

徐州市第三中学优秀学子黄厚珺： 三年砥砺，终迎高考逆袭

4本错题本与5天极限梳理：高效学习的“黄金法则”

高考数学127分的成绩，虽低于平时130+的均分，却凝聚着黄厚珺独特的学习智慧。

精细化错题复盘是他的核心“武器”——高三一年整理了4本错题本，每道错题都标注题目来源、对应知识点、详细错因。他说：“某类错题整理完，我几乎不会再犯同样的错误，若二次出错，则立即更换解题思路，从根源规避失分陷阱。”更难得的是，他会深挖难题本质，自主变式，替换数字、图形，正反推导条件与结论，通过改编题目实现举一反三。

高三下半学期，他完成校内试卷60余张，自主“刷”完60余张试卷，并始终坚持“不盲目刷题，所有题型精华全部归纳进错题本”的原则。

生物学科的逆袭，则凸显了他高效学习的能力。

平时稳定在95分以上的生物成绩，在高三上学期模考中遭遇“滑铁卢”，仅考了80多分。面对知识漏洞，他没有慌乱，“我利用课余碎片化时间，连续5天梳理全套生物教材，摘抄重点、疑点、高频考点。”黄厚珺一边讲述一边展示手中那本写满字迹的摘抄本，“这样既不耽误正常课堂进度，又能快速补齐短板。复盘后，我的生物成绩稳定在90分以上，最终在高考中取得赋分94分。”

“课堂上绝不走神、睡觉，紧跟老师讲课节奏是提分关键。”这是黄厚珺反复强调的学习心得。他的作息非常健康，放学回家后自主学习至晚上11点左右就休息，“不长期透支身体是我的学习底线。长期熬夜易烦躁、生病，还会降低学习效率，得不偿失。”

团课情景剧与“金牌调解员”：全面发展的青春答卷

优异成绩的背后，是一个更立体丰满的少年形象。高一担任班级团支书、高二担任班长的经历，让黄厚珺的组织能力与共情力得到充分锻炼。

“常规团课有点枯燥，我就设计情景短剧提升大家的参与度。”黄厚珺表示，他围绕法治等主题编排情景剧，安排同学扮演群众、家属，自己担任调解员或旁白宣讲政策，使45分钟的团课兼具教育意义与放松效果，成为班级里的“明星活动”。

“担任班长期间，我会协助班主任召开班会，同时自主结合班级现状梳理发言内容，现场解答同学疑问。”他说，开班会前，他会完成十多分钟前置分享后交由班主任深入讲解，主动为老师减负。

共情友善是黄厚珺的另一张名片。班级同学发生争执时，他总会主动介入调解，“之前有同学情绪不佳，我就在午休时间和晚饭时间陪他在校内散步，耐心倾听，等他情绪好转后再给出合理化建议，用温暖化解冲突。”

在采访的最后，黄厚珺主动提出给学弟学妹一些建议：“高中学习一定要注意劳逸结合，守住作息底线，避免长期熬夜，这样第二天就可以有好的学习状态，减少上课走神频次。请记住，课堂才是学习的最佳阵地。”

如今，这个曾与理想高中失之交臂的少年，用三年汗水与努力换来理想大学的入场券。真正的成长，不在于起点的高低，而在于面对挫折时的态度、持续付出的努力和科学高效的方法。正如他所说：“人生是一场马拉松，暂时的落后不代表永远的失败。坚持正确的方向，终会抵达理想的彼岸。”

文/本报记者 郭旭雯

图/本报记者 潘启睿

中考时与第一志愿高中失之交臂，入校摸底物理测试仅考79分，但在2026年高考中，徐州市第三中学学子黄厚珺却凭借总分优异、物理单科98分的成绩，交出了一份惊艳的青春答卷。三年逆袭成长的背后，是一套扎实高效、值得学弟学妹借鉴的学习方法。

从79分到满分： 俩月登顶的逆袭密码

“得知中考成绩仅4天后，我就制订了完整的学习计划。那个暑假，我几乎放弃娱乐，全身心扑在薄弱学科上，尤其是物理。”回忆起初入高中的那段时光，黄厚珺的目光里透着坚定。中考的遗憾与入学摸底测试的失利，没有击垮这名少年，反而点燃了他骨子里的斗志。

他听从老师的建议，主攻数学、物理学科，形成了精准的时间规划：上午专攻数学学科，下午深耕物理学科，晚上复盘巩固。同时，自主购买初中竞赛教辅用来刷题，在题海中摸索规律。“我不相信捷径，只相信重复和归纳的力量。”黄厚珺说。

这份坚持很快有了回报。进入高中后的首次月考，黄厚珺物理斩获满分100分，同时以900余分的总成绩位列年级第一，为后续高考物理98分的优异成绩筑牢了坚实根基。

分享其中的秘诀时，黄厚珺说：“我的学习秘诀不复杂，首先是吃透课本基础知识点，其次就是足量刷题熟练各类题型。”这种稳扎稳打的学习态度，贯穿了他的整个高中生涯。

面对繁重的课业和升学压力，黄厚珺有着专属的解压方式。闲暇之余，他偏爱品读诗词、研读《红楼梦》等经典名著。“虽然我是理科生，但我十分热爱文字，沉浸式阅读可以让我短暂忘记学习压力。”黄厚珺表示，他还会玩一些单机小游戏，比如《植物大战僵尸》等。这类游戏不耗费大量脑力、不易上瘾，既能达到放松的目的，也不会影响学习。

除了自律，妈妈的支持与理解也是黄厚珺安心学习的一大保障。每日骑行上下学的路上，黄厚珺会主动和妈妈谈心，释放压力。“我们家采用平等鼓励式教育，这我能理性接纳劝导，快速调整状态。”他说，家校协同的教育模式，成为他成长路上的稳固基石。

黄厚珺用三年汗水与努力换来理想大学的入场券。受访者供图