

# 马冰一也睡懒觉但会自我调节

## 我省文科高考状元和状元妈妈昨日本报接听热线 学习需要一种状态,心情不好时宁愿去散步,从不勉强自己

昨日上午,我省文科高考状元马冰一如约来到本报接听热线,中学生、小学生、家长都争先恐后地与状元和状元妈妈对话,探讨学习诀窍和育女之道。马冰一说高考成绩出来后自己很忙,忙着接受媒体的采访。

□晚报记者 张翼飞 文/图



我省文科高考状元马冰一昨日在本报接听热线

## 雪维平皱密码



Save®

### 祛皱防皱 一套就够

是的,平皱密码不是一般的化妆品,它能迅速被肌肤吸收,渗入肌肤底层,修复断裂的胶原纤维细胞,激活沉睡的表皮细胞,使肌肤重新焕发青春的状态。



紫荆山医药部(二楼超市)  
世纪联华一楼药柜(东风路店)  
易初莲花二楼医药部(紫荆山路店)  
大上海一楼保龙堂

亚细亚一楼4、7区  
北站丹尼斯一楼医药部(北站隔壁)  
郑州百货大楼医药部  
大上海保芝林(二楼)

家世界一楼药柜(嵩山路店)  
商业大厦医药部A区  
丹尼斯三楼医药部(丰产路店)

年轻热线: 63997803 市内免费送货 诚招各地市加盟商

## 文科状元说学习诀窍

### 另辟蹊径答出一道三角函数题,她自豪把数学学活了

刚刚坐定,热线电话就叫起来,马冰一不慌不忙地和电话那头的一名将要上高三的女生交流起来,柔声细语的她像个知心的大姐姐,“你的数学不好吗?马上就要读高三了,那你就趁着暑假好好加强一下,尤其是薄弱的地方。”

马冰一告诉求教者,数学是她最得意的一门课,上高一时,有一道三角函数题比较难,老师用传统的方法解题,比较麻烦。她就另辟蹊

径用一种比较简单的方法解题,老师还让她到讲台上讲解自己的做法,她很自豪自己把数学学活了。

马冰一说,她为每门课都准备一个错题本,将错题分门别类地归纳,对每一道错题都列出正确和错误的思考过程,并写出分析意见。也正是经过这样的锻炼,马冰一打下了扎实的基本功。

有位陈女士咨询马冰一,有没有必要让自己的儿

子学奥数,因为那大多是偏题怪题,不知道对孩子的学习有没有帮助?

马冰一认为,如果学生对奥数有兴趣,并且学有余力就可以学。她的一个男同学就是学奥数的,思维就很活跃,思路也很宽阔,反应比较快。如果孩子对奥数不感兴趣就不要勉强,因为奥数比较难,这样会打击学生的积极性,继而产生厌学情绪。

### 长期的积累对语文考试非常有帮助

一位家长抱怨说,自己孩子的语文程度不好,平时写个作文都要憋半天,问问高考状元语文学习有没有窍门。

马冰一说,自己的经验就是要接触课本外的东西,多看优秀的课外读物来培

养自己的兴趣,其实语文本身在学科方面就比较杂、比较碎,和课本的联系相对少一点,就算是语文考试的内容,和课本联系得也并不紧密。在语文的学习过程中,可能有些人会花大量的时间去做语文习题,她认为这

样是没有效果的。语言的学习关键在于应用,只要你足够留心,其实语文的学习完全可以贯穿于生活中。长期的积累,对于语文考试是非常有帮助的,在考场上,就可以发现自己的思维很开阔,文思泉涌。

### 扩大阅读量,增大词汇量,是高中英语学习的关键

一名叫小鹏的学生咨询说,自己英语成绩较差,马上就要念高二了,该咋办?

马冰一告诉他,学英语要尽量多记一些东西,课本知识要牢固掌握,并且学会灵活运用,而暑假不能忽视复习。另外,英语学习朗读是非常重要的,因为在读的过程中既训练了听力,又提高了阅读水平,更重要的是培养了英语的语感。语感是面对英语试题

时一种非常重要的能力,有时它是说不清楚的,但往往就是这种能力使学生在考试中能够解决一些棘手的问题。而扩大阅读量,增大词汇量,是高中英语学习的关键。

### 学习需要一种状态,心情不好时宁愿去散步

一个小学生也慕名给状元姐姐打来电话,说自己也想做一个状元,有什么诀窍吗?

马冰一说,高考最关键的不是高三,而是小学、初

中、高一、高二阶段的踏实学习。她的绝招就是上课注意听讲,跟上老师的进度,下课注意总结,对知识点查漏补缺。最注重的就是课堂

的时间,老师讲的每一个知识点都不放过,认真记笔记,并做好预习。学习需要一种状态,心情不好时,宁愿去散步,从不勉强自己。

## 状元妈妈讲育女之道

### 对孩子的学习不能太关注也不能漠不关心

不少家长还打来电话咨询马冰一的妈妈闫英丽,平时是怎么教导孩子的。

闫英丽说,对孩子的学习不能太关注但也不能漠不关心,家里从不给孩子施加压力,但是要注意引导,哪次

考试不好,会帮助马冰一分分析原因,是不会,还是粗心大意。这样有利于孩子的成长。

状元妈妈这样评价女儿:动手能力强,善于分析问题,喜欢动脑子,喜欢做化学实验、手工叠纸花。会照顾自

己,爱收拾屋子,能做简单的饭菜。爱好广泛,绘画、弹琴都能来两下。她一直没上过任何辅导班,在家也睡懒觉,可是总能自我调节,从来不让大人操心。孩子最大的特点是自己的问题自己解决。

## 状元接热线之花絮

### 两名中学生强烈要求见见状元

昨天上午,在马冰一接热线的房间里,早早等候着两名学生——在郑州外国语中学读高一的小钱和正在念

初一的袁铭。他们听说马冰一要来接热线,就强烈要求见状元一面。13岁的袁铭说,他希望几年后自己也能

成为高考状元。在马冰一接热线的时候,这两名仰慕者一直静静地坐在一旁崇拜地看着这个小姐姐。

### 北大老师祝马冰一生日快乐

昨日,记者拨通了北大河南招生组组长迟行刚的电话,听说河南文理状元都选择了北大,迟老师乐得哈哈大笑。他说,北大对高考状元一向有奖励政策,学生

连续四年都可以拿奖学金。电话中,迟老师向马冰一表示祝贺并祝她生日快乐。

昨日中午,本报为马冰一过了一个简单的生日。当写着“祝高考状元生日快乐”的大

蛋糕摆上饭后,马冰一乐得眯起眼睛,催着妈妈把“皇冠”弄好帮自己戴上,还叮嘱记者,“这个照片可不能发到报纸上,戴着皇冠看着大孩子气了,都变小了。”