

一中教育

2013年11月
苏准印JSE-0003957号

常州市第一中学 主办

总第125期

清华大学“新百年领军计划”的感召力 ——完利梅校长在清华领军人物选拔仪式上的讲话

同学们，早上好！

本周，我校2014届清华大学“新百年领军计划”候选人选拔活动将全面启动。三年前，清华大学开自主招生改革之先河，在全国率先推出领军人物选拔计划。至今，这一计划仍然是全国最受关注，也是最具吸引力的人才选拔计划。

之所以如此，我想主要有以下三个原因。首先当然是清华大学在全国大学中的一流领先地位以及优惠的高达30-60分的加分政策让莘莘学子心向往之。其次，所有获得“领军计划”资格的学校，每年都要接受审批，不合格即取消，这就决定了所有暂时有资格的学校，必须年复一年地保持高水准的运行，并在为国家选拔育才的宗旨上必须与清华大学一脉相承。第三个原因，也是最重要的原因，即是被选拔出的同学清华大学将在后续培养阶段重点给予关注，所以候选人必须是各方面综合素质最优秀的同学，也是未来最具有发展前途、成长性最高的同学。

我们的第一位领军人物孙逸凡同学，目前已在清华大学计算机科学实验班姚班学习，该班汇聚的是经过高标准国际性考核的全国顶尖计算机人才，也将成为世界级的顶级大师。去年的领军人物汪一凡同学，巾帼不让须眉，以高考全省前二十名的优异成绩直接被清华大学录取。所以，他们两位的出类拔萃，以及你们已经毕业了的同学的辉煌成绩，促成了我校高位运行的平台，也成就了我校第三年继续获得“新百年领军计划”，成为“清华大学优秀生源基地”。

以上三个原因，决定了各个中学必然会继续推选出最符合清华大学选材标准，最具实力能代表本校的学子。这也是各中学的实力展示，体面所在。因此，我校今

年一定会继续本着公平、公正、公开的原则，成立由校长室、校学术委员会、高三年级组相关老师组成的校评审委员会。由评审委员会对照选拔标准，对所有报名的同学进行资格审查，确定候选人。这个候选人一定是学业一流，但未必是年级第一。学业拔尖只是前提，全方面的优秀才是根本。具体而言就是要符合我校的人才培养六大标准。具有崇高的价值追求、高尚的爱国情操、出类拔萃的素养、卓尔不群的领导才能、远大的国际视野、内心强大的抗挫能力，才是清华大学、也是全社会所需要的可造之材。

清华大学的选材标准，对于我们所有同学应该都有启发。为了成就自己未来的长远之路，我们必须在眼光所及、能力所及的范围内努力使自己全面发展，使学业素养和公民素养同时成为我们年轻学子的追求目标，只要我们为自己确定好目标，就一定会利用一切时间空间，利用一切正面的意识形态来塑造自己。而在追求自我全面发展的道路上，每次阶段考试都是一个节点。正如即将到来的期中考试。在这个节点上，我们能验证前阶段的努力，看到自己的不足，能为今后进一步发展注入新的动力，能为自己的成长留下痕迹。所以，我们一定要尽力，让自己无悔！

同学们，学长们的出色表现把常州一中推到了顶尖学府清华大学的眼前。志向远大、追求卓越、品学兼优、素质全面，这是清华选拔领军人物的标准，也是全体一中学生孜孜追求的目标。虽然名额只有一个，但领军人物不止一个，在场的每一个同学都是一中的现在和将来，都是发出一中未来光芒的领军者。让我们共同努力，追求卓越，领军未来！

愿一中的学子都能梦想成真

——高俭副校长在升旗仪式上的讲话

老师们、同学们：

早上好！

我校2014年清华大学“新百年领军人物”推荐人重点考察和选拔工作已圆满结束。根据清华大学领军人物的选拔要求，通过自我申报，学校评审委员会结合高三理科班中选出的年级综合排名前1%的6位同学进行首轮审核，再经过进一步考察和评审投票，吴越颺、童鑫熠、虞沁3位同学在第二轮评审中脱颖而出。

17日上午的现场考核由个人陈述、现场答辩和一分钟总结三个部分组成，三位同学向评审委员会老师和考核现场的同学们展示了他们开阔的视野、敏捷的思维、远大的志向以及为追求卓越、追逐梦想的奋斗的激情！

清华大学自动化系教授王凌作为清华大学领军计划选拔的观察员给三位同学的表现以高度的评价，最终经过现场评审、投票，高三（1）班的童鑫熠同学脱颖而出，成为我校2014年清华大学“新百年领军计划”推荐人选。让我们用掌声对童鑫熠同学表示祝贺！

其实，通过清华大学新百年领军计划已经进入清华的2012年我校毕业的孙逸凡和2013年我校毕业的汪一凡，在清华大学表现非常出色。因为我校的学生培养目标就是“阳光心态、优秀学业、国际视野、领袖素质、一流口才、明显特长”，这与清华大



学领军计划的选拔标准“志向远大、追求卓越、品学兼优、素质全面”非常契合，这也是未来人类优秀人才的基本标准！

同学们，今天的优秀学业只是未来成功的一块基石，具有强烈社会责任感、具备合作意识和卓越的领袖素质才是我们成才的核心条件。作为清华大学优秀生源基地的学生，你们每个人都蕴藏着无穷的潜力，每个人都有追求卓越的梦想，愿我们一中的学子都能梦想成真！

清华领军计划推荐生：

PK“棱镜”“出国热”“中国梦”



17日上午，2014年清华大学“新百年领军计划”校内三名候选人——童鑫熠、吴越颺、虞沁，在五楼报告厅经过同场PK，最终童鑫熠同学胜出，获得“领军计划”推荐人资格。

此次活动，清华大学招生办江苏组负责人王凌教授亲临观摩。我校校长室成员、校评审委员会、初高中学生代表、常州电视台等多家媒体记者悉数到场。满春燕副主任主持活动。

参加清华选拔的三位同学经过抽签依次就美国“棱镜”事件、中国学生“出国热”和习近平主席提出的“中国梦”作出回答。他们旁

征博引，反应机敏，见解独到，舌绽莲花，博得大家阵阵掌声。

王凌教授发表即兴讲话，盛赞一中学生一流的口才、机敏的才思、优秀的素质，预祝我校更多同学跨入清华大学。完利梅校长向王教授表示感谢，并宣读了我校2014年清华大学“新百年领军计划”推荐人名单。在现场，王凌教授接受了同学的采访，多名媒体记者和童鑫熠同学进行了交流。

在三楼会议室，王凌教授和高三部分同学亲切座谈，分享面试技巧。完利梅校长在校长室接受了《常州日报》《常州晚报》《现代快报》《扬子晚报》等记者的采访。她阐述了我校学生“一流口才、国际视野”等培养目标，高度肯定了三位清华大学候选人在现场的优秀表现和他们为人生目标所作的种种准备。（韦祥洪）



王凌教授在我校清华领军计划人才选拔活动中的即兴讲话



秀，而且我看到了他们反应敏捷、思路清晰，这是非常难得的，所以这几位同学在我眼里都是最优秀的，但是名额是有限的。有这么一句话，机会是留给有准备的人的，我今天看到的三位同学都是有准备的人。虽然这次名额只有一个，后面还是有别的机会的。

第二点，我要感谢常州一中这么多年来为清华输送了大批的学生，而且都是优秀的学生，而且都是优秀的学生，而且都是优秀的学生。

尊敬的常州一中的各位老师、同学们：

大家好！

我很高兴回到故乡常州，尤其是来到清华大学的“优质生源基地”——常州一中。

我负责常州的招生已经十四年了。每次来常州一中都可以向任校长和完校长学到很多先进的教育理念和办法；同时，每次我都能看到一批眼睛里闪着光的学生，你们是祖国的希望。

今天，我是以清华大学领军计划选拔的观察员来到常州一中的，身上肩负着很大的使命与责任。为什么这么说？2014年将是清华领军计划实施的第三个年头，2012届的那批学生已经是大二了。清华大学对每个同学都是认真负责的，对他们都要做跟踪调查。通过我们的调查，领军计划中的同学有相当大的比例成绩处在年级前茅。

不仅如此，清华大学还有一个思源计划，一个培养学生干部领导力的一个课程。其中有百分之四十的名额是被领军计划的学生“吃掉”的，因此我们必须重视领军计划，因为清华大学是要为国家培养人才的一个大学。为了有效实施领军计划，我们采取了很多的措施，也付出了很多的代价，包括海外交换生计划、双导师计划等一系列措施。

刚刚看大家PK的过程，我有四点要讲。

第一，今天的PK过程的确非常精彩。这三位同学不仅展示了他们的风采，而且也展示了常州一中的风采。我相信，他们在清华这个舞台上，能够取得优异的成绩。在这三位同学身上，我不仅看到了品学兼优、志向远大、追求卓越，当然还有成绩优

生，远一点讲有清华十杰张佐、倪江，稍微远一点的有方帆；近一点的有陈羽加，大一的时候是年级第一名；再近一点的，还有陶益峰，他现在是我的学生，大一处于机械学院年级第二名。他们都是一中的学生，都很优秀。我要感谢常州一中，感谢一中为清华输送了大批的优秀学生。

第三点，今天获胜的这位同学，对他而言，还只是逗号，而不是句号。他还要到清华去参加全国的PK，即全国的大排队。还是那句话，机会是留给有准备的人，他还需要继续努力。我希望，也相信，常州一中的学生能够在那样的舞台上取得优异的成绩。

第四点，清华大学不仅仅只有这样的领军计划，我们今年会加大拔尖计划和自主招生。暑期夏令营清华大学对江苏很重视，江苏109个同学到清华去参加暑期学校，其中有95个同学如愿了，27个是优秀。常州一中的学生都很好，一个优秀，三个通过，这个比例是很高的。冬令营自主招生政策大概下个月出来，我也希望常州一中将来获得自主招生指标的同学能够在那个舞台上为你的母校争光。因为清华对中学的认可态度是通过一个评价体系长期考核而形成的；既然你是常州一中的学生，你就应该为常州一中争光。我衷心祝愿，在明年2014年高考中，能够在常州一中出现更多的清华生。

这里，还要再寄予一点希望。去年我们一中的汪一凡同学，高考是排在全省20个领军计划学生的第三位，这是很不容易的，414分的高分。所以我希望今年的获胜者，你今天拿到名额去北京，即使拿到很高的加分，但请你把它忘掉，还是要好好地高考，在高考中再次为常州一中争光！

我校召开体育工作会议，市局专家到会建言献策

一个学校很少专门召开体育工作会议，而邀请专家诊断把脉更难得一见。市一中重视体育的办学思想有前瞻未来的高度。——甘亦农

11月8日下午，我校召开体育工作会议。市教育局副局长常仁飞、体卫处处长甘亦农、市教科院教研员王渺一、市体育运动学校副校长陆绯岱受邀到会。我校完利梅校长、胡文生副校长、各部门负责人和全体体育老师参加会议。学生处季一鸣主任主持会议。



集中优势资源，以科研为先导，重建体育工作的评价机制，“名校办名队”，打造一中体育上的特色品牌。

王渺一：建立运动队教练员负责制

市教科院王教研员认为，一中秉承优良传统并在多个运动项目、教科研以及学生体能测试上成绩斐然。他希望一中体育教研组激发内驱力、建立运动队教练员负责制、多出名师；注意模块教学和课堂上学生的参与率、效率和负荷，张扬学生的个性与特长。他认为体育在人的发展中处于打基础的阶段，否则谈不上其他发展。他祝愿一中能成为全国示范高中的一流学校。

陆绯岱：为一中“名校办名队”提供帮助

来自市运动学校的陆校长表示，将会帮助一中在“名校办名队”方面助一臂之力，如田径、短跨以及训练系统、集体项目上为一中提供力所能及的资源。

完利梅：创建“学校有特色、体育有品牌、老师有专长、学生有特长”的学校

我校完利梅校长在座谈会上对各位专家的建议作了点评并表示感谢。她说，此次体育工作会议在一个多月前大量调研和思考的基础上而召开的，目的在于对一中工作的再思考，现在规划是为了未来的行动。她说，学校是学生生长的地方，要为学生身心健康和前程负责，而体育是学校教育的支柱之一；它不仅能强健体魄，也能提升学生的学习力和思维敏锐等智力要素；体育也是对人性的培养，如集体主义、是非观和自主精神，同时也应是审美教育；当然，体育也有助于张扬学生个性和缓解、释放压力，让学生将来的生活与工作充满活力。

完校长表示，我校近几年的体育成绩是很多老师在“日晒雨淋”中带领学生刻苦训练换来的。她说：我们要在新的基础上提升层次，为孩子们终身发展负责；只要对学生有利，学校就会不遗余力支持。为此，我们首先要建立一支强有力的体育教师队伍，要提升体育教师的专业素养，建立和完善教师发展的五级梯队；以课堂为主阵地，增效减负；要完善课程体系，以课程的高度，注意教学的整体与个性化相结合；在竞训工作中，选好苗子、带好苗子。在体育工作中，她希望我校能打造成“学校有特色、体育有品牌、老师有专长、学生有特长”的学校。

常仁飞：一中重视体育的办学体系符合时代发展方向

常州教育局副局长在会议的最后指出，一中召开体育工作会议，表明了一中的办学思想和对体育功能价值的内在思考，表明学校已把体育工作对学生的健康成长和对国家民族未来的影响放在很重要的位置来考虑。他从学校层面肯定了学校的上位办学体系，符合素质教育和时代发展方向，这是个新的起点；他希望体育组老师追求优质高效课堂，多开展群众性文体活动，保持优势，找准洼地，选好苗子，打造更好品质，创造出超越常人的成绩。

季一鸣主任在小结时感谢专家的宝贵意见，希望体育组的老师们突破瓶颈，继续努力，创造佳绩，与一中的整体发展相得益彰，为一中继续高位发展作出新的贡献！

（韦祥洪）

每天运动1小时，有氧跑步2000米

在我校体育实施校本化课程以来，校长室创新办学理念和体系，体育组和学生处群策群力，借助学生自管会，以体育俱乐部的形式，开展了形式多样的活动。

自进入11月份以来，全校学生利用大课间进行跑步。据体育教研组组长曹波老师介绍，“大课间跑操，要求学生绕操场跑3圈共1200米。如果某个班当天没有体育课，就安排体育活动课，学生先跑2圈800米，学生每天约有2000米的有氧跑步运动。学生在跑步后，还自行安排体育俱乐部活动，如篮球联赛等。真正做到让学生每天运动1小时，有氧跑步2000米。为了人性化管理，对跑步有困难的同学允许绕操场步行。

曹波老师说，“我校跑操，三个年级共45个班同时进行，对队列控制有严格标准；跑步时要做到规范化、高要求。体育组每天进行打分评比，并公布上网；学生处将有关成绩纳入班级量化管理中。”事实上，每次课间也能看到校领导和许多老师和学生一起跑步的身影。学校有时也发出通知，要



求全体教师到现场观摩学生跑操，以激发学生的积极性和荣誉感。

由于我校出色的体育工作，2012年获得教育部体育司表彰，获得中学生阳光体育优秀案例，也是江苏省唯一“中学优秀案例”。前不久，我校还专门召开了体育工作会议，邀请了市局领导和专家到会建言献策。完利梅校长在会上表示，在体育工作中，希望我校能打造成“学校有特色、体育有品牌、老师有专长、学生有特长”的学校。我校正为此目标践行在每天的行动中。

（韦祥洪）

安全是办学的根本、质量的前提

——我校召开安全工作会议

为了进一步加强学校安全管理，强化安全措施，提升校园安全防范水平，维护良好的校园教育教学秩序，保障全体师生的生命财产安全，20日下午，我校召开了学校安全工作会议。校党委顾锡宏书记、胡文生副校长以及学校各部门负责人参加会议。陶国华副主任主持会议。

会议先由学生处季一鸣主任讲话。他从学生处已做的工作作了梳理。一是食品安全；二是交通安全；三是消防安全；四是财物安全；五是卫生防疫安全；六是公共安全，如网吧、游戏室；七是防自然灾害的安全；八是心理健康安全。季主任就安全教育的八条措施结合学生处工作作了详细解释。季主任希望大家每个感官都要有安全意识，每个老师都要把学生当亲友，这样学校安全工作就会上一个新台阶。

学生公寓负责人钟国贞就公寓管理的有关条款作了说明，如宿舍严禁明火、宿舍点名制度、汇报制度等。她说，学校公寓多年来以来安全有序地运行，是与上级部门的领导分不开的；表示会改正不足，把工作做得更好。

胡文生副校长在讲话中指出：学校的安全主要是人身安全和财物安全；安全是办学的根本，质量的前提。他说，一中获得了“江苏省平安校园”的光荣称号，这是和一中的一支优秀队伍多年的努力分不开的，他们把“每一位学生都是整个学校”核心理念深深地烙在自己的心上。他接着就“社会大环境”和“教育的现实”两大方面入手，提出了我校八个方面的相关措施，如

提高认识，加强师德修养，认真学习《中小学安全指南》，摸排隐患，充分利用社会资源，加大投入从而提高技术装备水平，创新工作形式，增强工作的指向性等。他表示，我校将成立综合治理领导小组，勾画学校治安责任网络图，以期把安全工作做得完美些。

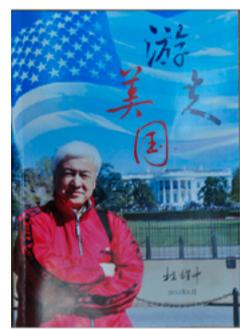
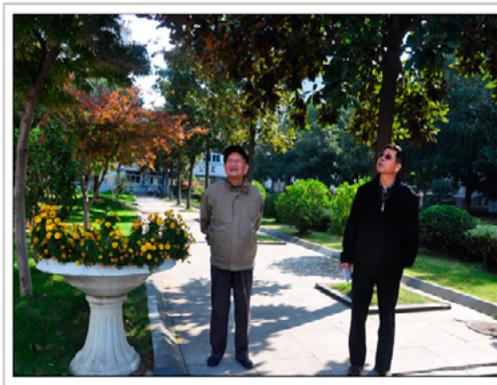


顾书记指出，安全是头等大事，学校安全是学校各方面工作的重要保障。他提出了三个意识即“危机意识、责任意识、防范意识”，并作了细化解读。他希望各部门齐抓共管、通力协作，让学校安全工作做到“平平安安、稳稳当当、健健康康”。

会议最后，各部门签订了社会治安综合治理责任书。（韦祥洪）

退休总务主任孙忠林 学校绿化

孙忠林(下图左)是我校一位退休已20多年的老总务主任。从1950年常州一中搬迁到现在校址，他就在一中工作，到1989年退休，他在一中工作将近40年。这位老先生在退休后对学校依然非常热爱，经常来到校园关心绿化事宜。因为那些树、那片丛竹、那片爬山虎，有过他的记忆，承载过他的情感，还有半个多世纪光阴中他和这片土地的故事。（韦祥洪）



今年4月5日，我校退休老师林耀中随旅游团赴美旅行，从夏威夷到西海岸，再到东海岸，游历14天。

期间，他把所见所闻所思整理成初稿，回国后结合自己丰富的知识并查阅各种资料，编成一本计120页的游记。本书脉络清晰，文笔风趣，资料丰富，图文并茂，是一本了解美国风情、人文掌故的游记。完利梅校长在阅览本书后高兴地表示，“这是一本地理老师编写的书，内有丰富的地理知识和人文知识，是初步了解美国的小百科全书；从中也可以看出我校老师退休后的生活质量。”

（韦祥洪）

退休老师林耀中自编《游走美国》

下面是与会者的座谈摘要（按讲话先后次序）。

曹波：曾有的辉煌与专业发展

体育教研组组长曹波首先介绍了我校近年来所取得的成绩，如群体性项目“学生体育俱乐部”获得2012年教育部体卫司颁发的全国优秀奖，是唯一受表彰的江苏省高中项目；健美操六年获省一等奖或第一名，连续三年获得全国一等奖；两人获大市和江苏省评优课一、二等奖等。他还就体育达成度与促进学生体质发展，课堂、群体活动和业余活动的三者整合，中青年教师的专业发展与示范作用等方面谈了自己的思考。

潘旭坤：群策群力，拓展资源

体育教研组副组长潘旭坤肯定了我校体育近几年的成绩以及老师们的无私奉献、以校为家的精神。他说，我校学生在女子排球获省第一名、田径100m获省亚军、国家一级运动员有6人、二级运动员有60人，也是长期以来教练员与任课老师、家长多方沟通的结果。他希望体育组能继续拓展资源，密切与高校、上级教育部门、基层学校的关系，在优秀运动员和特长生的招生和系统训练、梯队建设中得到帮助，并通过群策群力、挖掘潜力、拓展新项目为学校 and 常州体育教育作出新的努力。

季一鸣：健康的体质是前提

季一鸣主任认为，学生健康的体质是其他方面发展的前提；而体育除了增强体质，还在锻炼意志品质、养成终身锻炼的习惯、对个人未来发展和担负国家建设等方面的作用不可小觑。他肯定了体育组执行力强、工作到位，在健全学生活动组织、设计学生活动如俱乐部、达人秀和校运会等方面作出了多方面的努力。

胡文生：体育是育人的载体

胡文生副校长首先谈了本次会议召开的背景。他说，一中的体育工作经过几代人的努力取得了较好的成绩；体育是育人的载体，不可功利化；在新的形势下，我们要对体育工作再认识，这既是我校继续提高办学水平、全面实施素质教育的需要，同样也关系到国家民族未来的培养。他认为，一个教练就是一支军队，希望体育组能在“有办法、上好体育课、带好一支队伍、能组织活动”几个方面提出更高的要求，并在创新工作模式、做团结合作的模范、对运动会传统项目再设计、拓展资源、加强对外交流等方面作出新的尝试，而学校也将加大财力投入采购体育器械。

甘亦农：一中办学思想有前瞻未来的高度

市教育局体卫处的甘处长对一中召开体育会议并能邀请上级部门参会表示很感动。他说，这也能看出新的领导班子办学的创新性理念以及由此带来的在体育工作方面的态度与决心。他认为一中工作的特点是“大气而不张扬，厚重而不失灵活”，为体育而召开工作会议将会为新时期的办学“烙上鲜明的个性，有前瞻未来的高度，并在新的阵地上展露头角”。他结合多个事例谈了对体育育人功能的理解，希望一中抢抓先机、创特色，借品牌、上档次，建立良好平台，

我校赴北环中学交流学习班级文化建设经验

2013年11月29日，我校高一、高二年级全体班主任和部分副班主任在顾锡宏书记、季一鸣主任和满春燕副主任的带领下到常州市北环中学交流学习班级文化建设。

活动开始，顾书记说，“北环中学是初中学校中的一所知名学校。近几年来学校主动发展迅速，尤其是在班级班主任队伍建设和班级文化建设取得了较为显著的成绩，是一所德育工作先进学校，受到教育行政和同行的肯定，各地教育同行纷纷到北环中学参观学习。这一次我们来到北环中学是一次很好的交流学习机会。”

北环中学的蔡军校长对我们的到来表示欢迎。他结合本校生源的实际情况，提出班级文化建设的重要性——学生喜欢班主任，就喜欢学习。最后，他向我们介绍了班主任工作在北环中学的受欢迎程度。

北环中学的左焯、吕丽两位优秀班主任给我们分享了他们在班级文化建设上的宝贵经验。左焯老师将自己的三年班主任工作经验用四句箴言贯穿，分别是“人生需要仪式感”、“一想二干三成功，一等二看三落空”、“该坚持时就坚持，以不变应万变；该改变时就改变，以万变应不变”、“我们没有找到路但并不

代表没有路”。她就这四句箴言分享自己在班级文化建设中的一些具体的做法，如：“与你相约回家日”、“如何制定班级文化”等等。吕丽老师在“架起家校沟通的七彩桥梁”和“让学生在活动中快乐成长”两个方面分享了她的一些具体的做法，如：建立家长委员会、让家长主持班会、一日教



师、开讲啦等系列节目。

这次活动，让每位老师都受益匪浅，深深体会到了班主任的职业幸福感，相信在未来的班主任工作，尤其是班级文化建设活动中，一定会做得更加得心应手。(陈小欢)

校先进班级巡礼——高二(1)



仰望星空，脚踏实地：打造传奇一班

1、历次大考中，我班始终屹立于总成绩第一的位置，自主学习模范班级、先进班级的荣誉是我们努力的成果。但我们绝不会拘泥于暂时的胜利，我们以追求卓越的姿态和高昂的斗志去迎接每一次挑战。我们始终坚信，没有比脚更长的路，没有比人更高的山，只要付出，我们就一定能收获辉煌。

2、“天行健，君子以自强不息。”如果一中是理想之湖，托起了一班着光辉之舟，那么舟上的我们也在各自努力实现着梦想。在各种竞赛中，我班多人荣获省一等奖或二等奖，取得巨大胜利。仰望领奖台上神采奕奕的他们，拼搏的种子也在我们心中萌芽。“仰望星空，脚踏实地”，这正是我们牢记心头的教诲。

3、经过这一轮挑战的历练，我们始终保持着良好的状态去开拓进取，我们的斗志深埋心底，身为一班人，就要打造不平凡的一班，传奇一班！

4、“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”这句话不仅适用于个人，亦适用于集体。新学年，传奇一班将会以更饱满的热情迎接新的挑战。(蒋建兵)

制作康乃馨

教师节一天天临近，我们班特地组织了一次班队课，赠送给我们的各科任课老师，以表达我们的诚挚敬意与感激。

同学们自发准备了材料与工具，班长也用视频向在家展示了纸康乃馨制作流程，随后在家开始分小组，一点一点摸索着、尝试着去做纸康乃馨。

制纸康乃馨，最为麻烦的莫过于制作花瓣。示范者只用手中的剪刀，将折好的纸挑去一些棱，剪出一些边角，再将纸展开，一片形状规整、富有层次的花瓣就横空出世了。看似容易，但这对于我们却也不是那么容易。一把剪刀一张纸，似乎始终难以驾驭，不太容易剪出规整的花瓣式样，为此，班长一遍又一遍地播放视频为我们演示制作流程，我们也相互配合，分工合作。手巧的，多剪花瓣；生疏的，依葫芦画瓢。一点点地，色彩缤纷的康乃馨慢慢成形，虽然工艺不甚成熟，却处处显示我们的诚挚与一片心意。



当十二片花瓣重叠在地起时，一朵朵成球状的纸康乃馨初具规模。当花朵加上了底座、衬叶之后，一种成就感从大家心中油然而生。最后宣传委员将各小组的康乃馨汇总一处，置于竹节制成的笔筒中，放于讲台上，供老师们欣赏、珍藏。

鲜花易谢，时光易逝，但这象征我们心意的纸康乃馨，至今仍在一班讲台上怒放。(高二1供稿)

我校班主任赴北环中学参观感言



前言：班级文化对人的成长具有导向功能，能为学生提供行为的参照系，良好的班风能激发学生作为学校一员的使命感、自豪感、归属感。2013年11月29日，我校高一、高二年级全体班主任和部分副班主任在顾锡宏书记、季一鸣主任和满春燕副主任的带领下到常州市北环中学交流学习班级文化建设的经验。以下是大家的参观感言。

高一年级

高一(1) 黄国林

用心做事，用心爱孩子，孩子们会给我们更大的惊喜！

高一(2) 石瑛

班主任把爱表达得艺术而不露痕迹，能让孩子有尊严地学习，值得我们用心用力。

高一(3) 郭云流

平等的爱，理解的爱，尊重的爱，信任的爱，民主的爱等等，这些都是老师爱的真谛。

高一(3) 叶洁

班主任一言一行，更具有示范性，一举一动都直接对学生起着潜移默化的作用。

高一(4) 袁光

爱其师才能信其道；只有喜爱，才能不会把学习当成痛苦的事情，才能出效率。

高一(5) 孙婷

真正让班级成为孩子们学习成长的乐园，增强班级的归属感与凝聚力。

高一(5) 谷海跃

越黑的眼睛越能看到启明星的闪亮！——献给爱的教育。

高一(6) 黄文楹

学校的一草一木无不浸润了师生的智慧和心血，校园就是师生精神的归属和栖息地。

高一(7) 郁云

教育是一棵树摇动另一棵树，是一朵云推动另一朵云，是一个灵魂唤醒另一个灵魂。

高一(8) 李莹莹

将学生作为自己的孩子，我们要做的是引导他们深爱伙伴、班级、老师。

高一(8) 成华刚

班级文化价值观的树立直接影响每个学生自身价值观的形成，并在潜移默化中使学生内心的自省逐渐转化为外在行动的自觉。

高一(9) 林志平

感觉班主任的工作真的是一门天大的艺术，希望自己也能够成长为优秀的班主任。

高一(10) 陈希磊

良好的班级文化具有无形的教育功能、凝聚功能、激励功能、制约功能，可以引导学生形成正确的人生观、价值观。

高一(11) 方月霞

北环中学老师针对班级实际，大胆探索、创新，既开启了孩子的智慧、锻炼了能力，又增强了团队的凝聚力，让每一个学生健康快乐地成长。

高一(12) 孙旭

班级文化的建设更重要的应该是促进学生成绩。对于班级文化建设应该探索一条适宜一中模式的道路，在班级文化和成绩之间寻找一个平衡点。

高二年级

高二(1) 蒋建兵

在班主任工作中，要有策略地做一个真正受学生、家长欢迎、真正对学生有帮助的班主任。教育真的是心与心的付出。

高二(2) 陈浩

充满生

机活力的班级文化可以促进每一个学生的发展，使学生的各项潜能得到彰显，教育工作者也能从中得到快乐。

高二(3) 卜方

班级精神文化建设，要尝试确立一个班级成员认同的目标，征集并确立班训、班歌和班徽，创办班刊，塑造共同的班级行为模式，营造良好班级心理氛围。

高二(4) 顾秋娜

老师面对问题都不是以强权镇压，而是采取各种方式和活动让学生自己意识到什么才是正确的选择，这是让我觉得最为受用的地方。

高二(5) 冯靓

只有老师们和学生们都将班级作为一个“家”来呵护，充分发挥师生们的智慧，才能凸显出每个班级的特色。

高二(6) 都承峰

“爱”是关键词，爱工作、爱学生、爱教师、爱学校、爱社会、爱祖国，爱才会无怨，爱才能无悔。

高二(6) 陈小欢

成为一名快乐的班主任的前提是对班主任这份工作必须有爱，同时要多思考，多学习让自己成为一名有智慧的人，只有这样才会真正的感到快乐。

高二(7) 陆建明

一个个鲜活的案例、一份份精心的设计，背后是一颗颗对孩子的真心，一份份感人的真情。

高二(8) 高大玉

班级文化显示出来是也许是一张张照片，一次次的活动，而实际这每一次活动，都是对学生心灵的培养，心灵的洗礼。

高二(9) 薛志娟

班主任工作是心灵 对心灵的教育，所以用心才能做好。

高二(10) 朱橙

班主任要做要做一个快乐的人。要有四心：“童心、爱心、责任心和公正心”。

高二(11) 吴文婷

班主任真是一项有创造性的工作。北环的班主任们用智慧和热情工作，创造奇迹，令人感动！

高二(12) 熊常燕

我曾经把我的学生比作“花”，面对未来的日子，我愿做花园里的一抔土。等待是一种美丽的心情，我愿意怀着这颗真心，等待花开的声音！

高二(13) 房文娟

具有良好班风的班级中，学生才能自觉地约束自己的思想言行，才能在学生心理上产生巨大的内在激励因素，才能真正实现学生的自我教育。

高二(14) 孙雪

“用力去做只能及格，用心去做才会出色！”教育是爱的事业，爱是教育的前提。

高二(14) 吴钦

从精伍门规到第二名风波，从家委会选举到义工系列活动，智慧与热血碰撞出最精彩的教育。

高二(15) 唐荷香

在文化中提升，在活动中成长。(韦祥洪 摘编)

万圣节：国际部制作南瓜灯

国际部万圣节狂欢活动在11月2日举行。国际部的楼道里，多了些匆匆忙忙的脚步，教室里更是多了许多欢乐而专注的人。仔细一瞧，原来他们在外教和国际部教师的带领下，都在认真地雕刻南瓜。

活动那天将亮起形态各异，十分可爱的南瓜灯。除了南瓜灯，万圣节活动各组的同学们，早已买好了游园、密室、歌舞表演的各种道具，满满一箱的奖品，令人期待；万圣节面具丰富多彩，却又阴森恐怖；手指彩灯造型各异，小彩灯、荧光棒也在等待点亮。(张蓉)



我校开设“翻转课堂 生态课堂”对外公开课

11月15日，我校在校长室、教研处、教务处等部门安排下，对外开设了“翻转课堂·生态课堂”对外公开课。我校共有26人对外开课，科目涉及语、数、外、理、化、政、史、地等学科外，还有信息、音乐、通用技术、体育等。来自海门中学、无锡辅仁中学、金坛市金沙高级中学、南京中华中学及市内兄弟学校近200人我校现场观摩，其中南京中华中学有31人。常州电视台、《常州日报》、《新周刊》等媒体记者来我校进行现场采访。



为了迎接此次开课，我校前期做了大量工作。关于翻转课堂，我校从2012年8月开始进行微课程建设，为实现翻转课堂、深化课堂教学改革创造条件。其中李万龙副校长举行两次校内大型讲座，组织了多次软件使用的培训，使全体青年教师基本上掌握了微视频制作的技术。学校还建立了微课程专题网站，制订了微视频评价标准，进行了微课程调查，将课程建设的重点集中到重点、难点和易错点上。

谈及生态课堂，完利梅校长表示，“生态课堂强调学生是学习的主人，是课堂教学活动中的主体；老师要创设有利于学生学习的教学情境，要留给学生一定的思维时间和空间，帮助他们在自主探索的过程中体验知识产生的全过程。”她说，“我校推行翻转课堂和生态课堂，一是促进老师教学观



念和方式的变革，使课堂更高效，这也是我校教学增效减负的新举措之一；二是为了进一步倡导我校对话式的课堂文化，通过师生之间教学互动、生与生之间合作探究，激发思维碰撞，提升思维品质。我校让学生课前看老师编制的微视频了解知识的重难点，从而把更多的时间留在课堂上质疑、小组合作探究和老师答疑，使学生课内外的学习都高效，最终达到生态化的课堂。”

此次开课目的，是为了继续探讨信息化时代的学习方式的转变，让学生学会享受学习、快速学习、选择性学习，最终让学生学会利用互联网学习，为老师在课堂上的个性化指导和学生高效学习创造条件。



翻转课堂，也翻译作“反转课堂”，2011年在美国各地兴起。这种新型的教育教学形式，颠覆了传统意义上的课堂教学模式。老师先把结合实时讲解的微视频上传到网络，让学生在课中或课外观看视频，从而了解知识的重难点，把课堂的时间节省出来进行面对面的讨论和老师的作业辅导。“翻转课堂”的这一尝试，首先可让学生按照自己的学习习惯安排学习的进度，学习的自我管理意识大大增强；其次，通过网络的及时反馈，教师可以了解到学生学习的困难所在，能够做出更有针对性的辅导；其三，课堂上互动交流的时间大大增加，同伴之间的相互帮助和老师针对性的辅导大大提高了学习效率，从而明显提升学生的学习成绩。（韦祥洪 姚奕）

丁伟明局长一行来我校调研教学工作

11月21日上午，市教育局局长丁伟明、副局长常仁飞、基教处处长戚宝华、市教科院副院长徐怀源来我校调研高三教育教学工作。

调研组一行首先深入课堂，听了刘文娟老师的高三数学复习课，随后在三楼会议室进行座谈。座谈会上，高三数学备课组长李金蛟老师谈了高三数学的教学安排、创新



举措等。分管教学的高俭副校长介绍了本届高三教育教学工作所采取的具体措施。完利梅校长就我校的长远发展规划和如何进一步提升我校的教育教学质量等话题谈了自己的想法。

丁局长对一中新领导班子开学以来的工作给予了充分肯定，同时对高三的教学工作提出了指导性意见。（邓小进）

以创意项目的实施为抓手，推动学校第三轮主动发展



2013年11月15日下午，学校第三轮主动发展优秀创意项目中期展示交流活动（文科组）在综合楼五楼举行。完利梅校长、李万龙副校长、陈宝祥副主任、贺克春副主任及语文、英语、地理、音乐、体育45周岁以下的全体老师参加了活动。活动由李万龙副校长主持。

李校长首先阐述了我校第三轮主动发展的特点，并介绍了项目评估的过程。接下来，七位优秀创意项目主持人分别展示了项目的研究背景和意义、研究的过程和内容，已取得的研究成果以及进一步的研究方向。这些创意项目分别为贺克春副主任的《基于校本的高中作文训练序列研究》、满春燕副主任的《班级文化建设——文化育人、环境育人的实践研究》、顾超老师的《高中健美操项目——“一体化”特色建设的实践研究》、孙成勋老师的《开放节假日教育资源，促进学生的社会性成长——以民族乐团为抓手寻找追求与生活紧密的人文关怀教育》、石瑛老师的《通过思维训练提升高中生口语表达水平》、国际部主任徐娟芬的《创新型模拟联合国会议的探索》以及李万龙副校长的《直观地理教学》。



最后陈宝祥副主任对优秀创意项目组展示了精彩点评。陈主任表示，教师专业的发展离不开课题研究，今天展示的几个项目有三个共同点，一是强烈的针对性。如石瑛老师团队从口语表达入手，突出思维品质的训练；贺主任从现在作文教学的无序，从书面表达作文教学的层面切入，并用图式理论来试图解决师生都感到头疼的写作问题；孙成勋老师寻求与生活紧密联系的人文关怀教育；顾超老师将学生的成长与学校的发展相融合，基于微观，放眼宏观；学生处通过班级文化建设研究推动学校管理；国际部的项目放眼世界，为学生走向国际提供强有力的支撑；李校长的研究项目直

来，共同解决教育教学中遇到的难题，共同提高师生的能力和水平。希望研究项目能再多一点理论支撑。通过项目研究提炼经验，总结教训。从实践中来，回到实践中去。

学校第三轮主动发展优秀创意项目展示活动（理科组）在科技楼阶梯教室举行。高俭副校长、房宏主任、陶兆宝主任、徐斌副主任及数学、物理、化学、生物、体育、信息组45周岁以下的全体老师参加了活动。活动由高校长亲自主持，他在开场白中阐述了我校如何以创意项目的实施为抓手，推动学校第三轮主动发展的实质化进行。接下来由七位优秀创意项目的主持人依次展示项目的研究背景和意义、研究的过程和内容，研究的成果以及进一步的研究方向和前景。这些创意项目都是立足于课堂，基于真问题，做实实在在的研究，他们将理论与实践相结合，将现实与教育理想相结合，他们的精彩展示给与会的老师带来很多思考和启迪。项



目分别是：物理陶兆宝主任的项目：《高中物理教学中学生科学素养的培养》，陈新华老师的项目《物理教学中低成本实验的开发与研究》，邓小进老师的项目《高三复习课创新研究》，房宏主任的《提升高中生化学观念的教学实践研究》项目，黄瑜洪老师的项目《“青蓝共赢”合作学习小组》，曹波老师的项目《阳光体育俱乐部+达人秀》。

最后数学教授级高级教师李金蛟老师做了精彩点评，他用六个词高度概括了项目研究的特性：1、草根性——项目研究不同于正规课题，不需要申报论证，也不需要大量的理论支撑，所以这种研究形式更灵活，任何老师都可以开展研究；2、普遍性——伴随着平时遇到的问题而产生，指向性也很明显，如黄瑜洪老师的“青蓝共赢”项目的研究，就是针对数学比较薄弱的学生如何有效提高成绩的实际问题而展开的。3、实用性——如陈新化老师主持的项目《物理教学中低成本实验的开发与研究》就很好得解决了实验器材成本与学生实验能力提高的矛盾等问题；4、实践性——项目的开展都是在教学阵地的最前沿进行的，如刘波老师主持的《科技类校本课程开发与实施研究》，邓小进老师主持的《高三化学复习课创新研究——片段教学》，曹波老师主持的《阳光体育俱乐部+达人秀》项目等等，都是在教学实践中产生问题，又在实践中解决问题。5、前瞻性——项目的开发是一个起点，它可以成长为一个子课题，也可以成长为一个市级或省级的大课题，房宏主任和陶兆宝主任主持的两个省级课题给了我们前瞻的引领；6、成长性——项目的开发研究让学生受益，教师成长，这是一项能双赢的工程。最后李金蛟老师给与会的各位青年教师提出了希望：能有更多的教师加入研究行列，增强学科间的融合，理论支撑更成熟更深入，向更高层次发展。希望学校主动发展创意项目研究能成为教师成长的助推器，教师能力的放大器，先进教育教学思想的孵化器和优秀人才的存储器。（文科报道：冯靖茹 理科报道：陆薇）

11月创先争优工作集粹

工作亮点

1. 我校被江苏省精神文明建设指导委员会授予2010-2012年度“江苏省文明单位”称号。
2. 我校被江苏省卫生厅、教育厅授予江苏省健康促进学校银奖。
3. 我校被命名为全市首批生态文明教育示范学校（市区唯一高中校）。
4. 11月21日下午，“常州市公共机构节能示范单位”初评验收组对我校进行“公共机构节能示范单位”验收。
5. 11月，广西特色高中试点建设学校和课改样板学校的校长或分管教学副校长16人（分两批）来我校跟岗研修一周。
6. 11月15日下午，高一年级全体同学及部分高二年级同学来到我校艺术馆报告厅，聆听了来自清华大学自动化系博士生导师王凌教授题为《反馈——Feedback》的讲座。
7. 11月9日上午，我校党委顾锡宏书记在行政楼五楼报告厅，为新高一学生家长针对如何引导孩子做好高中学业规划，做了一场精彩的讲座，以此拉开了我校家长学校系列讲座的序幕。
8. 在11月2日下午我校国际部高一高二

联合策划主办了万圣节狂欢活动。

教师发展

1. 11月22日下午，为期三天的全国高中地理优质课评选活动在我校落下帷幕。我校地理组吴文婷老师经过激烈的竞争，荣获全国一等奖。
2. 在第七届中国学校体育论文报告会中，我校体育组顾超、曹波老师的论文《俱乐部+达人秀：自主、高效实施每天一小时体育锻炼》获得全国二等奖（分会报告）。本论文是近年来我校高度重视体育工作，大力推进学校群体活动的成果，也是校领导、全体体育组教师的智慧结晶。
3. 在市区化学基本功竞赛中，我校都承峰老师荣获常州市区一等奖第一名。
4. 11月18日下午，国家级课题《预设与生成》课题组活动在我校进行。在常州市教科院朱志平院长的带领下，课题组成员首先听了钱柳云老师在化学实验室开设的实验探究示范课《电解池的工作原理及其应用》。
5. 我校房宏、曹波、孙旭等负责的3个项目分别在第二届常州市基础教育成果奖活动中获奖。



指教学实践中存在的问题，图文并茂、清晰明了，通俗易懂。二是实践性。国际部的项目研究让学生直接参与进来，最终成果直接服务于学生。三是可行性。我们的研究立足于现实，讲解深入浅出，起到了一个很好的引领作用，研究具有了广泛的可行性，也就具备了推广性。陈主任还对我校的老师提出了期望，希望更多的老师加入到项目研究