

2026年5月25日 星期一

脚踏实地，是为了更好地仰望星空

定海一中泮池通讯社社长、“泮池新语”学生讲师团团长 虞欣澄



两年前的此刻，我也和你们一样，在书山题海里日夜兼程，内心交织着滚烫的期待与隐隐的不安，既被复习的疲惫包裹，又对未来满怀憧憬。此刻，我只想告诉你：我也曾在深夜里为一道解不出的压轴题抓狂，为一次模考名次滑落偷偷掉泪，甚至在某个崩溃的凌晨反复问自己——这样拼，值得吗？

答案藏在接下来的二十几天里。

稳住心神，在焦虑中守住自己的节奏

初三下学期，我一度被焦虑裹挟。别人刷了三套卷子我就心慌，学霸开始预习高中内容我就乱了阵脚，一次模考失利就怀疑自己是不是“没救了”。后来我读到一句话：“如果斗争只是在极顺利的条件下才着手进行，那么创造历史未免就太容易了。”我忽然被点醒——正天道阻且长，才更要稳住心神。我的经验是制定属于自己的“补漏计划”，把最近三次模考的失分点按科目列成清单，每天固定时间专攻最薄弱的两个环节。当我专注于“今天比昨天多弄懂一个知识点”，那些无谓的比较和焦虑，反而慢慢消散了。

回归基础，把最简单的题目做到满分

冲刺阶段最容易犯的错误，是一味攻难题、刷偏题，仿佛不这样就“亏了”。但我的数学老师用一句话点醒了我：“把最简单的题做到满分，比磕出一道压轴题重要得多。”最聪明的策略恰恰是“退一步”——回归课本。我给自己定了一个规矩：每天早读前二十分钟，雷打不动地回归教材——公式的推导过程、古诗文的注释、单词的固定搭配，一个一个过。我甚至把物理课本上的课后习题重新做了一遍，发现里面藏着好些之前被忽略的细节考点。后来在考场上，帮我稳住基本盘、让我心里有底的，全是那些最基础的知识。

看淡分数，把每一次模考都当成试错

中考前最后一次模考，数学创下

了整个初三的最差纪录。那天晚上我把自己关在房间里，对着那张卷子发呆了很久。第二天，我做了一件至今都感谢自己的事：我没有继续沉浸在沮丧里，而是一道题一道题地做“错因分析”。结果发现，丢分最严重的地方不是我不会，全是审题粗心和计算跳步——它们根本不是我真水平的“判决书”，而是提醒我考前必须注意的“雷区”。考前那晚，我在笔记本上反复写了三遍“看清题目，稳住计算”，第二天走进考场时内心反而异常平静。最后，中考数学我拿到了整个初三的最高分。

走过中考，走进定海一中，我才真正理解“脚踏实地，是为了更好地仰望星空”。在这里，我从一个只顾埋头刷题的少年，逐渐成长为一名开始思考“我能为别人做些什么”的青年。

作为学校新闻宣传的中坚力量，我用文字和镜头记录校园的点滴。后来，我参与了学校重点打造的德育项目——“中学生讲大思政课”体系建设，担任“泮池新语”学生讲师团团长。在鸦片战争纪念馆，我和伙伴们即兴讲述定海保卫战的悲壮历史，让沉睡的文字在声音中醒来。我们还在模拟政协提案里为家乡发展建言献策，为保障校园餐的健康安全持续发力。

初三教会我“把眼下的事做到极致”，高中则让我明白“做这些事是为了什么”。中考是一扇门，推开它，你看见的将远远不止一所学校，更是有担当、有热爱的青春。今天，我想送你们一句话——脚踏实地，是为了更好地仰望星空。把眼前的每一件小事做到极致，就是在为那个远大的理想铺路。当你们带着这份笃定走进考场，每一道题都不再是负担，而是托举梦想的台阶。

最后，愿你们放平心态，全力以赴；笔锋所至，山海无阻！金秋十月，定海一中将迎来七十岁生日。我期待，在九月的泮池之畔、状元桥头，遇见眼里有光的你——下个七十年的一中故事，正等你来书写！

致2026届中考考生

白泉高中高二(4)班 赵栩熠



又是一年毕业季，相信此时正处于冲刺阶段的你们，一定有了自己大致的目标。心中有迷茫，有胆怯，但也不缺乏对未来的向往。作为一位普通高中的高二学生，我想跟你们分享我曾经的时光，诚愿为你们带来些许启发与鼓舞。

人们常赋之中考和高考以魔幻、夸张的色彩，将其作为人生最重要的大事之二，我们这样普普通通的学生，在未认清方向时，可以说是一直在被时间推着走。中考予我的感受和日常的期中、期末考试，其实并无不同，不过就是分班，进场，发卷，打铃，收卷——就这样，为三年的拼搏画上句号。

那时的我们都厌倦了父母的督促，听惯了老师的强调。在最后一个月的高压下，没有一个愿意放弃自己的人会停下笔。当我们真的融入学习和考试，似乎不再有什么令人紧张的“审判”。收获成绩时，我也才恍然发现——我落下的每一笔，努力学懂的每一个知识点都作数，每一次的放纵，也早在暗中标定了命运的价码。

当我沉迷于赛博世界的美好时，时间稍纵即逝。或许这算一个排解压力的方式，但它太难掌握，太易沉溺。我们都想在精神上建立理想的乌托邦，但不付诸行动，美好的幻想总会破灭。我曾没弄懂的电学难题，没有背诵的化学公式，也永远定格在被扣除的73分中。

但现在，你们依旧有时间有机会查漏补缺，跑得再远一点。

中考后，我仅考上了一所普通高中。说实话，我的心中无比失落。初中时我也考上过重高的分数线，可命运总不会遂人愿。那段日子，“考上普通高中就是普通人”的说法，一直在我心头盘桓。看着身边同学的成绩上涨，曾经不及我的同学进入了更好的高中，我的心中，下起了一场长久又潮湿的雨。

难道考上普通高中就命定于此了吗？不。

我知道，那不是我想要的人生。无论怎样懊悔从前，不如专注当下。

于是，我开始重新规划自己的人生——从每天早起开始。没有多么夸张的飞跃，只是调整作息，不再熬夜；认真听讲每一堂课，记好每个科目的笔记，红黑蓝三种色彩在纸上交织，密密的字迹是我从头再来的勇气。

努力没有白费，我用一年时间，从年段256名进步至180名，再进步至77名、51名。或许，一次失败会是我身上的淤青，但我绝不会倒下。在普高，我一样可以树立人生的目标，走自己想要的路。只要再勇敢一点，再坚持一下；我也可以参加竞赛，加入社团，可以学习与重点高中一样的知识。

中考只是人生中一次平凡的试炼。无论结果如何，是重点院校或普通学堂，请一而再、再而三地告诉自己：“再坚持一下。”我相信，你所付出的，终将结出硕果，在下一个秋季与你相见。永远别缺乏面对挑战与结果的勇气。正在奋笔向前的你，本就很耀眼。

最后，再次祝愿你们此行一帆风顺、金榜题名！

