

郑州晚报  
这厢有“礼”!

继“郑州晚报首届读者节”之后，郑州晚报再次派送大礼。即日起，凡固话尾号、手机尾号、车牌尾号、身份证尾号为61或8的读者，144元订一份全年《郑州晚报》，将有1名读者获得价值61倍（8784元）的珠宝礼品，将有61名读者获得价值8倍（1152元）的珠宝礼品。

订报热线：67659999

订报地址：郑州市陇海西路80号郑州晚报大厦305室

2010年6月5日 星期六 主编 王长善 编辑 赵晋 校对 李艾 版式 唐彪

# 一位3次陪考的老师 教家长如何当“奶爸”

6月7日、8日高考

轻松上阵 祝你考出好成绩

80后、90后的父母一般只有两次亲历高考的机会，“自己一次，独生子女一次”，而从事教育工作的贺老师，却有4次机会感受高考。“堂兄英年早逝，我把侄子、侄女带大了。”

称呼他为“超级陪考”，一点也不为过。

贺老师说，3个孩子的高考都是他陪着，由于自己心态轻松，方法得当，3个孩子都发挥得不错，比平时的水平高出5分到10分。

来，看看贺老师的陪考方法。

晚报记者 张勤 张竞喆

## 考前晚上：陪孩子在金水河边散步

6月6日下午，收拾好衣物和儿子的必看书籍以及几套高考模拟试题，来到位于紫荆山路附近的朋友家里借居。

“儿子，假如你分在咱家附近的考点，我都不会调公休陪你，今儿起这3天，老爹不制造压力，就是你请的做饭的，考试是你的事儿，弄好吃的是我的事儿。”

晚上，一家人到金水河边散步，河的南侧不远处就是儿子参加考试的郑州六中考点。

“老爸，说说你高考期间最有趣的一件事儿吧。”儿子开始自己寻找话题。

“那就是1979年7月9日下午考完最后一场，应该是英语，我没想到你爷爷会在学校门口切开了好多西瓜，看见和我一起的同学就给一块儿，那是我吃过最好吃的西瓜！”

“所以，在家里你尽买西瓜，弄得我看见西瓜都害怕。”儿子确实不爱吃西瓜。

10点刚过，我们回到了临时的家，儿子在喝过一杯牛奶之后，很快就睡着了。我这边暗自窃喜：谁睡得香，谁发挥就好，哈！

## 考试第一天：替儿子看NBA

6月7日，高考第一天。上午考语文。6点半，准时叫醒儿子，在院子里随便走走，找了个没人地方，读了一遍他最喜欢的散文《荷塘月色》，算是找找语言类考试的感觉。

早餐和平常一样，豆腐青菜，一人一个煎鸡蛋，小米稀饭和馒头。考前我是不会让孩子吃油炸食品的。

我记得很清楚，那天也是NBA总决赛的第一场，骑士对马刺。

“老爸替我看着，我去高考，最好打延长期，让我回来能看上结果。”轻松中，我陪着儿子去了考场。考前20来分钟，儿子进了考场：“爸爸赶紧回去替我看NBA，中午不要来接。”

“说是不接，其实我还是接了。”

“作文写关于成长中的挫折。”

“很有利于你的发挥，你挫折太多啊，一摸（第一次摸底考试）正赶上打球摔伤了手腕。好了，语文考完了，你的长项开始了，回去做两道数学题，把思维方式转变到数理方法上来。”

中午，侃球，做两道数学题，午休35分钟。

数学考完，我只问了一句“做完了吗？”“差一问，哈，反正我也不是考状元。”儿子的心理自我平复能力让我敬佩。

7日晚间，照例金水河边散步，孩子回去做了一套比较简单的理综试卷，自我感觉良好，只是要求喝冷饮，被婉拒。

## 第二天：孩子有点紧张，注意替他分析有利形势

8日考的理综，是儿子的长项，其实他心理压力不小，在进考场前，他拉住了我的手，能明显感觉到手心里有汗。

“昨天数学过于容易，今天的理综会比较难，这有利于拉开档次，你的机会来了，A卷分数多，注意答题卡。”言毕，我用力拍了他的脸颊，就像拳击教练送拳上阵一样。

……

“确实挺难啊，但我很顺利地做完了，检查一遍后，还有10分钟时间，遵照您老人家的旨意，我没有检查第二遍。”我从来不让孩子考试期间检查第二遍的，因为在知识点上，学生的第一判断往往是正确的。

也许是上午发挥太好，儿子过于兴奋，我拿出了英文版的《圣经》，让他吟诵一段，在静心的同时，也好进入语言考试状态。

下午的英语，儿子进考场前本来很平静，没想到他突然转过身来说：“照个相吧，将来拿诺贝尔奖了，好给记者们讲述这一段。”

考试结束了，出考场之后他截留了身份证：“今晚，我要第一次以成年人的身份去网吧玩联机游戏，估分，后天再说吧。”

平日他的成绩在重点线以上35分左右，结果，高考他超过了重点线50分。



6月1日，宁波经贸学校的高三学生在操场上进行放松游戏。新华社发

## 考前轻松操

## 画个圆

## 仰天长啸

两个提醒

### 后天就上考场了 心理专家交代3句话

市八院副院长、心理学博士胡雄

家长：最重要的是保持平常心

原因：因为对孩子来说，最大的压力来自于家长，按平时的生活方式，教孩子以最自然的姿态应对考试。

老师：送考时可别穿正装

原因：怎么自然怎么轻松就怎么穿，这样会传达给孩子一种信息——高考是一件很自然、很放松的事情。

保送生：不要刻意掩饰自己高兴的心情

原因：保送生的轻松惬意，难免会给艰难备战中的考生带来压力。

晚报记者 邢进 实习记者 宋建巧

### 有经验的老师说 考试不用记答案 多考个三五分没问题

今年高考实行新政策，知分后填报志愿，考生不用估分，也不用像往年那样考试时记下自己的答案了。

有着15年工作经验的一所省级示范性高中的高三年级长袁全超说，少了背答案的心理压力，一些考生会发挥得更好。

因为新的知分填报志愿的政策，降低了考生估分填报志愿的风险，在考试前也有个心理暗示作用。“心理较容易波动的考生，少了记答案的压力，多考个三五分，也不成问题。”

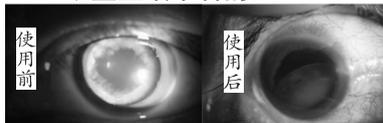
晚报记者 张勤

# 治疗眼病当天见效

最近郑州眼病患者（白内障、飞蚊症、老花、近视青光眼、黄斑变性、眼底出血、迎风流泪。）在奔走相告有一种神奇眼药水当天见效。具体什么情况？让笔者领我们去实地了解一下。

家住金水区的许大爷（金水区人大代表）70多岁了，患白内障、青光眼多年，年轻的时候没有钱，随便吃了点药。到老了视力越来越差。如今带老人去医院除了手术没有确切的药物，可年纪大医院不建议手术不安全。今年过年媳妇回老家，给公公带了3个疗程的眼宜生，用了3天眼睛的肿胀感马上就消失了，3个疗程用完了，许老可以带孙子出去了玩了。

眼宜生效果看的见



药水滴入眼睛5秒倍感舒服，就像给眼睛洗了澡。

使用眼宜生5-7天，眼干、眼涩、肿痛明显消失，眼睛不再黏糊、怕光。15-20天，眼前烦人的白雾、黑点、迎风流泪的症状减轻。看东西西部模糊，视力逐渐恢复。3个疗程，眼前的黑点异物不见了，白内障、青光眼、玻璃体浑浊、飞蚊症、视网膜、黄斑变性、老花眼各种炎症等眼病彻底康复，终身告别眼病不复发。

为了迎接国际爱眼日到来，让更多的人受益，眼宜生厂家特此举办大型买赠活动：

买5送5，买10送15  
原价：78元/瓶 现价：29元/瓶

热线：0371-66622057

经销地址：商业大厦一楼药柜A区 亚细亚负一楼二区

# 心肌缺血 不怕了

“搭桥”药吃了都说好

## “药物搭桥”——不手术康复心脏病

胸痛、闷气、心慌、呼吸困难、头晕乏力心脏病患者每天都要吃药去减轻这种痛苦的折磨！时常半夜被憋醒，要死的感觉都有，更可怕的是随时都有发生意外的可能！

国际上，一种比心脏搭桥手术效果更好的“药物搭桥”治疗模式让人成功的摆脱了这种危险！国家药监局特批的国药【恒通冠通片】采用药物搭桥理论，通过软血管，搭心桥建立自身血管再造的侧支循环系统，能迅速且永久性改善心肌任一部位的缺血症状。同时稳压，降脂，疏通已堵塞血管，修复坏死心肌，达到杜绝心梗和治愈心

脏病的目的！心肌缺血，冠心病，心绞痛，心肌梗塞，房颤早搏可直接拨打 0371-66058106 详询或订购。

北京市恒通制药有限公司研制的【恒通冠通片】经北京多家权威机构临床实践证实：服用后当天心不慌，胸不闷，胸不疼，睡得好，心脏泵血有劲，浑身有劲；2-3个疗程心脏全面转好，身体恢复和正常人一样。

专家热线 0371-66058106 (4盒一疗程 买三送一)

紫荆山医药部 / 亚细亚医药部3区 / 商业大厦一楼医药部A区 / 黄河路市五院对面同德堂大药房 / 北京华联西药部 / 崇德堂大药房 / 世纪联华(东风路店)