



分享会结束后，学子们被学弟学妹们围住问个不停。

带着自强和自信前行

利群阳光分享会上，300余名高中生感受榜样的力量

帮助每一个有追求的青年
全国十八省(市)联合行动
2016利群阳光·助学行动系列报道

8月12日，2016齐鲁晚报利群阳光助学行动特别环节——利群阳光学子励志分享会，在济宁泗水一中举行。今年全省共先后组织三场学子分享会，由齐鲁晚报与泗水一中共同举办的以“榜样的力量”为主题的分享会是最后一场。4名去年和今年的阳光学子以自己的亲身经历鼓励学弟学妹们自强、努力，今年高考数学满分的学子王明霞还传授了满分秘诀。



从左到右依次为：韩长城、绪亚鑫、田雪、王明霞。



现场高一新生认真聆听。

文/片 本报记者 李飞

“高中时良好的习惯，上大学时也受益”

8月12日下午3点，在济宁泗水一中报告厅，由齐鲁晚报与泗水一中共同举办的“榜样的力量——2016利群阳光学子励志分享会”正式开始，台下坐着300余名今年的高一新生。台上则是4名利群阳光学子代表，他们是2015年的学子韩长城、绪亚鑫，2016年的学子王明霞、田雪。

韩长城和绪亚鑫目前分别就读于中国海洋大学和华中农业大学，二人即将读大二。去年此时，他们被遴选为齐鲁晚报2015年利群阳光学子。

作为残疾人家庭走出来的大学生，去年本报对泗水学子韩长城的报道感动了无数人。“虽然我爸妈都是残疾人，但在我心里，爸爸是世界上最帅的，妈妈是世界上最漂亮的，他们都很伟大。”后来在本报举行的利群阳光学子助学金发放仪式上，他说未来一定会好好努力，工作后要买套房子给爸妈住。

如今经过一年大学生活的他，与一年前相比，开朗了不少。面对众多学弟学妹，韩长城侃侃而谈。“经过一年大学生活和学习，我深刻体会到，高中时养成良好的学习习惯，包括自律能力，对大学的学习生活至关重要。”韩长城说。

学子绪亚鑫也分享了自己在这所农业大学的学习经历，这一年她做过兼职，干过家教，依然努力读书，她说后悔上高中时没有读那么多的书，大学争取读更多的书。

她激励学弟学妹们，高中好好学习，争取考更好的大学，“因为大学越好，接触的资源就越多，机会也就越多。”绪亚鑫

说，通过给学弟学妹们分享自己的大学生活以及心路历程，希望能够鼓励他们在即将开始的高中生活中能够自强、努力。

自制力、细心、信心，让自己成为那匹黑马

今年的两名利群阳光学子田雪和王明霞则更多地向学弟学妹们分享了自己高中三年的学习方法和心得体会。

田雪今年以653分的成绩被同济大学录取，她主要从心态方面和学弟学妹们进行了交流，她认为自制力在自主学习的过程中起着重要的作用。“人为什么没有自制力，是因为惰性。惰性让人学会逃避，让人堕落放纵，不思进取，让人为自己寻找不努力的借口，而这些恰恰是使人无所得的源头。”

如何克服惰性，增强自制力，田雪分享了自己的经验和方法：强迫自己，不断给自己做心理暗示，马上做出行动。另外，她还就人际关系以及责任感与学弟学妹们进行了交流。

以677分的理科高分考取复旦大学的王明霞则分享了自己的学习习惯和学习方法。今年她的高考数学考了满分，全校唯一。数学满分的秘诀成为台下高一新生最为感兴趣的话题。“细心加信心就等于高考数学满分。”王明霞现场传授，她说尽管自己数学成绩好，但高中三年数学考试基本没得过满分，但高考却做到了，就是因为它做到了细心和有信心。

“每次考试后，会发现认为这辈子都不会错的题目，因为马虎大意失掉了分数……这种现象就叫做眼高手低。”王明霞以自己的经历忠告学弟学妹，不要因为一次或几次考试成绩不理想而丧失信心，要相信自己就是那匹黑马。最后，她送给学弟学妹们一句话，这也是她

的座右铭：人生最大的悲哀莫过于胸怀大志却虚度光阴。

两小时意犹未尽，会后学弟学妹忙请教

近两个小时的阳光学子励志分享会，台上妙语连珠，台下掌声不断。交流环节，一张张的提问纸条传递到了台上，四个人轮流解答，忙得不亦乐乎。

一名高一女生因为急于得到学长和学姐的解答，竟直接从台下走到了台上，拿起话筒面对面近距离提问。

分享会结束后，四名学子又被学弟学妹们团团围住，“语文的阅读理解抓不住重点怎么办”、“英语如何提高听力”、“如何克服考试紧张的心理”……

更多的同学直接留下了四个人的联系方式，相约以后更多地交流；还有同学甚至索要签名，作为留念。

“感谢利群阳光助学行动对我的帮助，今天很荣幸给学弟学妹们作报告，他们听得很认真，让我感受到了自己的价值，讲得也更起劲了。今天的报告不仅仅是对同学们的经验传授，也是对我自己的一次提升。”韩长城说。

“遇到挫折，要咬牙坚持，往前再走一步，就会雨过天晴……”学子田雪说。

“分享会效果非常好，接地气，感谢齐鲁晚报给予这么宝贵的一次机会。”泗水一中相关负责人表示，学校自1999年以来，连续17年荣获省级文明单位称号，建校60多年来，共培养各类人才4万余名，为大中专院校输送优秀毕业生两万多人，未来学校将会继续培养更多的阳光学子。