

奥赛金牌是怎样炼成的

圆梦大学

路条条



鲍韵涵已提前入读清华大学预科班。

高二夺得生物奥赛金牌

去年8月,鲍韵涵在全国中学生生物学奥林匹克竞赛决赛中,与来自全国29个省、市、自治区的555名顶尖选手同场角逐,经过理论考试和实验考试的激烈比拼,最终以全国第33名的优异成绩获得金牌,当场被清华大学签约录取。

“你是天赋型选手吗?”面对青岛早报记者的提问,鲍韵涵给出了否定的答案。她觉得自己并不是很聪明的孩子,但贵在有毅力、有定力,对于自己喜欢的事物,愿意付诸实际行动去坚持追求。“我觉得努力比天赋更重要。首先从长远来看,为竞赛而学的内容其实只是生物学的皮毛,远达不到需要靠超常的天赋才能理解的程度。成绩的区别可能更多反映的是精力和时间投入的多

少。”鲍韵涵告诉记者,“在学习的过程中,天赋可能可以提高学习的速度,但是再高的天赋,如果没有长时间的积累和坚持也无法转化成知识和能力。相反,努力和专注可以弥补天赋上的差异。”

生物奥赛覆盖的知识面非常广泛、多样。“宏观生物学、动植物学、遗传学、生化分子、细胞学、微生物……生物奥赛考查的科目有10门以上,而且每门科目不止一本教材,且多数内容不是高中生物课程所涉及的,需要潜心学习、研究大学课本。”鲍韵涵说,在她看来,要想答好生物奥赛的题,首先需要有良好的记忆力,将庞大的基础知识体系记忆牢固;其次还要能对海量信息快速调动、熟练运用。此外,要选拔出真正有学术兴趣和能力的学生,离不开“思维”二字。鲍韵涵透露,“国赛试题含有大量材料论文题、图表分析题、全新的情

鲍韵涵

考前身份:胶州一中2024届毕业生

录取经历:去年8月获全国生物奥赛金牌,保送清华大学

经验之谈:再高的天赋,没有长时间的积累和坚持也无法转化成知识和能力;相反,努力和专注可以弥补天赋上的差异。

当同窗们正在为高考做最后冲刺时,她的名字已公布在高校保送名单上;当大部分考生还在研究高考志愿填报时,她已提前进入大学校园开始了新生活。2023年8月获得第32届全国中学生生物学奥林匹克竞赛金牌、保送至清华大学的胶州一中2024届毕业生鲍韵涵的经历让人们好奇:这个女孩究竟有何过人之处?没有经历高考的保送真的轻松吗?近日,鲍韵涵和青岛早报记者分享了她的经历和看法。

境式考查,实验部分则考查动手能力、随机应变能力。”

从小喜欢学习记忆力好

鲍韵涵的学习成绩一直名列前茅,她说,“可能是性格原因,我一直觉得自己挺喜欢学习的,对学东西很感兴趣,记忆力也比较好。”记者在与鲍韵涵的交流中,能明显感觉到她的特点:沉稳、踏实、心态平和,不慌不忙、不急不躁。

她刚上高中时,并没有走竞赛之路的想法,直到高一下学期,依次试听了数学、物理、化学的竞赛课程,但都感觉自己不擅长、没兴趣,直到最后听了生物竞赛课程,终于觉得“合得来”。开始学习生物竞赛后,她并不着急,从高一下学期到高二上学期,花了一年时间,在课后、周末、假期等学习竞赛的十几门知识课程,打下了参赛的坚实基础。

鲍韵涵平和的心态不仅让她在学习中受益,也让她在赛场上能充分发挥潜力。去年6月入选山东省队时,她的成绩是全省第10名,以这样的成绩参加国赛,保送清华大学的希望并不大。但她凭借强大的心理素质和综合发挥,最终在北京举行的国赛中夺得金牌。“国赛的理论部分我发挥正常,但排名并不靠前。实验考查我做得非常好,生化分子、植物学、动物学、细胞学4个实验总分排到了全国第18名,尤其是植物学实验,拿到了全国第一。”鲍韵涵笑称,“实验操作需要十分严格和规范的训练,虽然我们在学习时很少接触,但我从小喜欢做手工,动手能力强,可能这也是实验上手很快的原因之一。”

提前半年入读清华预科班

鲍韵涵的教练是胶州一中生物竞赛金牌教练薛跃奇,有丰富的高中生物教学经验,并形成了完善的生物竞赛培训体系。“薛教练和其他教练把科目研究得很透彻,知识点讲得非常清晰,弥补了我们学习资源上的不足。”鲍韵涵说道。

今年2月,鲍韵涵提前半年进入清华大学生命学院2024级预科班学习。在这里,她遇到了20多名志同道合的伙伴。她坦言,自己比较喜欢微观生物学方向,喜欢研究分子调节机制,希望尽情感受清华园的魅力,打开格局,同时多读好书,全面提升自己。

虽然没能体验高考前的拼搏和冲刺,但鲍韵涵在清华大学丝毫没有松懈。“大家都很‘卷’。”鲍韵涵笑道,她来到清华大学后很快注意到,“这里没有‘躺平’,没有不认真学、不写作业的,同学们都很认真,尤其到了期末前夕,都在疯狂复习。”

在强者如云、竞争激烈的氛围里,鲍韵涵的好心态再次让她沉着冷静,不受外界干扰。她说,“对于数学这门我不太擅长的科目,有时心里会没底。但我会按照自己的节奏来做,并且及时调节压力、调整心态。”她分享了自己为紧张的期末复习制定的计划,还有为这个漫长暑期所作的安排。“我很享受列计划的过程,并在规定的时间内完成计划。计划不一定要有固定模式,但要条理清楚,可以具体到每周或者每天做什么。”她为暑期设的目标有:看书、上画画课、锻炼、学编程、背英语单词、预习等。

延伸

通过阅读确定人生理想

的方向。读书是确定人生理想很有效的方式。”鲍韵涵说,她能走上竞赛道路,要感谢爸爸在初一时就要求她扩大阅读面,看各种各样的书,人物传记、历史、经典小说、科普著作……鲍韵涵开始时喜欢文

学作品,对科普书籍比较排斥,但后来某一时刻突然觉得科普书籍非常有意思,从而开始疯狂阅读,并坚定了将来当科学家的理想。

对于同样坚守在竞赛路上的同学们,尤其是为数不多的女生,她的

心得是,“无论什么竞赛,初心一定是热爱,而不是抱着功利性目的,因为唯有真正的热爱才能坚持到底。女生不要因为固有思维而害怕担忧,阻碍了探索的步伐。今年物理竞赛的全国第一就是女生。”“既然选择了就努力去做,坚持走完这个过程。”鲍韵涵始终记得父母对她说的话,她想把这句话送给正在坚持中的学子们。