

慈中两对双胞胎 3人考入浙大1人考进武大

■全媒体记者 龚益
通讯员 邬林波

在今年的高考中，慈溪中学两对双胞胎学子表现亮眼：姐姐方孜、妹妹方然双双圆梦浙江大学；哥哥周昊、弟弟周昱则分别被武汉大学和浙江大学录取。

方孜方然： 异班同心 携手圆梦浙大

方孜和方然这对双胞胎姐妹，从龙山实验小学、范市初级中学，到慈溪中学，都被分在不同班级。尤其是中考后，姐姐方孜以高出分数线7分的优势进入了竞争激烈的实验班，妹妹方然则刚好压线，进入了平行班。

进入高中，方然坦言最初“非常不适应”，成绩一度在全校300多名徘徊。转机出现在她担任数学课代表后，遇到了房旭央老师。“每次去办公室交作业，我都会抓紧时间向房老师请教不懂的问题，她总是非常耐心地解答，而且一直鼓励我。”方然回忆道，在房老师的悉心指导和自身的努力下，她的数学成绩突飞猛进，并带动了整体学习的提升。经过脚踏实地的努力，方然在高中

考中取得了686分的好成绩，成功考入浙江大学。

在高手如云的实验班，方孜展现出沉稳从容的学习态度。作为班里的学习委员，她摸索并坚持了一套系统高效的学习方法。每天整理错题是她的必修课，而每周日晚上的第三节晚自习，则是她雷打不动梳理数学知识体系的时间。“这样规律性地整理，能让知识的脉络更加清晰，理解得更深刻，也记得更牢固。”方孜解释道。这份坚持与专注，最终让她以684分的成绩同样被浙江大学录取。

姐妹俩的学习策略各具特色。方然是“碎片时间管理高手”，早自习前的片刻、晚上吹头发的时候、晚自习后回寝室的路上，甚至睡前，都被她巧妙地用来背诵、回忆、复盘知识点和规划第二天的任务。“千万别小看这些零散的时间，日积月累起来，效果非常可观。”方然说。一起学习讨论时，难免会遇到解题思路不同的情况。“碰到这种情况，我们会先各自把自己的思路 and 理由讲清楚。”方孜说，“如果还是谁也说服不了谁，那就一起上网查找最权威、最标准的答案来验证。”这种坦诚的交流和对真理的尊重，反而成为她们共同进步的阶梯。

双胞胎朝夕相处的生活，自然充满了温馨又逗趣的小插曲。她们笑着承认，经常为一些生活琐事“拌嘴”。“最典型的就是早上，妹妹有时起得晚点，我就要在寝室等她。我们班对时间要求比较严格，所以我吃早饭就得快一些，好赶紧去教室，结果她又会嫌我吃得太快。”方孜说起这些日常，脸上洋溢着笑容。高中三年，她们始终坚持每天一起吃饭、一起回宿舍，维系着这份紧密的纽带。

姐妹情深是方孜选择浙江大学的重要因素，由于方然已通过浙江大学的“三位一体”综合评价招生被提前录取，方孜也毫不犹豫地随姐姐的脚步，继续在同一所校园里学习、成长。

周昊周昱： 同班同行 并肩奔赴前程

哥哥周昊以667分考入武汉大学国家网络安全学院，弟弟周昱则以680分被浙江大学口腔医学（5+3一体化）专业录取。这对双胞胎兄弟的求学之路，充满了“同班同行”的默契。从育才小学、育才初中，再到慈溪中学，兄弟俩始

终是同班同学，高中阶段更是同住一个寝室。他们的名字“昊”与“昱”饱含深意，是外公所起，寓意着“顶天立地”的期望。

朝夕相处的生活，让兄弟俩在学习上相互扶持，在生活中形成了独特的默契。面对高三巨大的学业压力，他们发展出了一种特别的减压“秘方”——用轻松幽默的对话来化解紧张情绪。“其实我们俩都不算特别擅长表达的人。”弟弟周昱笑着说，“但往往只需要一个简单的玩笑，就能让对方紧绷的神经放松下来。”他举例说，比如某次考试没发挥好，这种心照不宣的幽默互动就成了他们迅速调整心态、应对压力的“秘密武器”。

在学习上，兄弟俩展现出明显的互补优势。周昊思维严谨，尤其擅长理科的逻辑推理。周昱则在扎实的理科基础上，融入了更多文科的思维特点，在知识的整合与贯通方面更胜一筹。他们经常一起钻研难题，互相启发，碰撞思维的火花。“有时候他提出的某个解题角度，会让我一下子豁然开朗，思路瞬间就打开了。”周昊这样评价弟弟带给他的帮助。而在周昱眼中，哥哥周昊“性格很稳重，而且特别热爱钻研”。

书法、足球、跑步和乒乓球，都是他们课余的挚爱。“像书法，我们从小学三年级就开始一起练习了，一笔一划之间，能让我们的心沉静下来。”周昱介绍道。有意思的是，在平时的考试中，兄弟俩的成绩常常呈现“你追我赶”的态势，这次哥哥领先，下次弟弟又反超。遇到这种情况，他们会形成一种默契——不刻意去比较分数高低，而是心照不宣地铺开宣纸，一起写书法来缓解压力，然后继续共同努力。互相借阅笔记、分享学习心得，更是他们学习生活中的常态。

提起学业上的进步，兄弟俩满怀感激之情，特别感谢老师们的悉心教导与关怀。周昊回忆道：“以前初中都是走读，刚升入高中开始住宿生活时，确实有些不习惯和不适应。多亏了我们的班主任张百群老师，像长辈一样关心照顾我，让我很快适应了集体生活。”

弟弟周昱还提到，他们的家庭氛围比较宽松。“从初中开始，父母就给了我们很大的自主空间，没有硬性的名次要求。”高考期间，母亲每天精心准备的可口饭菜和温暖的鼓励话语，成为了他们坚持奋斗的重要精神支柱。周昊认为，正是这种“散养”式的家庭环境，反而培养了他们学习的自律性和内在动力。

萌娃趣插秧



近日，周巷镇天元实验幼儿园暑托班里，一场充满趣味的“水稻种植计划”正在这里热闹开展。孩子们在“农事指导员”的带领下，卷起裤腿，小心翼翼地把秧苗插进松软的泥土里。

■摄影 全媒体记者 王
焯江 通讯员 施吉章

副高携高温返场 近期多午后雷阵雨

■全媒体记者 杨贵
通讯员 韦颖

“七下八上”的天气舞台，今天主角不是台风就是副高。今年8号台风“竹节草”前脚刚走，副高就迅速靠近了，昨天副高还有点距离，最高气温就已经攀升到了35℃高温线。

本周前几天，副高增强西进，与大陆高压连成一片，我市处于副高控制之下，新一轮持续高温返场。要到后期高空槽南压，在新一轮降水攻势下，气温会有所下跌。当然，这个阶段没有台风，气温下降也只是暂时的。

据市气象台发布的天气预报，今天副高增强，有中层偏南气流，为夏季常见的多云午后局部有阵雨或雷雨天气，气温27℃-35℃。

明天中层弱切，低层偏南气流，周三中低层偏南气流，湿区弱，这两天都是多云午后局部有阵雨或雷雨，气温相近，最低在27℃-28℃，最高35℃-36℃。

浙江天气网称，近期全省基本是高温的天下，大部地区气温35℃以上，局地39℃以上，表现突出的主要在浙中南一带，前天水水、仙居、武义最高气温都超过了37℃。浙中南不止是热得早、热度高，后面的系统降水降温也要慢一拍。

周四开始，高层有浅槽南压，低层切变偏北，当天我市多云到阴有阵雨或雷雨，预报气温28℃-34℃。周五受切变影响，雨势更明显一点，阴有阵雨或雷雨，27℃-31℃。

本周前期气温较高，雨水只能算点缀，大家要继续做好防暑降温工作，注意室内外温度的调节，及时补充水分，保持身体健康。室外高温作业人员，须采取有效防晒措施，防止皮肤灼伤，并及时补充水分，防止中暑。

周四迎立秋

本周四是二十四节气中的第13个节气立秋，这也是

秋季的第一个节气。立秋并不代表酷热天气就此结束，一般秋季第二个节气（处暑）才出暑，初秋期间天气仍然很热。按照“三伏”的推算方法，立秋这天往往还处在中伏。

知名气象科普博主@信欣说，对于我国大部分地区，立秋不等于入秋，立秋期间入秋区域主要在长城以北，中原地区依然暑热难消。而且立秋和处暑期间，台风处于一年最活跃的时期。真正的凉意，要等到白露之后，对慈溪来说，现在还在一年中最炎热的“七下八上”阶段。

今年的7月，我们遭遇了活跃台风季，气温也受到

抑制，甚至“七下”阶段也谈不上太热。不过从全国范围来看，可谓热得非同寻常。中国天气网称，从7月平均气温来看，全国平均气温为23.64℃，这是有观测数据以来最热的7月，也是我国观测史上最热的一个月份，安徽、河南、湖北、吉林、辽宁、山东、陕西、山西等省均为最热7月。

浙江省气象服务中心预计，浙江8月将出现较明显高温热浪，高温日数10-15天，高温强度较7月偏强，预计8月份全省大部降水偏少。总体来讲，8月份需要关注高温和强对流带来的影响，且中下旬仍有可能出现台风。

国防课堂感悟红色精神

■全媒体记者 杨昀
通讯员 陈烨 潘美琴

本报讯 近日，宗汉街道史家村新时代文明实践站歌声嘹亮，一场以“追寻红色记忆，共筑强军梦想”为主题的国防教育活动在此开展。史家村暑假假日学校和慈溪润德小学2021级四（3）班近60名同学，在沉浸式体验中感悟红色精神，汲取奋进力量。

带着对国防知识的好奇，同学们在讲解员的引导下步入史家村国防科普馆。透过一件件承载历史的展品，他们了解到国防的深刻内涵、发展脉络以及身边英雄的感人事迹。馆内的电子书、火箭设计师等互动设备妙趣横生，让原本略显枯燥的国防知识在孩子们心中悄然扎根。

“同学们，你们知道一枚军功章背后，藏着多少军人对祖国的赤胆忠心吗？”随着“浙江省最美退役军人”史正军的提问，一堂浸润式国防教育主题讲座拉开序幕。他以“退役军人”的使命担当与国防

情怀”为主线，深情回顾自己献身国防的军旅生涯与退役后投身家乡建设的奋斗足迹。一个个关于忠诚坚守、无私奉献的鲜活故事，将军人的使命担当与深沉的家国情怀娓娓道来，感染了在场每一位听众，点燃了大家心系国防、报效祖国的热情之火。

从认知国防到筑梦国防，知识竞答环节气氛热烈。“中国人民解放军的三大主要军种是什么？”“中国第一艘航空母舰叫什么名字？”主持人围绕建军历史、国防常识与军事科技等主题提问，同学们积极思考、踊跃抢答，在互动中进一步深化对国防知识的理解。

“参观国防科普馆时，看到英雄们保卫国家的故事，我才知道现在的安稳生活多不容易。”史爷爷的讲座让我明白，国防需要每个人参与，我要好好学习，将来发明更厉害的武器保卫祖国。”同学们你一言我一语分享着收获。他们纷纷表示，要将爱国之情转化为学习的动力，为祖国的国防建设和未来发展贡献自己的力量。

司庆日变感恩日 “中兴精密” 十五载践行感恩公益活动

■全媒体记者 景锦
通讯员 潘曙霞 赵圣男
王成

本报讯 今年是中兴精密集团成立35周年。日前，中兴精密集团80余名“爱心使者”组成15个小分队赴我市各地开展走访慰问。司庆日变感恩日，这是该公司连续十五年开展感恩公益活动，也是其践行“文明润企”的生动缩影。

始创于1990年的浙江中兴精密工业集团有限公司，目前已发展成为一家多元化集团控股公司。近年来，公司以“中兴精密”哲学思想和企业文化体系为核心，通过持续创新和发展，立志成为中国幸福企业典范。集团董事长张忠良认为，“中兴精密”有责任、有义务让社会各界共享成果。多年来，他秉承不举办大型庆典活动的传统，把省下来的钱用于慈善事业。今年，感恩公益活动倡议通过线上线下同步发起后，得到员工积极响应，共

募集爱心善款11万余元。当天，在“孝亲敬老，精准扶贫”慰问活动中，爱心小分队前往长河镇宁丰村，为29户低保家庭送去生活物资和慰问金，细致了解他们的生活健康状况及实际困难。在“爱心伴寒门学子成长”慰问活动中，小分队向长河镇以及宗汉街道联兴村的50名寒门学子赠送慰问金，关切询问孩子们的开学准备情况。据统计，此次感恩慰问活动共发放物资及慰问金17万余元，让更多人实实在在感受到这家企业的温暖。

记者了解到，多年来，“中兴精密”分别对教育事业、社会福利、新农村建设等多个重点领域进行了捐助和支援，其每年用于公益事业的支出都在250万元左右，历年捐赠总额已超过2000余万元。张忠良本人也多次入围福布斯中国慈善榜。公司负责人表示，未来将持续把“文明润企”理念融入发展实践，带动全体员工持续关注、关心、关爱困难群体，以实际行动为和谐社会建设贡献爱心力量。

桥城@微事

大事小事 不文明行为
欢迎@慈溪日报或在慈晓·慈圈发帖

微播报

慈晓客户端“慈圈”圈友丫丫：汉科医疗“企业开放日”邀请员工家人共同见证企业成长历程，感受企业人文关怀，拉近了“大家”与“小家”之间的距离。
(8月2日7时11分)



慈晓客户端“慈圈”圈友茅兔兔：网友送清凉。
(8月2日17时43分)



慈晓客户端“慈圈”圈友希希：雨后的大蜗牛。
(8月1日19时35分)



慈晓客户端“慈圈”圈友网称爱华中华，华：致敬高温中奋斗在一线的工作人员。
(8月1日10时41分)



■纪葬原 整理

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
多云午后局部有阵雨或雷雨 27℃-35℃	多云午后局部有阵雨或雷雨 27℃-35℃	多云午后局部有阵雨或雷雨 28℃-36℃	多云到阴有阵雨或雷雨 28℃-34℃	阴有阵雨或雷雨 27℃-31℃

谈天说地
TAN TIAN SHUO DI