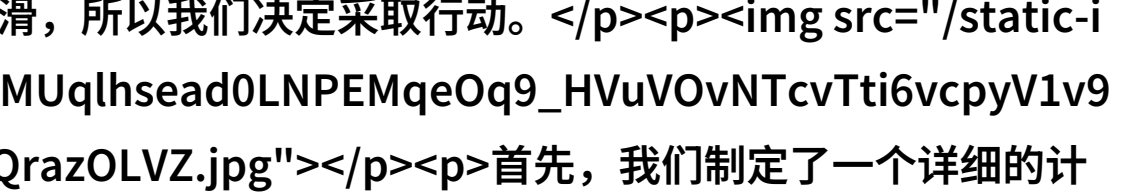


青梅竹马的补课日记

在一个阳光明媚的周末，我和我的青梅竹马小华决定一起进行一场补课大战。我们都知道，随着学期的深入，压力越来越大，而我们的成绩也开始下滑，所以我们决定采取行动。

首先，我们制定了一个详细的计划。这不仅包括每天要学习哪些科目，还包括每个科目的具体目标和学习方法。为了确保计划能有效执行，我们还设定了时间表，每天早上6点起床，一直到晚上10点，都要坚持学习。

其次，我们互相监督彼此。因为我们都是彼此最了解的人，所以只要看到对方有任何懒惰或分心的迹象，就会立即给予提醒。这不仅让我们的学习更加专注，也增加了一种竞争性，让我们对自己的进步更加负责。

再次，我们利用3ph（三项原则）法则，即平衡、优先级、习惯化。在平衡方面，我们保证一定时间用于运动和休息，以免过度疲劳影响效率；在优先级方面，我们首先把难度最高或者考试临近的科目排在前面；而习惯化，则是通过重复做同样的事情，使之成为第二自然，从而减少无谓的心理负担。

同时，小华还是学校篮球队的一员，他经常向我分享他的比赛经验，这让我看到了团队合作和领导力的重要性。我也鼓励他多读书籍，拓宽视野，这样他既能提升运动技能，又能增长见识。他也鼓励我参加一些文化活动，比如参观博物馆，看演剧，这让我从不同的角度理解世界，同时也有助于缓解压力。

最后，因为我们都是高二生，对未来的选择非常敏感，所以我们的补课过程中，也充满了对未来规划的大讨论。我希望能够考入好的大学，而小华则梦想成为一名职业篮球选手。不过，无论怎样的选择，只

要努力工作，相信自己一定能够达到目标。而这段青梅竹马的补课时光，也成为了我人生中宝贵的一部分，是我与小华之间不可磨灭的情谊的一个缩影。

[>下载本文pdf文件</p>](/pdf/1039924-青梅竹马的补课日记.pdf)