



以科技为翼 助学子腾飞

创业者宋倩倩用AI赋能教育反哺家乡

□晚报记者 位鲁江

在滨州教育领域,宋倩倩可以说是一位“特别”的创业者。幼年时,她受益于“希望工程”帮扶得以完成学业,从此便将“回馈教育”的种子深植心底;当人工智能的浪潮渗透进各行各业,她敏锐捕捉到科技赋能教育的新可能,打造出独具特色的AI智能自习室,为初高中生搭建起高效提升学习成绩的学习平台。

“我曾是‘希望工程’的受助者,这种来自社会的关爱,让我立志为教育事业奉献自己的力量,这也是我做教育的信念!”宋倩倩说。

这份温暖的馈赠,在她心中埋下了反哺教育的种子,也让“为孩子们做些什么,为家乡教育出一份力”成为宋倩倩始终不变的心愿。走出校园后,宋倩倩一直惦念着这份初心,尽管创业初期她从事过多个行业,但这份信念却愈发坚定。2021年,随着AI技术的快速发展,人工智能开始在各行各业崭露头角,这让她看到了教育领域的新机遇。



“现在很多家长都说孩子的学习压力太大了,不少家长也存在焦虑情绪,长此以往对孩子的成长极为不利。”宋倩倩说。长期观察后,她发现了当下学生群体面临的诸多学业困境:不少孩子起步晚、学习习惯养成滞后,在学业上渐渐掉队;中高考的重压下,学生渴望突破学习瓶颈、家长期盼孩子金榜题名的心情尤为迫切。

“传统学习方式难以兼顾每个孩子的学习特点,在针对性提升孩子成绩方面往往不尽如人意。”宋倩倩说,正是看到这些痛点,她萌生了将AI技

术与教育深度融合的想法,希望用科技的力量,为学生打造更高效、更精准的学习路径。

2021年,宋倩倩的AI智能自习室正式落地滨州。这家以“AI智学、高效学习、精准提升”为核心的教育机构,很快便吸引了众多学生和家长的关注。自习室核心聚焦初高中全科一对一AI教学,同时覆盖小学四年级至高三全学段,针对艺考生、偏科生、尖子生等不同群体的学习特点,量身定制专属学习方案,真正做到了因材施教。

与传统辅导模式相比,AI教学的优势尤为突出。一对

一定制化学习模式,能精准匹配学生的知识薄弱点,让学习时间更短、记忆内容更精简,同时有效提升做题的准确率和速度。这份实效,在一张张喜报上得到了最鲜活的印证。根据宋倩倩统计,经过AI教学赋能,学生文化课成绩均能实现不同程度的提升。“AI教学可以有效拓宽学生的学习视野,帮助他们更深入、更透彻地学习相关知识。”宋倩倩说。

在宋倩倩看来,AI技术终究只是助力学习的工具,孩子的学习内生动力才是核心关键。因此,她的AI智能自习室并非简单的“机器授课”,而是将AI技术与专业指导深度结合。学前会为学生做精准的学情测评,明确学习目标;学习中,根据孩子的知识基础定制学习进度,学生跟不上就加开一对一补课;课后,搭建专属学习群,24小时内解答学生疑问。AI智学的优势之一,还在于可以根据系统反馈的学习数据,为学生分析薄弱环节,同时关注学生的心理状态,用鼓励和引导激发他们的学习热情,让孩子从“要我学”

真正转变为“我要学”。

宋倩倩告诉记者,为了让学生高效利用课余时间,自习室在周六日及假期均设置了分段教学;除了文化课辅导,还为学生提供春季高考建议和高考规划指导,从学习方法到升学规划,全方位助力学子学业进阶。同时,机构还推出多项贴心保障,细致的教学安排和用心的服务,让自习室的口碑不断积累。不仅滨州本地的学生慕名而来,甚至有外地的孩子和家长专程赶来咨询,这间小小的自习室,成了学子们冲刺学业的“加油站”。

从受助于“希望工程”,到用AI技术助力万千学子实现学习梦想,宋倩倩的人生轨迹始终与教育紧密相连。如今,她仍在不断优化AI智能自习室的教学体系和模式,继续深耕AI教育领域。

谈及未来,宋倩倩的心中满是期许。她希望借助科技的力量,让更多身处学习困境的孩子找到适合自己的学习方法,点燃学习的内生动力,在求学路上走得更稳、更远。

阳信县70名农村残疾人 免费学技能领农资



□晚报记者 郭志华
通讯员 霍向锋

晚报讯 为期三天的2026年阳信县残疾人小麦高产技术与健康中国发展培训班于3月18日落幕。来自劳店、商店、河流等乡镇的70名农村残疾人收获了农作物高产新技术,收获了免费提供的农资产品,收获了对美好

生活的向往与期待。

这次培训由阳信县残联、滨州市红太阳生态农业发展有限公司联合举办,培训费、食宿费用全免,聘请省内农业专家及富硒农业专家,采取集中授课、现场教学,讲解如何运用“硒”元素在小麦生长中发挥作用,使小麦高产及生产出合格的富硒小麦管理的技术要点。通

过技物结合的方式进行富硒小麦高产种植技术指导。

结束后,培训班为种植户免费提供农资产品,涵盖小麦返青期和一喷三防用药方案。此次培训旨在让残疾人学到高产综合管理方法与“硒”元素运用技术,实现亩增产10%以上,减轻家庭负担,改善生活品质,彰显党和人民对残疾人的关爱。

世界睡眠日: 守好睡眠基石 以安睡养身心

□晚报记者 苏瑞馨 张晓

作息,规律作息,稳住节律

晚报讯 3月21日是世界睡眠日,中医认为,睡眠是最好的养生,睡不好会直接影响免疫力、情绪与脏腑功能。滨州市中医医院睡眠医学科专家团队提醒,调理睡眠可遵循中医理念,从穴位按摩、外治调理、饮食作息等多方面入手,用温和有效的方法改善睡眠状况,以优质安睡筑牢健康基石。

调理:四招实用,安睡有方

面对各类睡眠障碍,无需硬扛也不必过度依赖安眠药物,滨州市中医医院专家给出四个在家就能操作的安神助眠妙招,简单易学、立即可用。

睡前按揉神门穴、安眠穴、涌泉穴三大安神穴,每个穴位按3~5分钟,宁心定志、引火归元,快速舒缓心神;用艾叶、合欢皮、首乌藤煮水,以40℃-45℃水温泡脚10-15分钟,微微发热即可,高血压、糖尿病患者需遵医嘱;将薰衣草、柏子仁、远志、合欢花等份装袋制成安神香囊放于枕边,清心除烦、助力入眠;煮一碗百合莲子银耳粥,百合清心安神,莲子清泻心火,适合心火旺、烦躁引发的失眠。

紊乱的作息是影响睡眠的重要因素,滨州市中医医院副主任医师王犀给出核心作息建议,牢记三点守护睡眠节律。尽量固定入睡和起床时间,即便周末、节假日也不大幅熬夜、睡懒觉,让生物钟保持稳定;睡前1小时远离手机、电脑等电子产品,避免蓝光刺激和繁杂信息干扰,让大脑逐步进入放松状态;养成专属睡前仪式,泡脚、听轻音乐、简单拉伸均可,让身体形成条件反射,提前进入睡眠准备。

调理:辨证施治,特色护航

若睡眠问题较为顽固,可借助专业的中医特色调理方式。滨州市中医医院睡眠医学科针对入睡困难、多梦易醒、早醒等各类睡眠障碍,开展特色针法、推拿、平衡火罐、耳穴压豆、暖脐培元灸等十余项中医外治技术,结合中药内服、情志调理形成综合疗法。专家团队坚持辨证施治,为患者量身定制个性化调理方案,全程安全温和,无药物依赖,全方位助力改善睡眠。

专家强调,改善睡眠,需从日常点滴做起,顺应中医阴阳平衡理念,让身体回归自然的作息节律。