



双胞胎兄弟获清华北大保送资格 他们是怎么做到的?



近日,中国科协青少年科技中心公布2022年数学、物理、化学、生物以及信息学五大学科竞赛国家集训队名单,重庆有17名学生入选。值得一提的是,入选的重庆选手中,个人总成绩位居全国第十五的熊俊翔和全国第二十七的熊英翔,是一对双胞胎兄弟,都来自重庆八中科学城中学(原重庆市树人中学),兄弟俩都获得了清华北大的保送资格。他们为什么那么牛?有什么成功经验值得所有孩子借鉴?一起来看看吧。

经历多次挫折后双双摘金

兄弟俩今年都是18岁,熊英翔是哥哥,比熊俊翔早出生两分钟。两人初中就读于重庆八中渝北校区,接触信息学算是偶然。上初一时,学校要求同学们加入社团,兄弟俩选择了编程社。从此,二人在老师的引导下慢慢喜欢上了信息学,走上了竞赛这条路。

竞赛之路并不是一帆风顺的。五年来,从业余爱好到进入学校的集训队,再到参加重庆市的省队选拔,熊英翔、熊俊翔参加过多次选拔赛,也经历过多次的挫折打击,弟弟熊俊翔甚至有过退出竞赛队的念头,在教练老师的关心鼓励下坚持了下来。

2022年是兄弟二人第一次进入重庆市信息学竞赛省队,也是他们首次参加全国青少年信息学奥林匹克竞赛。作为高二学生,这也是他们最后一次参加该竞赛的机会。“最后一次参赛机会,只能放手一搏,争取获得满意的成绩。”熊俊翔说,兄弟二人在省选中成绩并不理想,他自己甚至排在重庆队的倒数第二名,当时觉得获得一枚银牌就是很好的结果。

功夫不负有心人。最终,熊俊翔以全国第十五、熊英翔以全国第二十七的成绩夺得了第39届全国青少年信息学奥林匹克竞赛的金牌,入选国家集训队,并获得清华北大的保送资格。

正确学习方法是制胜法宝

对于这份成绩,哥哥熊英翔坦言“感到有些意外”。弟弟熊俊翔则形容自己是完成了“逆天翻盘”。因为,他从未得到过省级一等奖,最后却闯过省选大关一路冲进了国家集训队。他是怎么完成这个翻盘的?“回想之前比赛失败的经历,当我想要放弃的时候,是教练和老师们的鼓励支持我。”熊俊翔说,进入省队以后,能和其他选手一起训练,一起冲刺,让他感到非常有动力,金牌成了他的目标。

熊俊翔也分享了自己的学习方法,“做最有用的努力。”具体来说,一是努力的方向要正确,否则再累都是徒劳。为了精准地找到学习中的问题并对症下药,必须建立起一套科学的“学习-做题”的体系,而知识点掌握透彻是一切的基础;二是努力的效果最大化。主要体现在学习计划上,必须对考纲和自己的水平有足够的了解,才能制订效率最高的学习计划。“虽然竞赛学习和文化课并不相同,但是我的这个学习方法是从一直保持较好成绩的物理学



双胞胎兄弟熊英翔、熊俊翔

习上提炼出来、后面一步步完善的,所以其实是通用的。”

兴趣爱好父母全力支持

作为双胞胎,熊英翔、熊俊翔兄弟二人很有默契——一起考入重庆八中、共同选择信息学竞赛、一起拿下金牌并入选国家集训队、又一起获得清华北大保送资格。学霸是如何炼成的?兄弟二人坦言,他们的父亲是中学语文老师,母亲是医务工作者,父母在教育他们时,会给予更多的尊重和宽容,从不会强迫他们。

“只要是我们感兴趣的东西,爸爸妈妈都会支持。”熊俊翔说,小时候他们学过跆拳道,还短暂学过唱歌和吉他,接触信息学后要用电脑,爸妈便给他们二人买了笔记本电脑。妈妈刘女士说,在孩子们的学习上,作为家长在小学阶段操心多一些,主要是让他们养成良好的学习习惯。两个孩子在学习上比较自觉,能主动完成老师布置的作业,小学时逻辑思维就很强。因为同龄,兄弟二人还互相切磋和激励,共同成长。“孩子们有兴趣爱好,我们会尽力支持,做好他们坚强的后盾。”刘女士说。

学好竞赛这三点缺一不可

“他们对信息学是真正纯粹的热爱,且都非常认真、执着。”在教练吴新看来,这是兄弟俩学习中遇到很多挫折、还能成为“竞赛双雄”的主要原因。

吴新说,熊俊翔高二还没拿到省级联赛一等奖,排名在重庆市60名之后,而只有12人能参加全国竞赛,其他人可能会打退堂鼓了,而他在老师的鼓励下继续坚持参赛,后来在省选中逆境翻盘。同时,两人在学习上听从老师的安排,“他们对老师的要求都是不折不扣地完成,学习始终能够跟上老师的步伐,一直在不断地前进和上升。”吴新说,要学好竞赛,首先是兴趣,其次是天赋,第三是坚韧不拔的品质,三点缺一不可。正因为如此,兄弟俩不仅竞赛取得了好成绩,其他学科成绩在年级也名列前茅。

据上游新闻

专家进社区教会居民垃圾分类

本报讯 (通讯员 林利 王泽容)为了更好地引导居民垃圾分类,近日,大渡口区春晖路街道锦愉社区组织辖区居民在垃圾分类精品小区晋愉岭海小区观摩学习,倡导大家“绿色生活始于心 垃圾分类始于行”。其间,社区与物业、施工方以及党员骨干进行四方培训,让参会人员熟悉了设备操作流程,并制定相关管理制度,明确专人管理以及时间段专人值守,号召党员骨干做好宣传引导等工作。

培训完毕,社区又邀请专家到小区中开展现场教学,讲述了生活垃圾智能分类厢房的使用方法及时段、垃圾投放积分标准以及方式等。通过此次培训,进一步提高垃圾分类知晓率,增强居民的垃圾分类环保意识,调动居民参与垃圾分类的积极性。

人大代表助力社区老人健康体检

本报讯 (通讯员 孔雯莉)为进一步提高老年人健康水平,落实人大代表对辖区老年人的关心、关怀,近期,大渡口区跳磴镇人大办联合镇卫生院在蓝沁苑社区开展60岁以上老年人免费健康体检活动。

体检前期,人大代表们首先进入社区询问了部分老年人的身体情况,做好问卷调查后联系镇卫生院落实了体检项目。在体检过程中,医生们逐个为前来体检的老年人进行细致检查,并为老年人建立健康档案,提供随访服务。同时,人大代表们也对老年人进行健康教育宣传。跳磴镇人大办相关负责人表示,做好人大代表联系群众的工作,积极联动镇卫生院开展免费体检活动,营造良好和谐的人居氛围。

国民体质监测发现居民亚健康

本报讯 (通讯员 姜力)为使社区居民了解和掌握自身的体质现状和变化规律,合理引导居民科学健身,日前,大渡口区九宫庙街道创新社区新时代文明实践站联合区体育局在仁有逸景小区开展国民体质监测活动。活动现场,区体育局工作人员通过体测器材指导居民进行体质监测。

据悉,此次国民体质测试着重对弹跳力、握力、平衡、反应等多个项目进行测试。通过体质测试反映出人体最基本的体质状况,如心肺功能水平的高低、力量的强弱、平衡能力的高低、各种身体成分的比例是否合理,从而发现人体某些潜在的亚健康状态。此次活动不仅让参加活动的居民及时了解到自身的体质健康状况,也为居民体质数据统计提供了科学依据。

消防员进社区提高防火防灾意识

本报讯 (通讯员 曾真)为加强社区居民的防火安全工作,保障群众的人身及财产安全,近日,大渡口区茄子溪街道永丰社区联合区消防救援支队,在辖区开展了一场防火安全宣传活动,以此提醒广大居民正确使用电、气,提高防火防灾意识。

其间,社区志愿者和消防员通过集中宣讲、向居民以及店面发放消防安全宣传单等方式,宣讲占用、堵塞消防通道的危害和法律后果,教育引导居民规范停车、文明停车,时刻保持“生命通道”畅通,尤其是电动车做到安全充电。“通过此次宣传教育活动,有效提高了社区居民预防火灾的安全意识,使他们进一步从思想上认识到了防火防灾的重要性。”永丰社区负责人表示。

人大代表捐赠投影仪助力社区

本报讯 (通讯员 王定香 姜力)近日,大渡口区人大代表梁臣进向春晖路街道锦城社区赠送投影仪并安装在老吾老活动中心,党员群众学习教育条件得到了进一步改善。

在走访社区过程中,梁臣进了解到锦城社区老吾老活动中心室内的电视机屏幕小经常看不清,每每组织培训、讲座、开会时总不能为居民提供有效周到的服务,极大地影响了党员群众学习教育的积极性。他当即即表示要为社区配备投影仪,满足党员群众学习教育的需求,为基层社区助力。锦城社区党委书记龙灿表示,新影音设备的投入使用,满足了党员群众的个性化需求,提升了党员群众参与学习教育的积极性,也极大地提高了社区为民服务的能力和水平。

重庆最大装机容量屋顶光伏正式并网投运

2月22日,重庆市目前装机容量最大的屋顶光伏项目在两江新区完成并网及试运行。该项目光伏面板总面积25万余平方米,总装机容量约为3.6万千瓦,预计年发电量可达2600万千瓦时,减少碳排放2万余吨。

据了解,该项目采用“自发自用,余电上网”的并网运行方式,分两期投入,分别位于重庆京东方显示科技有限公司和重庆京东方光电科技有限公司屋顶,历时5个月完成施工建设。

2022年8月,国网重庆市电力公司收到该项目报装申请后,迅速集结发展、营销、运检、调控等多专业形成高效协同的联动机制,高效完成接入系统方案编制,积极支持新能源发展,强化分布式光伏并网服务。

“传统的报装申请电压等级一般都在10千伏及以下,京东方屋顶光伏项目并网的电压等级为较为罕见的20千伏。由于接入电压等级的特殊性,客户在设备检测、信息传输等方面遇到了一定的困难。”国网北碚供电公司发展部相关人员介绍道。

为了保障京东方光伏早日建成投用,国网重庆市电力公司针对并网方案最大程度提出修改优化意见,全过程跟踪项目进展,多次组织召开专业研讨,积极协调特殊电压等级设备性能检测、电能质量监测装置部署等相关事宜,有效解决了项目实施过程中的难点。

“顶楼的隔热板安装后,预计今年夏季,我们整幢办公大楼平均温度将比之前降低1~2℃。屋顶光伏正式投运后,能够大幅降低我们的用电成本。多亏了电力公司几个



国网北碚供电公司员工在京东方项目一期做投运前检查工作

月以来的持续帮助,非常感谢你们一直为我们排忧解难。”重庆京东方公司能源部有关负责人说道。

京东方屋顶光伏建成投运后,在降低企业用电成本的同时,还将为重庆北碚地区能源供应注入强劲清活动力,对于提升度夏期间的电网顶峰能力也将起到积极的支撑作用。

下一步,国网重庆市电力公司将持续服务于用户,逐步构建“源网荷储”全要素的新型电力系统,在助力“双碳”目标实现的同时,不断夯实度夏保供基础,全力服务经济社会高质量发展。

重庆晨报记者 杨野 通讯员 吴楠 唐倩影 张强 摄影报道