

三名保研生的光鲜背后

记者 巩悦悦
实习生 张文雪 马梦琦



2025考研季来临之际，这次，记者把目光聚焦在保研生身上。三位保研生是别人眼中的“学霸”，本科过硬的专业成绩和夏令营里的出色表现，让她们分别被推免至复旦大学、浙江大学、上海交通大学。其实，和大多数学生一样，她们也曾遭遇低谷，只不过在面对困难时，她们没轻言放弃，而是探索出更多可能。

保送至复旦大学

谢欣怡：对生物的热一直不变

高考后，江苏女孩谢欣怡被录取至山东农业大学的生命科学学院。上大学以来，谢欣怡唯一保持不变的就是对生物的热

爱。进入大学，学习环境比较轻松，再加上网上有各种资料，只要认真学习，学习成绩都不会很差。但对谢欣怡来说，真正把理论知识应用到实践当中，还有很长的路要走。谢欣怡回忆，在没有真正做实验以前，她认为做实验遥不可及，是一件非常高大上的事情。但在实验室待久了之后，她眼中的实验就成了按步骤进行的相对简单的过程。

大学前三年，她一直在按照自己的节奏学习生活，直到大三下学期，在即将参加夏令营的那段时间里，她感受到了焦虑。谢欣怡报名了9所学校的夏令营，并准备好了破釜沉舟的勇气。最终，谢欣怡如愿被复旦大学录取。

被保研至复旦大学，别人眼中的谢欣怡更多了些光环。不过她也很清醒地表示，自己也会焦虑，也会迷茫。但每当自己感到焦虑的时候，她总会找一件小事情去做，在这过程中时间很快就过去了。支点越多，内核越稳定。在未来生活中，谢欣怡也希望寻找到那份稳定和秩序。

“我深怕自己本非美玉，故而不加刻苦琢磨，却又半信自己是块美玉，故又不肯庸庸碌碌，与瓦砾为伍。”采访到最后，谢欣怡表示这句话非常符合自己的心态，她也想以此为更多大学生提供鼓励和勇气。

保送至上海交通大学

王佳：同学眼里的“六边形”战士

三年前，考入山东农业大学林学专业的王佳，在充分权衡个人兴趣和优势学科后，选择跨考到园艺专业。跨专业之后，补课和新环境的双重压力不仅没让她退缩，反而激发了她加倍努力的动力，因此大学前三年，王佳始终保持着专业排名第一的好成绩。四、六级高分飘过，再加上科研竞赛能力齐全，她成了同学眼中的“六边形”战士。

大学前三年，王佳一直处于非常顽强、努力和勤奋的状态，无论是高压之下的疯狂补课，还是跨专业后一天备考7门专业课，这些都没打败她。但今年在接连向北大、北师大、复旦等高校投递简历后，没接收到任何结果的她在的一瞬间感觉到了崩溃，她第一次在校园里放声大哭。

但命运有时很神奇，它没有让这个女孩前三年的辛苦白费。

很快，王佳就收到了上海交通大学发来的夏令营入营通知。但她很快发现，入营时间是7月9日，这和她大三备考的最后一门课程冲突。

一方面是自己心仪的院校，另一方面是不可能放弃的考试，王佳这一次“鱼和熊掌”想要兼得。于是她很快就做出了一个大胆决定，上午去参加上海交通大学组织的面试，并争取到了第一个面试的机会。面试结束，她立马乘坐4小时高铁返

校，参加山东农业大学的专业课考试。幸运的是，她通过主动争取，最终让这两件事情完成得很漂亮。

保研成功后，王佳也没有就此松懈。大学三年，她一直在为了目标奋斗，这种性格已经深深刻在了骨子里。因此，眼下的她仍在保持学习。

“我一直坚持热爱，每天至少腾出两小时来阅读英语和听力训练。目前我的时间更充裕了，我不想白白荒废这段时间，于是开始拓展我的知识领域，比如我会在网课自学传播学和经济学，同时也在探索自己内心真正喜欢什么。”王佳认为，人生是一片旷野而非轨道，未来她不想给自己设限，她还继续探索更多的可能性。

保送至浙江大学

卢晨曦：死磕专业课，努力抓住另一种可能

被保研到浙江大学后，卢晨曦先利用国庆假期回家休整了一番。

自从大三下学期以来，卢晨曦感觉自己就像弹簧一样，时刻处在高压状态——她被自己心中的目标催促得很紧，再加上夏令营推免经历并非一帆风顺，这让她内心很内耗。

三年前，被录取到山东农业大学强势

学科——农学院种子科学与工程专业的卢晨曦，充满着对大学的美好憧憬。因为入学成绩不理想，她不敢放松对自己的要求。这样的努力一直持续到大一期末考试成绩揭晓，靠前的专业排名摆在眼前，卢晨曦甚至有些不敢相信自己的眼睛，“太惊喜了！”

成绩揭晓后，她确立了保研目标，并要求自己保持大一上学期的劲头，努力抓住另一种可能。

因为没有放松对自己的要求，三年来，卢晨曦的排名没有下降。经多方面考察，卢晨曦最终被推免至浙江大学农业与生物技术学院农艺与种业方向。在她看来，保研没有大家想象的那样美好和高大上，大家都是普通人，只要从做好每一件小事开始，就没什么实现不了的。

卢晨曦接到浙江大学的面试通知后，把自己关在房间里打磨PPT、背稿子，想要把自己的每一点都全方位地展现给老师，并琢磨以什么样的状态去参加这次面试。

面试当天，得知要和“双一流”院校的学生同场面试，卢晨曦非常紧张，她不知老师会如何取舍。但冷静之后她又想，摒弃这些想法，先把当前事情做完。最终，卢晨曦怀着虔诚又忐忑的心理完成了这次面试。

济南市文化东路小学：

以心聚力，以文成人 打造“文心教育”品牌

“海右此亭古，济南名士多。”在济南市的文化沃土上，文化东路小学以其独特的“文心教育”品牌，如同一颗璀璨的明珠，熠熠生辉。

自1983年建校以来，这所山东省规范化学校，一直秉承“以心聚力，以文成人”的办学理念，致力于打造“文心教育”品牌，在教学团队建设、育人活动实施、文化环境提升等方面不断探索前进，为学生的全面发展和健康成长营造了良好的学校生态，实现“阳光健康、慧心有智、励志自强、家国天下”的育人目标。

教学团队赋能：教师专业成长的引擎

一个人可以走得很远，但是文东人更愿意相信：一群人可以走得更远。

“济南市文化东路小学拥有一支非常优秀的教师团队，团队中除了经验丰富的老教师外，还有一批充满激情与热爱的青年教师，整个教师团体近150人。”济南市文化东路小学党总支书记梁丽表示，为了提升青年教师的教学水平，让青年教师快速成长，学校在2023年启动了“青年教师专业发展‘xin’计划”，构建动态灵活的“分组操作系统”和青年教师专业发展自组织，解决青年教师发展的“痛点、卡点”问题，让青年教师有机会接触新理念、新模式，与专家并肩研究课堂、探讨课堂、重构课堂。

同时，学校还搭建了现代化青年教师培养平台，选拔积极革新教学理念和全面扎实教学素养的青年教师，引领教师在课堂上发展、在课堂中成长、让课堂有生长”，



持续推进融合研究，打造一支有政治素养、有教育情怀、有过硬技能、有创新思维的青年学科骨干教师队伍。

为给教师们提供最大的宽容度和支持度，激发教师内驱力和能动性，学校还成立了“教师发展中心”，并设计了“教学反思路径图”，围绕目标达成、教学模式、教学效果、学生状态、师生闪光点以及不足之处这六大核心板块，帮助教师全面而系统地总结与反思教学过程中的各个环节。

今年，在济南市教育科学“十四五”规划2024年度课题评选中，梁丽主持的课题《指向科学素养早期培养的小学跨学科主题课程的开发与实施》成功立项为市级重点课题，在历下区2024年“一师一优课，一课一名师”活动中，由梁丽、张红燕、张瑞团队提供的《尊重他人和谐相处》课例，被评为济南市2024年“一师一优课 一课一名师”优课。学校教师汲星在2024年历下区中小学教师实验教学能力大赛活动中荣获一等奖，同时，济南市教育科学研究院在全市范围内遴选第二期“新课堂”项目教师，文

化东路小学数学学科教师李亚男，劳动学科教师邵玮晔，信息技术学科教师马明珠成功入围。

德育活动引领：学生全面成长的航标

今年四月，首届“书间邻里 你我共读”易书节活动在文化东路小学的操场上拉开序幕。同学们在操场摆设“书摊”，把自己闲置的书籍放在“书摊”换回一张“易书卡”，再拿着“易书卡”到其他班级书摊前交换自己喜欢的书，就完成了一次易书节活动，活动受到了同学们的热烈响应。

不只有“易书节”，作为历下区首批“全环境立德树人引领校”，文化东路小学每年都会联合社区和优秀家长，举行一系列丰富多彩的德育活动。综合劳动实践周活动中，同学们以校园为劳动场，以校园为实践基地，开展“清洁卫生小能手”“整理收纳小达人”“烹饪营养小专家”“手工制作小巧手”“生产劳动小行家”等项目活

动，让学生习得劳动技能，实践学科知识，感受成长的快乐。

学校的“童心‘力’行智创未来”系列科技活动更是贯穿全年，取得了显著成效，成功入选济南市首批中小学科学教育引领学校并代表济南市在全国交流会上进行了发言。

此外，学校还认真开展了低年级乐考和高年级月检两项重要工作，从语文的“查字典赢门票”“青青草地我来吟”到数学的“口算飞行区”“调查问题坊”等乐考项目，让学生们体验了知识的力量，学习的快乐，促使学生们形成学习的持续兴趣、初步的合作交流意识与独立思考的学习品质，同时大家应用所学、各展风采，增强了同学们的学习兴趣和阅读热情。

以心聚力，以文成人。在这一办学理念的指导下，文化东路小学不断深入构建全环境立德树人的教育生态，坚持以学生为中心，以家庭为基础，以学校为主导，以社会为依托，整合各方资源，形成家校社协同育人的强大合力，在培养学生的综合素质和道德情操方面取得了显著成效。

“学校是教育的主阵地。”梁丽表示，近年来，学校有30余位教师提供省市级优质课、展示课并获得区教学能手等奖项，学生团体获得国家级奖项3项、省级奖项50余项，学校更是被评为山东省传统武术试点学校、山东省心理健康教育优秀学校、济南市百佳家委会、济南市家庭教育示范校培育校、济南市特色学校培育校等荣誉称号。

随着学校新教学楼的投入使用，济南市文化东路小学将继续办好人民满意的教育，继续以一种全新的面貌、全优的成绩、全维度的发展迎接新的一年。