

叠“豆腐块”5分钟缩短到45秒

保定泽龙实验中学高二学生学习成绩坐上“火箭”

□本报记者 石英杰

“天天整理内务，从5分钟缩短到45秒，我把被子叠成方方正正的‘豆腐块’。这练就了自己在考试的压力氛围中审题认真仔细有条不紊，改变了原先慌乱粗枝大叶的毛病。”昨日，保定泽龙实验中学高二6班的盛梓妍告诉记者。据了解，她中考入学的成绩为466分，仅为中等水平，而最近一次保定市统考中提升到了623分，昂首进入全市前100名。“学校近于严苛的管理帮助孩子克服了散漫惰性，她的学习更加自律。”看到孩子的突飞猛进，梓妍妈妈李月荣非常庆幸当初的选择。

天天叠“豆腐块”曾遭遇集体吐槽

昨日上午，在保定泽龙实验中学高二6班的女生宿舍里，盛梓妍俯下身子，面对打开的被子，展、折、切、压、捏、修，各个步骤有条不紊，一床棱角分明、整齐划一的“豆腐块”展现在记者和老师面前，45秒！

“高一军训和教官学习叠被子，头一次用了5分钟，叠出的被子成了梯形，非常丑。”盛梓妍笑着说。好不容易熬过了军训，没想到学校要求同学们每天早上和中午两次叠出“豆腐块”。“这有什么用？考大学靠这个吗？”每天叠完被子同学们都会在宿舍里集体吐槽。

但是一路坚持下来，盛梓妍和同学们发现一切慢慢发生了变化。年级总成绩第一的郑殿臻认为，一个人学习状态是由早上状态决定的，短短十几分钟必须穿好衣服叠好内务，尤其要叠出一个“豆腐块”，这时困意已消去大半。跑到跑操地点后立即开始操前读，此时已困意全无。一个个英语句子、语文常识涌入脑海，一天紧张的学习就这样开始了。

“原先考试铃声一响，紧张得手忙脚乱，审题粗枝大叶常常忙中出错。可通过坚持叠‘豆腐块’，这个毛病慢慢被改掉了。”盛梓妍和同学们逐渐体会到了叠“豆腐块”的好处：在压力中认真仔细有条不紊。“同学们考试中丢的分数中有不少并不是不会做，而是忙中出错，每天必须叠两次‘豆腐块’是学校管理中雷打不动的一条铁律，这是养成教育的一部分。”班主任赵倩告诉记者。

盛梓妍还告诉记者，叠“豆腐块”的另一大收益，是自己养成了考试卷面的干净整洁习惯。“原来都是我帮助她整理房间，现在放假回来，自己的房间整理布置得井井有条。”盛梓妍的妈妈李月荣喜上眉梢。

该校校长崔帅强说：“高中学生正处于青春期，毛躁冲动，而且有各种各样的惰性，接受各种规矩的磨砺能够帮助他们更好成长。操前读、叠豆腐块、要求到极致的跑操排面等等，我们学校不少教师有过衡水学校的教学经历，‘养成教育’也全面复制了衡水学校的管理经验，每天要花大量的心思在孩子的学习、生活等各项习惯养成上，培养孩子的好习惯。”

差等生成绩怎样发生“蝶变”

学习成绩能够突飞猛进提档升级，盛梓妍的“跛脚学科”——数学成绩提高非常明显。“原来满分150分的数学卷子，经常考70多分。自从进了偏科小组，在老师各种加持下，现在稳定在90分以上。”

盛梓妍的数学教师李雪娇介绍，根据学校的管理模式，每个班每个学科都会有针对性地



■天天叠“豆腐块”是“养成教育”的一部分。



▼每学科都制定操作性强的规范要求。

■观摩衡水名校课堂教学。



▼仰望学霸，明天有我。

■偏科小组的总结分析每周上墙。



■年级前30名进入“清北训练营”。

把成绩相对落后的七八名学生组成偏科小组，然后小组内两名学生再结成互帮小组彼此帮助、沟通和竞争。教师会针对每个学生具体分析，并设计补课方案。每次考试后，根据成绩偏科小组的成员进行调整。自己上完每堂课，就会给偏科小组的成员布置一道基础题，让他们对这道题每个步骤进行详尽的整理。然后互帮小组的两名学生会根据整理的结果互相讲解，强化对解题思路和路径的理解。

“和原来所在学校不同，成绩差的学生反而会得到老师的更多关照。进入偏科小组后，李老师经常有意识地在课堂上提问我们，这让我们这些成绩差的学生感觉到了老师对我们的关注，让我们把压力变成了动力。”盛梓妍深有感触地说。

另外一个重要原因，是每次考试后教师都会针对全班和每名学生的试卷进行仔细分析，给每名同学指出存在的问题和解决的方法，并针对下一阶段学习的重点和薄弱部位进行有侧重地加持。

“不是我一个人在讲课，是6个老师或者更多的老师一起给孩子们上这节课。”李雪娇笑着说。原来，本年级数学教研组6名教师会对要讲的课程进行共同分析、推演，这样每门课呈现在学生们面前的时候，每个环节每个设计都是教师们的集体结晶。

每个教室后面留有一个特殊座位

“把手放在心房，听见‘咚咚咚’的声音了吗？那是你起航的号角。”高二年级的横幅高悬在每个学生头顶。记者采访发现，这里的每个教室后面都留有一个特殊座位，这个座位属于孩子们的班主任。

“除了自己担任的课，剩下的时间我就会坐在班里跟着孩子们一起听课，这是学校对每个班主任的要求。”盛梓妍的班主任赵倩说。

从早到晚，赵倩每天和学生在一起的时间长达12-14个小时，班主任全盯全守的目的是随时掌握学生的动向和变化。“很多学生重视班主任所担课程，但容易对其他课程放松，而班主任跟班就能有效督促孩子们全神贯注投入学习。”

在泽龙中学，每天最后一节晚自习，是班主任与孩子谈心交流的固定时间。“我每天平均要找三四个孩子谈心，帮助他们解决学习和生活上的各种疑难和困惑，这种谈心全班学生3周就能轮一次。”赵倩说。她介绍，班主任每天要解决的问题，包括自己发现的，科任老师转过来的以及孩子们提出来的。“寄宿制学校孩子长期不和父母在一起，谈心可以很好缓解他们的压力，提升学习状态，并感觉到老师时时在关注着自己，很容易拉近师生的距离。”

高二年级的化学教师孙悚贺曾在衡水名校任教多年，送过多届高三毕业班，多数学生考入985、211名校，曾获高考功勋班主任，明星教师，接受过新华社、澎湃新闻等多家媒体采访。

他认为，现在的孩子们和以前大不相同，教育方式也要有相应的变化。自己当年上学时家境贫寒，拼尽全力考上大学是命运选择的需要。考不上家里就没有条件继续供学了，所以自己总是拼命学。但现在不少孩子们生活环境相对好了太多，没有柴米油盐的忧愁，精神世界更加丰富，孩子们需要更多心灵上的引导、规矩的约束和学习生活上的关爱。