坚持下去，普通孩子也能走出属于自己的“学霸之路”。

初三很苦，但找对方法就会很甜。愿每一个努力的少年，都能学有所成，不负时光。

