

南海中学李惠：

克服脚伤困扰 考出理想成绩

“收到录取通知书时，我的心就像高高悬挂着的大石落下般，终于能够缓缓舒出一口气。”近日，南海中学高三毕业生李惠收到来自武汉大学的录取通知书，尤为激动。

高考前70天，李惠左脚意外摔伤，左脚骨裂让她在最后的备考冲刺阶段和高考期间都无法正常走路。凭着不服输的精神，李惠排除重重困难，取得了理想的高考成绩。脚伤的困扰，让她深深地意识到医学知识的重要性，最终她报考了武汉大学公共卫生与预防医学专业。

老师及时排忧解难

今年3月底，李惠左脚意外摔伤。为了不影响第二天的考试，她并没有请假回家，可第二天脚肿得走不了路，只好由父母送她到学校附近的医院进行治疗。本以为这只是备考冲刺的小插曲，几周就可以痊愈，但脚伤却伴随李惠一直到高考。

随着脚痛越来越严重，在接下来的4月和5月，李惠大部分时间只能待在家里养伤，通过腾讯课堂同步上科任老师们的网课。不过，网课与实体课的效果有一定的差距，这让她感到非常焦虑，幸好老师们及时伸出援手：班主任王雪娜老师通过微信不断鼓励她，让她振作起来；科任老师们在学习上给予她无微不至的关怀，为她排解各种困难。而李惠也不断鼓励自己，保持乐观的心态。

王雪娜说，李惠左脚受伤后，在网上网课期间展现出的自律性和坚韧，让老师们都觉得不可思议。她每天早读准时打卡，上课非常准时，

上完课马上在社群问课后作业。“高考前夕，李惠只能拄着拐杖穿行于宿舍、饭堂和教学楼之间，经常忍着痛在学习，但在佛山二模中仍然取得年级第二的好成绩。”王雪娜说。

好记性不如烂笔头

有什么好的学习方法要分享？李惠说，“好记性不如烂笔头”，高三每节课的内容都很多，要更好地掌握知识点，平时可以提高笔速，同时用黑色、红色和蓝色等颜色的笔做笔记，区分知识的重要程度。

“以数学为例，笔记更为重要，数学笔记就是抄例题，按照题型分类抄写，每种题型的做法都是相似的。”李惠认为，做了笔记还要时不时翻阅，以加深印象。对于不会做的题，当下就要解决，否则很容易忘记。解决问题后要把认为有用的知识记下来，否则这个问题就会失去价值。

“武汉大学的这份通知书，是对我高中生涯的一种肯定，既是为过去18年的努力打出一个令人满意的分数，也是为以后的人生提供了一份空白答卷。”李惠说，选择武汉大学公共卫生与预防医学专业，是因为她在养伤期间深深地意识到医学知识的重要性，希望通过努力学习，掌握专业的医学知识，为更多患者解除病痛。



文/珠江时报记者 区辉成
通讯员 皮欢

金石实验学校梁烨晖：

备受胃病折磨 坚持努力备考

“当妈妈告诉我录取通知书到来的时候，我迫不及待地跑下楼，一拿到录取通知书，就让家人帮忙拍我和录取通知书的合照，一张又一张。”近日，南海区金石实验中学（原石门实验中学）毕业生梁烨晖收到来自中南大学的录取通知书，难掩兴奋之情。高中三年，梁烨晖备受胃病困扰，但她通过不断调整学习心态，克服各种困难，最终在高考中取得理想成绩。

不要局限自己的思维

高中三年，梁烨晖最大的感慨，用一句话来概括就是“身体是革命的本钱”。“即使努力做到一日三餐都准时‘打卡’，但胃痛的困扰仍一直如影随形。”梁烨晖说，在佛山二模前几天、高考前一周，她都曾因为胃痛请假去看医生，耽误了考试前的复习时间，更对自己的考前心态造成一定的影响。长期受胃病困扰，她慢慢学会了坦然面对，努力开导自己，尽可能地让自己的心态稳定下来。

在高三学习过程中，梁烨晖认为，拥有发散思维有助于各学科的学习，平时的学习要尽可能将思路打开，切忌“看山就是山，看水就是水”，不要把自己的思维局限在特定的边界内。

梁烨晖高考的学科组合是“历史政地”，她说，这三个科目其实很容易“越界”的，不妨把它串起来进行学习。例如当你想去某个地方旅游或了解某个地区时，可以去了解历史上的文人墨客曾为它作过

的名篇，了解它的历史轨迹、有什么特有的地貌，多一些求知欲和好奇心，将自己在课本上学到的知识应用起来、拓展延伸，这样在考场上才能做到得心应手。

盼用法律知识帮助更多人

“每天早上，烨晖总是最早来到教室的那一个，迎着晨光背诵语文和英语；她上课时十分专注，对于老师抛出来的问题会积极思考，课下跟着老师复习的同时，也有自己个性化的复习进程，作业和笔记总是工工整整；下午的课程结束后，她会继续自学一段时间后才会去食堂；晚自习结束，她也基本是班里最晚走的。”梁烨晖的班主任宋蓓老师说，梁烨晖在高考中取得理想成绩，与她平时的踏实和专注是分不开的。

梁烨晖选择了中南大学法学专业，她认为，法律是一个社会总的天平，她希望能为更好地完善这个世界贡献力量，尽自己的能力让这个世间更美好一点。

梁烨晖说，未来计划在大学期间努力学好法学专业课，不断提升语言表达能力，期待能引导更多人懂得用法律捍卫自己的权利。



文/珠江时报记者 区辉成
通讯员 逢迪

晒晒我的录取通知书



学生档案

姓名：李惠
高中毕业学校：南海区南海中学
录取学校及专业：武汉大学公共卫生与预防医学专业



学生档案

姓名：王俊杰
高中毕业学校：金石实验中学（原石门实验中学）
录取学校及专业：中央美术学院城市艺术设计专业



学生档案

姓名：梁烨晖
高中毕业学校：金石实验学校（原石门实验中学）
录取学校及专业：中南大学法学专业



学生档案

姓名：林希
高中毕业学校：南海区九江中学
录取学校及专业：中山大学器乐表演系

2022年8月9日 星期二
责编 刘浩华 美编 彭珍

金石实验中学王俊杰：

努力+敢想敢做 梦想终成现实

“从以前的向往、敬畏，到如今实实在在地把央美的录取通知书捧在手里，这一切如同梦想照进现实。”近日，南海区金石实验中学（原石门实验中学）高三毕业生王俊杰收到来自中央美术学院的录取通知书，心情十分激动。他说，考央美这条路一直走得很坎坷，但自己敢想、敢做、敢定目标，通过不懈的努力，终让遥不可及的梦想变得触手可及。

目标和选择缺一不可

“从一开始对央美的敬畏，到定下目标后不懈努力，再到一步一步拉近与央美的距离；从刚开始都不敢想，到如今实现梦想，这一路走来，非常坎坷。”王俊杰说，在这个过程中，不懈努力真的很重要，同时，目标和选择也缺一不可，适合自己的才是最好的，“要感谢当初的自己，坚定地把央美作为努力奋斗的目标，把原本遥不可及的梦想变得触手可及。”

在王俊杰看来，他所选择的城市艺术设计专业是包罗万象的，包括平面设计、封面设计等一系列体系。“相对于其他专业，城市艺术设计更适合我，专业性和创新性更强。”王俊杰说，进入大学后，他将铭记高中校训，同时不断丰富自己的校园生活，继续秉承美术生独有的精神，学会合理安排时间，努力让自己变得更优秀。

要敢想敢做敢定目标

高中三年，艺术生都错过了大大小小的假期。王俊杰回忆说，不管寒假还是暑假，他都在全力提升自己的专业能力，别的同学在放假，他和其他艺术生的手中依旧拿着炭笔。“选择美术并不是一条捷径，而是选择喜爱、努力和付出，因为它不仅需要专业，还需要文化的加持，‘两条腿’缺一不可，这注定要比别人付出得更多，才能开花结果。”王俊杰还寄语学弟学妹们：“要敢想、敢做、敢定目标，除了努力奋斗，还要做出明确的选择，拼搏过了就不后悔，不留遗憾。”

“做正确的事，不做无谓的摇摆和焦虑，剩下的交给上天。幸好，上天总是眷顾这样的孩子，让他如愿被央美录取。”王俊杰的班主任叶常伟老师说，王俊杰能够在专业课和文化课之间取得平衡，专攻术科的时候心无旁骛，摒弃杂念；学习文化课的时候目标明确，全力以赴。这是他能考上理想大学的重要原因。



文/珠江时报记者 区辉成
通讯员 逢迪

九江中学林希：

明确奋斗目标 加倍努力向前

“一直以来，中山大学就是我的奋斗目标。当打开中山大学寄来的录取通知书礼盒时，映入眼帘的是中大的校徽、限量版羊城通、普洱茶……我认为这是一份给予新中大人最独特的礼物。”近日，南海区九江中学毕业生林希收到来自中山大学的录取通知书，他说，作为一名音乐生，九江中学能够很好地帮助艺术类学生实现文化与专业均衡发展，为未来的大学生涯奠定良好的基础。

高一定下奋斗目标

“手捧中大录取通知书的那一刻，我根本压抑不住心底的喜悦，尤其是看到上面热烈奔放的水棉花纹隐隐浮现，让我想起九江中学的那棵百年木棉，这仿佛就是一种微妙的缘分，把九中与中大连接在一起。”林希激动地说，十二年的奋斗是一个阶段的结束，也是人生的一个逗号。而大学四年是新的开始，新的征程，相信自己一定可以保持高三冲刺那段时间的学习状态，在中大取得更大进步，创造属于自己的新未来。

“盛年不重来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人。”林希说，他在高一时就把中山大学定为自己的奋斗目标。这短短三年，也是他离梦想最近的三年，“大好青春不能浪费，要奋力拼搏，拼一年春夏秋冬，搏一生无怨无悔。”

艺术生的路并不好走，回想起自己的高三生活，林希说，无论是上学期专业学习还是下学期的文化课冲刺，都有老师一路陪伴，一起打拼。记得高三上学期校内专业集训，从去年8月的酷暑到12月的寒冬，过程虽然艰辛，但它仿佛是一轮炽热不落的艳阳，一群吃

立不倒的山林，让小伙伴们朝着理想的大学努力奔跑。在专业老师的耐心教导与不断鼓励下，全班最终取得了联考术科的胜利。

到了高三下学期文化课冲刺阶段，九江中学专门为艺术班学生量身定制了一套备考计划。老师们丰富的备考经验，让同学们的文化课成绩在短短三个月内取得一定的进步，在高考考场自信答题，最终取得优异成绩。

相信自己勇往直前

“备考期间，其实也曾有过迷茫、焦虑、困惑甚至气馁，但越是遇到挫折和困难，越要坚定地相信老师，相信自己，有了自信，我们才会有坚持下去的动力，才会有勇往直前的勇气。”林希鼓励学弟学妹们：“明确了自己想考的大学，就要加倍付出努力，祝愿母校九江中学越办越好，2023届的师弟师妹们金榜题名、再创辉煌。”

“他是一位品学兼优的好学生，是老师的好帮手、同学的好榜样。”林希的班主任彭丽华老师说，林希有理想，有抱负，学习目的明确，进取心强，综合素质较高。同时，为人诚恳，尊敬师长，乐于助人，天性聪颖，思维敏捷，幽默风趣。在学习上，他有计划，有目标，能够合理安排时间，专业成绩突出，文化成绩优异。



文/珠江时报记者 区辉成
通讯员 曾媛