

合理规划 心态制胜

将考研进行到底

本报记者 李 杨

全国研究生招生考试报名工作将在10月31日结束。在经历过考研的同学们心中,考研真正是一个“痛并快乐着”的过程。当你选择了考研,你就要忍受在漫漫长夜灯下苦读的痛苦,就要准备好淹没在漫无边际的题海当中。

但当你真心投入到考研复习的时候,你就体会到那种为理想而奋斗的快乐与充实。从对2008年考研学生的采访中,记者发现,那些成功的考生往往都有坚定的信念和良好的心态。

以平常心面对

考研犹如一场比赛,当选手实力相当时,往往心理素质能够决定成败。曾在去年考研中遭遇失败的小鹏告诉记者,自己所学专业如果不考研就没有很好的出路,因此复习时感觉压力很大,情绪不稳定。和小鹏情况类似的考生还有很多,也有一些甚至为考研放弃了一些工作的机会,因此对考研的成败更加看重。

其实,如果能抱着一颗平常心来面对

考研,往往更有利于冲刺复习和考试的发挥。用“千军万马过独木桥”来形容考研并不为过,但无需太在意你所报考专业的录取和报考比例,你只是在挑战自己。复习的过程是枯燥的,也可能是艰难的,因此你必须要要有坚定的信心和坚持不懈的恒心,更重要的是要有一颗平常心,在压力和动力之间把握平衡。考研,的确能够很好地检验一个人的综合素质。

合理计划帮你成功

到了11月,伴随着考试报名现场确认环节的到来,考研复习也将进入关键的复习和冲刺阶段。郑州大学的研究生小张把身为“过来人”的经验告诉大家,每个人都应该有一个适合自己进度的冲刺时间

表,一份科学合理的计划会让你在有条理

的复习中感受到充实和平静。

一般情况下,考前两个月要开始加强理解和记忆,重新复习前一轮复习中总结出的重点、难点和历年常考知识点,也可以参加政治、英语、数学等冲刺班;12月中旬开始进行查漏补缺,所有科目的知识点都要再逐一梳理一遍,不要留下任何盲点和死角;而考前十天最重要的是调整心态,在原来基础上减少复习量,重点复习掌握不彻底的知识点,并严格按照考试时间做模拟题,这样能让你适应考场心态,学会合理安排考试时间。

调剂良机勿错失

紧张的初试过后,还不是放松的时

候,因为每一年都有考生因为分数与理想的学校失之交臂。但通过调剂这一途径,你或许会得到一个新的机会。专家提醒考生:初试一过,要积极打听分数及排名情况,尽早确定自己是否能进入复试,以免贻误调剂时间。

调剂的主动权掌握在自己手里。考生要密切注意各高校网上发布的调剂信息,或者直接找到招生单位研招办的电话,依次打电话询问,一定要及时、准确把握相关专业的空缺信息。一旦你确定想调剂,亲自奔赴最有可能接收你的学校也未尝不可。如此一来,不仅为该校研招工作人员减少了麻烦,同时也可以通过与老师的面对面接触,给对方留下一个深刻的印象,让对方感受到你求学的诚意,从而增加你调剂成功的把握。



年华流转,岁月流金,十六岁就走上讲台的我,至今已满三十五年教龄。

三十五年,我有太多太多的人生感慨。三十五年,坚定我一个信念——和学生在一起是我最大的幸福。

三十五年,我虽然错过了北京电影学院编导系的大门,但我却用智慧和心血,“导演”了千家万户琅琅的笑声!

三十五年,我虽然放弃了进机关、当作家的机会,但我却用执著和信念,书写了一个人民教师自豪的人生!

三十五年,我有错过和放弃,但是绝没有遗憾和失落,三十五年的日升月落,岁月馈赠于我的,是人间最诚挚的尊敬!

在课程改革的今天,我该如何做教师?教学之路,应该何去何从?在我们优

秀教师的身上,我找到了答案,一个优秀教师的血液里,流淌的是对教育事业的赤诚,是对每一个孩子的挚爱,是对孩子们个性与特长的赞赏与肯定。在优秀教师的教育行为中,应该闪现现代教育的灵光,应该体现“善良、丰富、高贵”的人性,应该体现教师职业的“真情、真心和真诚”。

从优秀教师的身上,我找到了答案,教师,应该有美丽的心灵。教师高尚的人格,使学生敬仰和高尚;教师广博的知识,使学生选择勤奋;教师的微笑和赞许,给学生以自信和力量。

我到郑州中学已经十年。十年来,我的工作

是辛苦的,但我的心却是快乐的。众所周知,示范性学校的教师工作压力是大的,寄宿制示范性学校的教师生活是很

辛的。但心快乐,人就快乐。因为,工作在郑州中学,学校精神的浸润,学校文化的熏陶使我看到的是“视野”,是“事业”,是追求。

作为郑州中学的一名教师,我常为身边有一批勤业、智慧的教师而自豪。像我们这样几千人的寄宿制学校,如果没有了早操时那一排班主任的身影,如果没有了晚上教师办公室那一片灯光,就不会有郑州中学孩子们奋发向上的学习氛围。

我知道,当我选择了一种职业,就选择了一种生活方式;当我走进了一所学校,就选择了一种学校文化。1931年12月3日,在梅贻琦先生就任清华大学校长的就职演讲中有这样一句话:“大学之大,乃大师之大,非大楼之大之谓也。”我们无法和清华

相比,我们也决不敢称自己为大师,但是,我们完全可以豪情万丈地向大师走去,因为我们已经有了成为名师、成为优秀教师的信念和追求,有着成为名师的专业基础,更有着成为名师的舞台。

三十五年,我对教育有说不完、道不尽的情思。作为一名人民教师,我为自己所从事的职业而自豪。我爱教育,我爱学生,我爱教师这一行! 郑州中学 胡银让

《教师博客》和《教子有方》

栏目欢迎广大教师和家长踊跃投稿,本版将择优选用。来稿请发电子邮件至——

312465391@qq.com)

“郑州教育新发展”征文、摄影绘画比赛获奖作品名单(征文96篇、摄影绘画71幅)

一、征文获奖名单

姓 名	学 校	辅导老师	姓 名	学 校	辅导老师	姓 名	学 校	辅导老师	姓 名	学 校	辅导老师
(一)小学组			(一)小学组			(一)小学组			(一)小学组		
一等奖(5名)			一等奖(5名)			一等奖(5名)			一等奖(5名)		
陈 坤	荥阳乔楼镇第一小学	张佳佑	孙惠心	二七区京广路小学	张 宁	王晓燕	新密市直一初中	赵丽平	谢昱曼	郑州四十四中	周 静
丁 宇	二七区建新街小学	袁金瑞	赵相宁	上街区铝城小学	程秀珍	刘 雨	郑州六十六中	陈 巍	李 慧	中牟第二高中	鲁书荣
高博文	登封君召乡中心学校	吴凌云	冉行艳	中牟县黄店镇武张小学	杨国举	李瑞秋	郑州市102中	崔焕喜	茹 晴	郑州幼儿师范学校	王新兴
彭梓秋	中原百花艺术小学	蔡亚莎	安子隽	中原华山路小学	许 婕	郭小娟	金水区第一中学	任雪霞	陶虹米	郑州科技工业学校	辛建梅
张 好	经开区外国语小学	张俊杰	李卓菲	中原华山路小学	黄 辉	李雪莹	中牟县直一初中	吴让花	(四)教师组		
二等奖(9名)			(二)初中组			李 飞			一等奖(3名)		
陈小虎	荥阳乔楼镇第二小学	任 燕	师金科	郑州二十二中	张 沛	朱丽红	中牟县郑庵镇第二初中	赵丽英	崔伟峰	郑州盲聋哑学校	张保泉
陈亚娟	中原百花艺术小学	薛 萍	李 娇	高新区石佛中学	黄国有	高 霞	荥阳第一初中	陈鲜艳	刘春枝	郑州经济贸易学校	
张焯轩	荥阳一小		张铜娟	金水区第一中学	范文松	李坤阳	新密市市直二初中	吴艳娜	张保泉	新郑新村镇第二初中	
颜 爽	新郑城关乡张庄小学	岳伟玲	孙 健	金水区第一中学	李开俊	(三)高中职业组			二等奖(5名)		
王林涛	中牟黄店镇福和希望小学	袁建红	张圣言	中牟实验中学	王变花	一等奖(5名)			何冰艳		
王童雨	崔庙镇马寨小学	赵 辉	二等奖(10名)			代泽芳			李照连		
闫小霜	新郑轩辕小学	冯爱芳	黄慧霞	登封中岳区第二初中	申彦涛	陈 君	荥阳实验高中	郭 杰	胡政伟	新郑轩辕中学	王长喜
崔 杭	荥阳崔庙镇崔庙小学	牛智慧	海 艳	荥阳乔楼镇初中	徐立新	王昕思	郑州外国语学校	张云岭	冯艳利	新郑实验中学	
朱艺玮	经开区营岗小学	涂立玲	李文静	荥阳崔庙镇初级中学	赵艳霞	李伟伟	荥阳三高中中部	王耀祖	刘媛媛	二七区建新街小学	
三等奖(15名)			王元楚	荥阳第二初中	楚巧霞	张红亮	郑州七中	王长喜	三等奖(12名)		
陈浩杰	经开区营岗小学	徐莉丹	王元楚	荥阳第二初中	张 芳	郭亚松	郑州七十三中	王耀祖	王建锋	黄店镇武张小学	王 茜
陈露雯	管城区逸夫小学	郑丽红	范明政	郑州二十三中	贺宝德	常松岩	郑州三十一中	陈国珍	康明达	郑州七十三中	
刘 雯	管城区回民一小	王艳霞	俞 璐	郑州六十六中	马妍妍	邵剑平	郑州七中	金彦斌	王顺德	郑州上街实验小学	
李紫苑	中原百花艺术小学	孙艳玲	郭婷婷	二七区侯寨一中	陈元志	宋柏萱	郑州四十七中	王玉玲	李美娟	新郑新村镇二初中	
任益康	荥阳索河惠厂小学	李可钦	张思远	荥阳豫龙镇初级中学	吕 珂	王 钦	郑州幼儿师范学校		张倩倩	郑东新区郑州八中学校小学部	
王紫薇	中原百花艺术小学	王 芳	陈清荷	新郑市实验中学	王连德	三等奖(9名)			李 霞	二七区侯寨一中	
李怡馨	新郑郭店镇郭店完全小学	李红彬	三等奖(13名)			崇双双			王剑维	郑州盲聋哑学校	
陈 瑜	新郑轩辕小学	高 飞	王蒙蒙	登封大金店镇第一初中	张拯华	宋雪莹	郑州七中	周 丹	李晓晓	登封市崇高路小学	王 茜
陈玉霖	荥阳乔楼镇二小	李凤霞	耿怡婷	登封市区三初中	王爱敏	马慧超	荥阳实验高中	张辉丽	张文武	新郑薛店镇二初中	
张 珊	高新区牛砦小学	任晓丽	韩 昱	新密市直二初中	刘玉先	郭斐斐	郑州七中	赵芳丽	贾文民	郑州八十二中	
			马 浩	荥阳三初中中部		徐 倩	荥阳实验高中	孙浩亮	马 萱	郑州四十四中	
									王 茜	中牟县直一初中	

二、绘画、摄影获奖名单

姓 名	学 校	辅导老师	姓 名	学 校	辅导老师	姓 名	学 校	辅导老师	姓 名	学 校	辅导老师	
(一)小学组			(一)小学组			(一)小学组			(一)小学组			
一等奖(4名)			一等奖(4名)			一等奖(4名)			三等奖(8名)			
刘凯旋	荥阳三小	于 蕾	侯斐然	新郑新烟小学	张艳利	吴 腾	中牟县城关初中	闫新敏	邹梦霖	郑州艺术工程学校	贾天宝	
栗婷婷	路砦小学	楚鹭鹭	侯晓博	新郑黄水路小学	代艳伟	刘康西	二七区侯寨一中	贾天宝	孟晓宇	郑州艺术工程学校		
李诚开	郑州永安街小学	盛 洁	李源源	荥阳三小	赵同德	白栖沅	新郑梨河镇梨河中学	段先锋	郭雨晴	郑州一中		
冯庆一	新郑新华路小学	吕永红	赵 妍	新郑新华路小学	王伟华	陈笑一	荥阳二中	赵元翠	边冉冉	郑州科技工业学校		
二等奖(7名)			(二)初中组			荥阳第二初中			胡丹丹			
李梦涵	路砦小学	赵建勇	王力行	二七区侯寨小学		宋 鑫	郑州106中学	李森森	荆亚倩	郑州科技工业学校	李 路	
陈亭汝	新郑新华路小学		郭倩倩	二七区侯寨一中	郭建功	袁 渭	二七区侯寨一中	毛雪敏	毛雪敏	郑州科技工业学校		
张碧云	经开区外国语小学		周葛威	新郑轩辕中学	刘 亚	闫帅营	二七区侯寨一中	刘瑞鹏	刘瑞鹏	郑州艺术工程学校		
张菁菁	新郑实验小学		孙新荣	李翔宇	荥阳二中	贾 旭	司羽如	新郑龙湖镇第一初中	杜成真	杜成真		郑州艺术工程学校
李雨函	新郑新华路小学	王慧霞	二等奖(7名)			中牟县城关初中			(四)教师组			
罗嘉伟	经开区大孙庄小学	王 璇	刘 珊	薛店镇第一初中	周丽霞	(三)高中职业组			一等奖(2名)			
张雨璐	高新区百炉屯小学	张鹏召	张雅君	二七区侯寨一中	张春雨	一等奖(2名)			邱 勤			
三等奖(13名)			张 迪	新郑实验中学	李 娟	刘利娟	郑州艺术工程学校	贾 芳	郭园春	郑州艺术工程学校	李丽平	
张晓月	荥阳一小	崔琰琼	马 冬	郑州第六十六中学	路 丛	赵 阳	荥阳三高中中部	荣海云	郭园春	郑州艺术工程学校		
周 晶	路砦小学	王 旭	项钟菁	郑州第三十七中学	齐伟杰	二 等奖(7名)			二 等奖(3名)			
马露瑶	上街区外国语小学		李楠楠	郑州第六十六中学		周 娱	中牟第四高中	李丽平	邱志勇	中牟狼城岗镇西狼小学		
黄 焱	荥阳四小		刘隆巧	新密市直第一初中	李 路	李 召	郑州一中		鲁书荣	中牟第二高中		
马若雯	华山路小学		张凯鑫	新密市直二初中		李文慧	郑州一中		张宗超	新密市直第二初中		
苗皓皓	新郑实验小学	王君瑶	新郑龙湖镇第一初中	张树双		郑州科技工业学校	三 等奖(2名)					
胡 婧	崔庙小学	赵海燕		张 俐		郑州科技工业学校	孟红强	中牟实验中学				
					李小红	张秀军	郑州艺术工程学校	李伟红	新郑龙湖镇第一初中			

请以上获奖者于下周三之前携带相关证件前来领取荣誉证书。地址:陇海西路80号郑州日报社一楼东大厅。



21年如一日 甘为学子洒心血 教师杨志芳被学校授予“特殊贡献奖”

本报讯(记者 郭在伟 通讯员 屈鹏飞)从教21年,当了21年班主任,从未因病或个人私事请假。她,就是郑州31中教师杨志芳。近日,这位“全勤老班”得到了学校颁发的“特殊贡献奖”。

据介绍,杨志芳1988年参加工作,就积极要求担任班主任,这一干就是21年。为了班里的学生,她连产假都没有休。1997年,因同年级一老师脱产进修,学校安排她代这位老师的课。当时,她的孩子才几岁,一天上四个班的课,加上数学学科作业批改量大,还有备课和班主任日常工作,杨志芳一天在校时间超过14小时。但杨志芳说:“这也是没办法的事,总不能让学校工作掉在地上,学生也是我的孩子,为他们付出,我无怨无悔。”

21年来,无论刮风下雪,无论酷暑严寒,她每天7:00就到校,晚上很晚才回家。就这样,21年如一日,没有任何怨言,杨志芳履行着一位教师的职责。

作为班主任,杨志芳注重用心爱心和耐心感染学生。对后进生,杨志芳倾注了更多的心血。她经常与任课教师和家长沟通,对后进生进行教育,热情鼓励与严格要求并重。学生宋志(化名)父亲早逝,性格叛逆,爱惹是生非,杨志芳为了帮助他,常常给他补课。一个冬天的下午,杨志芳去火车站接自己母亲,正遇上宋志放学路上遭遇他人胁迫。杨志芳就极力与坏人周旋,又出租车把宋志送到了家。宋志母亲知道后,非常感动,写了感谢信,并送杨志芳500元购物券。杨志芳坚决退回了购物券。她对家长说:“我也是母亲,宋志是我的学生,就像我的孩子一样,这些是我应该做的。”

由于杨志芳工作深入细致、方法灵活,所带的班级班风正、学风浓、习惯好,多次被评为市文明班集体,她所担任的数学教学任务每次都出色完成。

杨志芳多次荣获国家、省、市优秀辅导教师等荣誉,多次被评为“郑州市教育教学先进工作者”、“跨世纪学术技术带头人”、“优秀教师”、优秀班主任、“三育人先进个人”等。

“甘做人梯,发掘每个学生的潜能,让每个学生出类拔萃,让每粒金子都闪光,让每块花瓣都芬芳”是杨志芳的座右铭。采访结束时,这位普通的老师告诉记者:“教师的职责就是教书育人,我所做的一切都是我应该做的。”

★10月16日,管城区逸夫小学举行了“语文青年教师基本功比赛”。各位参赛教师都展示了自己的风采。从毛笔字、钢笔字、粉笔字、美文朗读、说课课以及才艺展示,都体现了教师在教学中心思严谨周密,授课中板书清晰明了和生活中的多才多艺。

曹建峰

★近日,管城区实验小学开展了以“祖国发展我成长”为主题的手抄报评比展览活动。其中低年级以“庆祝祖国生日”绘画为主题,中年级以“家乡新变化”为主题,高年级以“寻找家乡英雄人物”为主题。美丽的构图,漂亮的钢笔字,字里行间都透出孩子们对祖国和家乡的热爱。

赵轶琳

★为了进一步提高教师的专业素养,加快教师的专业成长,中原区华山路小学于10月16日在校举办了以“读书、感悟、人生”为主题的第一次教师读书沙龙活动。

校长陈卫红对与会老师提出希望,要求全体老师向书本学习,向他人学习,向实践学习,要将读书与工作、思考、写作有机结合,以这次活动为契机,努力把华山路小学的读书活动向纵深推进,进而为华山路小学教育品牌的打造增光添彩。

费 颖

★10月16日,上街区中心路小学少先队大队部举行了以“学法守法用法,建设美好祖国”为主题的法律知识竞赛活动。

本次活动采用网上知识竞赛答题的形式开展。通过本次活

动,充分调动了少先队员学法守法用法的积极性和自觉性,为推动青少年法制宣传教育营造了良好氛围。

陈 芳

★为了我们人类能拥有湛蓝的天空,绿色的家园,清新的空气,近日,二七区陇海中路小学、建新街小学、邱砦小学和交通路小学开展了“节能减排,少先队员在行动”的活动,同学们纷纷走出校园,走进社区、超市进行环保知识宣传。

王新路

★10月16日,登封市直二幼的校园里热闹非凡,家长们参加了幼儿园组织的家长开放日活动,利用家长开放日活动搭建家园合作的平台,深受家长的热烈欢迎和好评。另据了解,惠济区南阳小学也举行了“家长进课堂”活动,学校邀请家长与孩子共同走进教室体验学习。

王新路

★为了营造和谐向上的班级氛围,促进班级的整体优化,近日,惠济一中要求各班集体开展“魅力班级”创建活动,鼓励老师和同学们以良好的心情,真实有效地享受班级文化建设的过程。

新 路

★近日,郑州师附附属实验中学与惠济区东风路小学分别邀请邹越教授到学校进行“让生命充满爱”主题演讲。邹越教授以自己的亲身经历阐释了这次演讲的主题——“让生命充满爱”,带领老师、学生、家长共同进行了一次心灵之旅。

王新路

★10月21日,中原区化学课标解读研讨活动在郑州市第七十三中学举行。七十二中的教师刘瑞平给大家上了一堂独具特色的化学课标解读示范课,随后,又进行了课标解读课的研讨与交流。

张 伟

★近日,中原区互助路小学在省工人文化宫体育场召开了为期三天的秋季田径运动会。运动会上,运动员们为了班级的荣誉努力拼搏;其他同学也不时地为运动员们呐喊助威。运动会特别设立了推铁环、趣味接力等教师项目,取得了良好的效果。

毛笑宇 张 伟

★近日,航海西路小学六年级110名学生和教师来到郑州市中小

生社会实践基地——中牟科技园。实践活动增强了学生的动手能力,同时也让他们感受到了集体生活的乐趣。

孙丛霞