

从年级前十跌至七十余名 他如何走出低谷？

——徐州中学学子耿琛翔的高考季突围之路

耿琛翔。

复盘自省，以思代刷走出题海误区

本报记者 郭旭雯

在今年的高考中，徐州中学学子耿琛翔取得了非常优异的成绩。高三学年里，他的成绩一直稳居年级前十名，却在高考前的全市三模考试中遭遇断崖式下滑，直接跌至年级七十余名。凭借深耕积累、常态化复盘和强大抗挫心态三大核心优势，他及时调整学习状态，最终在高考考场稳定发挥，交出了亮眼的答卷。

深耕细作，点滴沉淀夯实学科底气

“我从不追求宽泛浅读，更愿意沉下心，把一件事、一篇文章钻研透彻。”这是耿琛翔一贯的学习理念，也是其语文、英语学科成绩长期保持优异的核心秘诀。

语文是他的优势学科，高中阶段，他曾两次获得语文单科年级第一。即便如此，面对高考首场的语文考试，他依然心存谨慎：“语文是高考第一科，考试时很容易紧张，加上今年试卷题型有所调整，我起初对分数并没有抱太高的期望。”出分后，他考取了125分，远超预期。不过这却在班主任李老师的意料之中。“长期的文学积累，是他制胜的关键，也是他一直坚持做好的事。”李老师笑着说。

耿琛翔的语文积累不依赖“大段摘抄”，而是主打碎片化深耕：课堂上随手记录文言文实词、虚词，标注字词特殊释义；每日大课间固定预留25分钟，或梳理文言文字词，或搭建完整的作文写作提纲。

谈及今年高考作文，耿琛翔表示，他以“野草”为核心，层层递进搭建三层立意：从田园野草的自然诗意，延伸至历史长河中底层人民如野草般生生不息、历经磨难却坚韧不屈的生命状态，最终落脚于人生成长，阐释逆境扎根、向阳生长的人生哲理。扎实厚重的文字功底与层层深入的行文逻辑，正是他三年如一日日积月累、深耕细作的成果。

英语是耿琛翔今年高考成绩最高的科目，考了138分。谈及英语学习与应试技巧，他分享道：“英语答题时要懂得取舍，遇到卡壳的阅读题先行跳过，预留固定时间回头攻克，不纠结、不内耗，保持平稳心态。”翻看他的英语笔记，成功秘诀一目了然：笔记本正面记录课外生词，背面整理高级句式、作文素材。这是独属于耿琛翔的知识库。

复盘，是贯穿耿琛翔整个求学阶段的核心习惯。自初中起，他便养成考完试梳理漏洞的习惯。进入高三后，复盘的深度、频次全面提升。

耿琛翔始终拒绝盲目刷题。每一场考试结束后，他都会仔细梳理错题，将其汇总在复盘本上，拆解底层解题逻辑。初中阶段，他曾为一道难题耗费两节课，死磕到底，却忽视了对基础题型的巩固。高中阶段，数学老师陈婷婷及时点拨，让他明白刷题亦有“性价比”，基础题型可以让他花更少的时间得到同样的分。他也由此认识到合理分配答题时间的重要性。自此，他调整学习思路，坚持“总结为先，刷题有度”。

步入高三下半学期，耿琛翔一向稳定的语文写作突然出现波动状态，作文质量起伏明显。察觉到问

题后，他立刻针对往期作文开展专项复盘，精准定位自身写作短板。他重点复盘了当时的一篇考场作文，清晰梳理出两大核心问题：一是写作素材陈旧单一；二是审题立意不够深刻。

在他看来，这篇作文暴露的问题，也是自己过往写作的共性短板：审题片面狭隘、文意理解浮于表面，无法精准紧扣材料核心主旨。找到症结后，耿琛翔立刻调整写作训练方法，建立起一套系统化作文审题立意模式。此后每一次写作练习，他都会先梳理材料背景、提炼核心关键词，再围绕关键词展开多维思维发散，重构词句逻辑与写作框架。通过针对性训练，他彻底摆脱了浅层审题、素材固化的问题，持续打磨文笔功底，不断提升立意深度。

直面低谷，理性抗挫练就强大内心

“遇到挫折不必沉溺于负面情绪，就事论事、主动破局，寻找解决办法才是关键。”强大的抗挫力，是耿琛翔逆袭风翻盘的核心法宝。高三三模成绩大幅下滑，是他高中阶段遭遇的最大学习挫折，名次骤降至年级七十余名，单纯依靠自主复盘难以找到全部症结。“我当时心里难免失落，但负面情绪解决不了任何问题。于是，我很快调整好心态，主动寻找突破方法。”平复情绪后，他充分利用课间时间，带着试卷逐一请教各科老师，逐题拆解失分漏洞，梳理自身答题思维短板、解题误区。“当我明白每一道题错在何处，这次失利就从‘坏事’变成了好事。我的心里也会踏实一点。”

每当情绪低落时，他都会和正读研究生的姐姐倾诉交流。姐姐不会一味安抚他，反而会客观直白地指出他学习状态松懈、知识基础存在盲区等核心问题，

引导他理性看待考试得失，聚焦问题本身、着力解决问题，而非陷入自我内耗与焦虑。

李老师对耿琛翔评价颇高：“这个孩子学习踏实沉稳，抗干扰能力极强，最难得的是主观能动性突出。高三后期，他几乎每天都主动利用课间、课余时间对接老师查漏补缺，调整状态、修正问题的速度远超同龄学生。”

不设立虚无缥缈的长远目标，只专注把握当下每一堂课、每一次复盘、每一处漏洞，耿琛翔用三年求学时光证明，优异成绩的取得从无捷径。深耕积累沉淀学科实力，复盘自省扫清学习盲区，直面挫折练就坚韧心态，这份踏实笃行与坚韧不拔的成长姿态，为莘莘学子提供了宝贵的学习范本。

图片由受访者提供



耿琛翔(中)利用课间时间向老师请教。



长期进行文学积累，是耿琛翔语文学科成绩保持优异的关键。