

班主任

她是学生的“能量站”

□记者 王雨 文/图



蔡宏琴

蔡宏琴，目前是洛一高高一（11）班的班主任，披肩长发，圆圆的脸，笑起来眼睛弯成两道月牙儿，交流一番后你会发现，这位看起来亲切可人的班主任自带一股强大气场，那是一股能带领高中学生挺过重重习题和考试的冲劲儿。蔡宏琴描述班主任这个角色时说：“班主任就是要能为学生建立精神家园的人。”

“高中的孩子每天都要上课、做题，放学了还要看书，这种高强度的生活状态真的很辛苦。”一聊起工作，蔡宏琴先感叹了学生们的辛苦，她说，班主任每天

的工作很琐碎，除了要传道授业解惑，还要关注学生生活方面的问题。在她看来，作为一名高中班主任，最重要的任务就是要带领学生积极应对生活中的各种挑战。

“喝茶”喝出大教育

蔡宏琴不仅以身作则陪着学生养成良好的学习习惯，还想尽办法让学生学会释放压力和调节心理状态。她说，高中的学习压力非常大，她希望每个学生都能把情绪积极地表达出来，而不是

藏在心里。为此，每带一届新学生，她都会先邀请学生到办公室“喝茶”，慢慢地，学生们都主动排队去她办公室“喝茶”。

蔡宏琴和学生喝的“茶”，其实就是聊天，带新高一的时候，她会主动邀请班里比较活泼的学生唠嗑，聊天话题广泛，她主要负责倾听，绝不会训学生，时间久了，性格内向的学生也喜欢找她聊天，等到高三时，一到课间，蔡宏琴反而更忙了，“老师，我今天想找你忏悔。”“老师，我最近有点浮躁，想来你这儿冷静一下。”“老师，我没啥事，就是想找你说话。”……蔡宏琴说，她希望通过这种方式能够与学生的关系更加亲密，同时也能及时发现学生的问题，给予他们战胜困难的力量，“学生不应该怕老师，而要学会从老师这里借力，这就需要与老师多沟通”。

玩耍玩出高效率

虽然高中课程很紧张，但蔡宏琴仍旧会坚持每周抽出一小时让学生们看电影，影片大多是纪录片，学生在放松心情的时候，也开阔了视野。每隔一段时间，她都会领着学生到操场上做游戏，这些游戏有的是她在网上查阅的，有的是从心理学专家那里学来的，目的就是为了让学释放压力。蔡宏琴说，这些课外活动虽然看起来耽误了学习时间，但是通过这些活动，学生的精神得到了滋养，反而会促进学习效率的提高，这也是多年来，她坚持的班级特色活动。

名师谈备考

我就是那匹黑马



邱敏娜：洛阳新东方学校教师，毕业于哈尔滨工业大学，硕士研究生

作为一名学生，很多时候会被别人贴上标签。在你还没参加高考的时候，你就已经是别人心目中的大学生了，而考试后会有马失前蹄或黑马冲出等现象。曾被高中班主任认定只能上三个本的我，拒绝接受这个标签，在经历疯狂的努力学习后，我终于成了别人眼中的高考黑马。下面，我就数学的提分经历跟大家分享一下。

一要找准定位，分步实施。高考数学约80%的试题是考查基本知识和原理的，其余是知识的综合运用。我按照先易后难、先单一后综合的思路制订了学习计划，把每个知识点的基本公式及原理进行梳理，补缺短板，之后再综合练习，提升能力，让自己在高考时能拿到自己能力的最高分数。

二要善于做题，勤于归类。题不在多，在于精。特别是对自己做错的题，要建立纠错本，分类摘录，认真分析错题出现的原因及预防出现类似错误的方法，每次备考前都翻阅一下纠错本，做到同一道题不能错两次，同一类题不能错两次。

三要树立自信心，坚定执着。在模拟考试中，我的数学成绩也出现了波动，但我没有把成绩的波动等同于退步，而是把它当作一个把暴露出来的问题彻底消灭的“天赐良机”。因为“只有平时多发现问题，高考才能少些遗憾”。闻过则喜，是一种自信，也是一种必将战胜困难的坚定执着。（邱敏娜）

真风采

用朗读陪伴成长

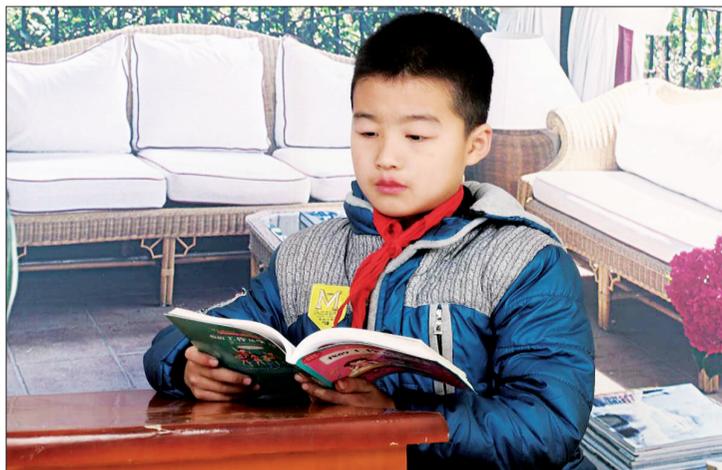
□记者 王大千 文/图

今年10岁的王毅博是广利街小学五（3）班的学生，从三年级开始，他就非常热爱朗读。这个拥有好人缘的小男孩，不仅学习成绩好，而且是班里的文艺骨干，不管是在学校的文艺活动中，还是在社区的文艺活动中，都有他的身影。

每天读报 与朗读结缘

“朗读是美好的过程，能给人以力量。”王毅博的爸爸王继光说，孩子与朗诵结缘是在两年前。“我们家里人每天都要读《洛阳晚报》，因为读报既能学习知识，又能开阔视野。”时间久了，王毅博开始自己读报，并结合语文课本开始学习有技巧地去朗读，让发音更加标准。后来，他的班主任张伟发现了他的朗读特长，就让他担任班里的早读领读。“一日之计在于晨”，在王毅博的带领下，班上每次早来的同学都会自觉地拿出课本朗读。陆陆续续进教室的同学，也会被这种气氛所感染。

就这样，王毅博学会了读书，也学会了朗诵。说来也奇怪，他对朗诵好像很有天赋，即便是一篇陌生的文章，他也会读得抑扬顿挫，而且从不卡壳。特别是那首岳飞的《满江红》，被他演绎得回肠荡气，慷慨激昂！



王毅博

参加诵读表演 积累珍贵财富

去年“六一”前夕，王毅博要参加社区文艺表演活动，于是活动前几天他都忙于排练和背诵。“看着他的忙碌样和早起晚睡的认真劲儿，我既感慨又自豪。”王继光说。

去年暑假，王毅博还参加了由洛阳晚报教育周刊举办的小记者夏令营活动，其中的一项特色课程——诵读。“那次参与诵读表演对于我和她妈妈来说真的是一次‘意外的惊喜’，因为那是儿子

在没有和我们商量的情况下就自己做主了，去参加夏令营的前一天，我才知晓有这么一回事。于是匆忙之中找了一首儿童诗给他，后来张伟老师给我发信息建议让孩子朗诵《满江红》，于是，我和他妈妈连夜帮他“温习功课”。最终，他发挥得非常出色。”王继光说。

王继光说：“当孩子在台上神采飞扬时，台下的我看到的却是他成长的痕迹，那点点滴滴，都隐在时光的后面，这些经历都会伴随着他，成为他成长过程中最珍贵的财富。”

洛阳新东方学校协办

地址：涧西区太原路与联盟路交叉口西南角、西工区邮政大厦三层
电话：0379-62926888

秀秀吧



《快乐的鸡》
作者：刘佳辰 中信小学四（3）班