

用坚持与智慧推开理想之门

佛山学子分享高考成功秘诀

6月25日上午,广东省高考放榜。屏幕前,有人握紧手机反复刷新,成绩跳出的瞬间喜极而泣;有人与家人紧紧相拥,泪水与欢笑交织成动人的画面。这些鲜活的瞬间,成为这个夏天最具温度的记忆。

优秀学子们不吝分享奋斗历程,从挑灯夜战的坚持,到错题本上密密麻麻的批注,每个细节都诉说着汗水浇灌的成长。他们用行动诠释,高考不仅是一场考试,更是青春岁月里最闪耀的勋章,指引着他们向着心中的理想奔赴。



扫一扫看更多
学子励志故事

佛山一中余若晨:学会知识内化是关键

6月25日,佛山一中余若晨收到了高考分数短信。她对未来充满期待:“我最想去北京大学,会偏向于选择传统文科类的专业。”

苏格拉底的“我唯一知道的,就是我一无所知”是余若晨的座右铭,这也让她一直以来都保持着对学业刻苦钻研的态度。在佛山一模遭遇成绩下滑时,她将沉重的心情转化为努力的动

力,与老师商量调整学习节奏,在寒假按照自己的节奏整理错题,整合笔记。“其实很多时候,我们更需要学会把知识内化,也很感谢老师对我的引导,不仅教给我知识,更教会我如何应对这些起伏挫折。”她说。

“我高一的时候本来想选理科,但班主任发现了我在文科方面更加擅长。于是,班主任把我挖掘到文科班,

这也让我后来越来越发挥出自己的优势。”余若晨在老师的鼓励下,一步一个脚印,向着自己的梦想靠近。

一路走来,离不开父母的支持和陪伴,她认为自己在高考期间能保持良好的心态,得益于父母无私的爱,缓解了她的压力。接下来的暑假,余若晨计划去旅游,放松心情,同时也将提前接触和学习专业知识。



南海中学宋婧怡:以“任务颗粒化”破解焦虑

得知2025年高考成绩后,南海中学宋婧怡感觉自己有望考上目标大学——南京大学。她以“计划拆解、节奏把控、细节深耕”为备考核心,在成绩起伏中淬炼出独特的成长智慧。学习上,宋婧怡将目标拆解为周计划与日清单,以“任务颗粒化”破解焦虑。她强调“慢节奏”的价值:“曾用两小时钻研物理题,看似耗时,实为思维沉淀的必要过程。”

面对错题,她独创“三维分类法”,将失误分为“可掌握”“可突破”“待攻坚”三类,通过量化可挽回分数精准定位漏洞。某次数学考试按此复盘后,她发现近30分属“本可避免的丢分”。

谈及心态调整,班主任评价的“松弛感”最终化作备考密钥。经历年级排名急速下滑,她摸索出“正视波动—理性归因—相信自己”的调适法:“成

绩起伏是漏洞排查契机,而非能力否定。”她以“每天多坚持10分钟”的微小行动积累信心,最终在考场上以平常心应对。

从目标拆解到心态淬炼,宋婧怡的备考路印证着:高考不仅是分数的较量,更是用规划与信念书写的成长答卷。那些在细节中打磨的耐心、在起伏中坚守的韧性,是超越分数的成长注脚。



桂城中学龚炜婷:尽早补齐短板至关重要

6月25日高考成绩放榜,桂城中学龚炜婷以优异的成绩脱颖而出。“紧张与期待交织,当成绩跃入眼帘的那一刻,所有的付出都化作欣慰与感恩。”她表示,这份成绩不仅是个人努力的成果,更凝聚了师长、家人的支持与鼓励。

“青衿之志,履践致远。”龚炜婷用这句座右铭总结自己的高考征程。回望过去的三年,教室的灯光

与窗外的星月见证了她“三更灯火五更鸡”的坚持,也记录下她“守得云开见月明”的笃定。无数个挑灯夜战的日子,那些为攻克难题流下的汗水,最终都化作照亮前路的熠熠星光,成就了这段令她难以忘怀的奋斗岁月。

谈及取得优秀成绩的秘诀,龚炜婷有着清晰的学习方法论。在日常学习中,她始终坚持制定详细计划,拒

绝浑浑噩噩,让每一天都充实而有方向,“尽早补齐短板至关重要,时间不会像你想象中那么充裕,千万不能到最后才仓促恶补。”

同时,她深知身体是成功的基石,即使在备考最紧张的阶段,也会抽出时间坚持锻炼。面对学习中的挫折,龚炜婷从未轻言放弃,她坚信,只要持之以恒,成功终会在全力以赴后如约而至。



顺德一中麦恺扬:化挫折为继续前进的动力

6月25日,2025年高考成绩公布后,顺德一中历史类考生麦恺扬和母亲第一时间回到母校,与老师分享喜悦。

“早上做事的时候,电话就打进来了,一瞬间脑子是比较‘蒙圈’的。”麦恺扬说。谈及成绩的取得以及三年的高中生活,他直言:“并不容易。整个高三阶段,我遇到了很多学习和心态

上的困难与挑战,每次遇到挫折都需要付出很大的努力去克服。”他表示,面对挫折时总会给自己积极的心理暗示:“要自信,相信自己可以做到。挫折能让我们吸取教训,继续前进,争取下次做得更好。”

当被问及如何取得优异成绩时,麦恺扬重点分享了自己在薄弱科目语文上的逆袭经验。“语文学习重在积累

与笔耕不辍。”他解释,“整个高三我坚持每天摘抄名言警句、积累写作素材。多读多写是关键,只有将知识真正落实到笔头上,才能实现质的飞跃。”

麦恺扬向老师和同学表达了感谢之情。“高中期间,老师和同学给予了我很多帮助。”谈及未来,麦恺扬希望能圆梦北京大学法学专业,在喜欢的领域钻研不止。



北滘中学熊超超:学会自主学习和认识自我

6月25日,高考放榜时。在北滘中学会议室,不时爆发出热烈的掌声和欢呼声。“熊超超!真的‘雄超超’!”收到考生熊超超发来的高考成绩,学校老师不由得拥抱击掌。当日上午,熊超超赶回母校,与老师分享喜悦,以及多年来的学习心得。

谈起自己的备考经验和学习心得,他说“心态最重要”。高考前两次

大考,其实都没有发挥好,心情受到了打击,但他及时和家长交流、向老师咨询,“他们都给了我很好的建议,让我在高考前一个月内找回100%的状态去备考复习。”

熊超超不仅学习成绩优异,体艺素质也非常优秀。他钢琴七级、喜欢踢足球,在高三几次模拟考前,熊超超都会和同学踢一场足球,释放压力也

是为了更专注学习。

回顾在北滘中学三年的学习时光,他说最大的收获是学会了“自主学习和认识自我”。曾经面对数学难题束手无策,在老师的耐心引导和自己的反复钻研下,最终攻克了一道道难关,特别是独立解开立体几何难题时的豁然开朗,“这让我掌握了学习的节奏和方法,拥有了自主学习的方向感。”



佛山市高级中学段俊澜:善用零碎时间 重视错题本

“很激动,比平时好很多。”6月25日上午11时许,在查完高考分数后,佛山市高级中学历史类考生段俊澜说。

他锁定了三所目标学校:中国政法大学、武汉大学、中山大学,希望能报读法学专业,将来从事法律相关行业。

今年高考,段俊澜超水平发挥。在他看来,文科生要花费时间去背知识点,善用零碎时间背书,记住知识点。

他最擅长的科目是数学。在他看来,数学这门学科要注重概念理解,因为很多考试都考概念,很多试题也是在概念的基础上延伸。另外,还要重视错题本,学会积累错题,弄清楚错的原因,将解决方法写到错题本上。

英语方面,段俊澜表示要多背单词,将3000个单词反复背。备考期间,他还尤为注重作文写作,建议考生不要重高级词汇而轻内容,主次颠倒。

除了学习,他日常还喜欢打乒乓球和散步,锻炼身体。“睡眠也很重要。”段俊澜说。



佛山市季华中学何鸿佳:重视错题归纳和积累

“很激动,比自己预估的高出十几分!”6月25日上午11时许,在佛山市季华中学,何鸿佳在父母及老师的陪伴下,查询高考成绩,在成绩出来的那一刻,忍不住红了眼眶与父母激动拥抱。

“他当时跟我说,可能考得不是很

好。”看见儿子取得理想的成绩,何鸿佳妈妈也十分激动。她告诉记者,儿子考完试之后比较紧张,害怕成绩不理想。

在学习上,何鸿佳认为,要将平时每一次的练习当作考试去对待,重视错题归纳和积累,将每一道题都弄懂,紧

跟老师的学习步伐。除此以外,更要保持良好的学习心态,当考得不理想的时候,要学会鼓励自己,坚持下去。

他的理想学校是华南理工大学,希望能报读生物学方面的专业,因为自己对于生物比较感兴趣,将来也想从事生物相关的工作。



“2025佛山高考志愿填报咨询会”全国高校综合场今日举行 百所高校负责人提供一站式服务

佛山日报讯 记者苏宏堃报道:6月25日上午,广东省高考放榜。为助力学子精准对接理想院校,由佛山传媒主办的“2025佛山高考志愿填报咨询会”全国高校综合场将于6月26日13:30-17:30在佛山潭洲国际会展中心举行。现场集结全国百余所高校招生负责人,提供从政策解读到个性化填报的一站式服务,帮助佛山考生及家长全面了解各大学的招生政策、专业优势、录取分数以及办学特色等信息,更加科学地填报高考志愿,升入理想的大学。

作为佛山主流媒体主办的高考咨询会,这一品牌已延续超20年,每年都准时为佛山家庭提供与全国各地各类高校面对面的交流机会,一站式应对高考志愿填报难题,成为佛山考生与全国高校深度了解的“黄金窗口”。

今年全国高校综合场汇集全国各地逾百所在粤招生的各层次高校。既有同济大学、中山大学、华南理工大学、华南师范大学、暨南大学等省内外双一流高校,也有佛山大学、广东东软学院、广东职业技术学院、广东环境保护工程职业学院等本地知名高校。此外,香港大学、香港科技大学(广州)、北师大香港浸会大学、香港城市大学(东莞)等高校中外合作办学项目齐聚,为考生和家长提供更多元的升学选择。数十所高职院校也参与现场招生咨询,包括职业本科学校、国家双高计划建设单位、省域高水平高职院校等。

2025广东高考志愿填报6月28日开启

收好这份指南 教你如何填报

2025广东高考志愿填报将于6月28日全面开启。填报志愿分两个时段进行,第一时段是6月28日9:00-6月29日16:00。本时段仅填报需政审、体检、面试的提前批本科军队、武警、公安、司法、消防、飞行技术等院校专业组志愿和提前批专科定向培养军士院校专业组志愿。其他志愿在第二时段填报,即6月29日19:00-7月4日16:00。考生须在所属时段及时填报志愿并进行网上确认志愿信息。

如何选择院校、专业?志愿填报模式、流程是怎样的?志愿填报的误区有哪些?记者整理了一些志愿填报指南,供考生、家长参考。

志愿填报前,考生及家长需要对本省(区、市)的高考政策有一个全面且整体的把握,明确哪些政策至关重要,哪些与切身利益紧密相关,以及重要政策在当年是否发生变化。

“初选志愿”是结合自身的成绩定位,确定目标院校的过程。完成熟悉政策、收集信息后,考生和家长对于高考志愿应该已经有了大致的方向。此时,考生可以初步划定一些在本省(区、市)有招生计划的院校,并认真研读这些院校的招生章程,仔细比较各院校之间专业的招生人数、录取分数等数据,挑选出与自己的兴趣、分数以及批次相匹配的院校。

“模拟填报”是依据本省(区、市)的志愿设置情况,将考生的高考志愿草表完整地呈现出来,进行一次真实的模拟操作。高考志愿通常都是在网上进行填报,并且需要在规定的时间内完成,逾期将不予补报。每年在志愿填报过程中,都会出现诸如操作失误、丢失密码等问题,再加上网络系统在填报高峰期可能会比较繁忙,考生容易手忙脚乱,所以提前进行模拟填报可以做到有备无患。

考生填报志愿要以成绩为基础,高考成绩是考生能否被录取的关键因素,它直接决定了考生可选择的院校和专业范围。考生在选择院校时,不仅要了解院校的历史背景、地理位置,还要关注院校的综合办学实力,包括师资力量、学科建设、科研水平等方面。

此外,要充分考虑兴趣爱好与专业就业等因素。专业是考生志愿选择的核心要素,通常与学生的学习兴趣和职业发展方向密切相关。重点大学有其优势专业,普通院校也有各自的特色专业,至于选择院校优先还是专业优先,需要根据个人情况进行权衡。相关部门建议考生采用高、中、低搭配的方式填报志愿,这样的安排可以有效避免退档风险。(整理/佛山市新闻传媒中心记者洗颖仪)