

星光计划阶段培训感想

上海市工商外国语学校 倪沁林



星光计划英语组的培训于上学期12月份开始,至今,我们正处于培训的第三阶段,比赛倒计时——45天。

“Teamwork”、“Perspectives”、“Big ideas”、“Think out of the box”、“Time management”、“Fluency”等等,是我培训以来听到过最多的单词了。今年的赛制与往年相比较为不同,我们的准备时间只有10分钟,呈现形式也改成了二人对话的形式。所以,团队合作是极其重要的。课上,我们组队开展英语辩论赛、合作讲故事,既锻炼了英语口语能力,又拓宽了思维,还培养了彼此之间的默契,一举三得。我们进行模拟,不断熟悉比赛的整个流程,不断加快讨论的速度,以保证有足够的时间进行梳理——我们不断地挑战自己的极限。一次次的培训中,

我们也得出了结论:作为一个团队,互相帮助是很重要的,两人起到的是一个互补的作用,当团队中任何一人有困难时,另一个人都应该第一时间帮助她。其次,我们应该杜绝将难题留给队友,自己却轻松地面对简单的问题,因为这不是一个好的团队应该有的表现。良好的团队合作能力不仅能提高效率,还是一种默契的体现。

对话内容也是重中之重。为了在众多的参赛队中脱颖而出,除了有良好的语言功底之外,我们必须要有眼前一亮的新观点。为此,我们锻炼用不同的角度看待各种事物,并且每天关注时事政治、观看Ted演讲,拓宽思路。这是一个相对来说比较困难的过程,因为涉及到了思维上的变化,但是,practice makes perfects。拥有批判性思维,在生活中多多“质疑”,我相信在之后的时间里我们能够做到与众不同。

两年前,我羡慕而又崇敬地看着学长学姐在比赛中赛出自我、取得佳绩,现在,舞台留给了我们,我们肩负重任。压力越大,动力就越大,一等奖固然美好,但我更希望在这个过程中得到成长,不仅是知识库的扩大,还有对未来生活的感悟。

培训感悟和成长

上海市工商外国语学校 钱春红



维能力有了明显的提高,会对事情进行深入的思考和分析。但是,我仍需把这个“技能”熟练地运用到日常生活中,成为一个惯性思维,在比赛中发挥。

除此之外,我变得愈加自信了,我的拖延症也在队友的监督下慢慢改善。这一切好的改变都少不了我们强大的教师团队,他们将自己的切身经历和总结出来的经验都毫无保留地分享给我们,我们的改变都是老师辛苦付出和自己努力的结果。

除了升学给我带来的压力,往年星光选手的光辉战绩,也让我们有着很大的压力,我们绝不能成为蝉联多年冠军的“终结者”。两大压力时常让我感受到大脑和时间都不够用,但是就像老师所说,这是一次非常宝贵的经历,只要熬过去了,我们最终会感谢这段时间。

所有在培训中所学到的知识,不仅仅受益于比赛,更多的是受益于整个人生。所有的一切,都让我向成为一名更好的参赛选手和一个更好的人而发展。

回想起16年的寒假,我还未进工商外的时候,妈妈带着我来学校咨询情况,招生办的负责老师就向我们介绍了星光计划英语一等奖的选手。没想到,三年后的自己竟得到了如此宝贵的机会——成为参赛选手之一。

从正式开始培训到现在,我发现自己最大的变化并不是英语说得多流利,而是在思想上的变化。以前的我习惯了人云亦云,看待事情很少会去深入思考并发表自己的观点,也不知如何去表达自己真正的想法。在接受培训后,经过老师们不断强调“Critical Thinking”的重要性并教我们如何从不同的perspectives看待事情,我的逻辑思



上海市贸易学校
SHANGHAI TRADE SCHOOL

随迁子女招生简章

国家中等职业教育改革发展示范学校

国家重点中等职业学校

中本、中高职贯通模式学校

上海市文明单位

上海市行为规范示范校

上海市安全文明校园

上海市健康校园

报名方式

即日起9:00-16:00携带个人资料到招生办咨询。

学校地址

杨浦区赤峰路43号(公交55、61、70、79、115、116、123、142、147、222、554、576、713、746、817、843、871、874、937、960、轨道交通8、10号线“四平路站”等)
普陀区云岭西路689号(公交67、74、91、94、121、158、216、551、750、765、807、808、827、836、846、858、876、1205、长征1路、轨道交通2号线“淞虹路站”、轨道交通13号线“祁连山南路站”等)

招生专业

专业大类	专业名称	贯通高校	备注
中本贯通	物联网工程	上海商学院	1、中本贯通学制7年。(随迁子女暂不可报考) 2、中高职贯通学制5年。 3、中专专业学制3年。进校后,根据个人意愿、录取成绩及市场需求确定专业。 4、徐汇、黄浦、静安、长宁、普陀、虹口、杨浦、闵行(临近地区)和浦东新区(临近地区)的新生走读,其他地区的可申请住读。
	国际经济与贸易(食品进出口)	上海杉达学院	
中高职贯通	电子商务	上海商学院	
	影视多媒体技术	上海电影艺术职业学院	
	国际商务	上海电子信息职业技术学院	
	应用英语(跨境电商)	上海邦德职业技术学院	
中专	食品加工技术(食品安全与检测)	上海中侨职业技术学院	
	国际商务、学前教育、商务英语、数字媒体技术应用(新媒体影视)、计算机应用(物联网技术应用)、西餐烹饪		



学校公众号

联系电话:

65976136 52692814

学校网址:

http://shsmvxx.edu.sh.cn