

一中教育

2015年5月
苏出准印JSE-0003957号

常州市第一中学 主办 总第143期

加强理论学习，研究教学设计 ——华师大胡惠闵教授来我校作讲座



教学设计是每一位老师每天都要面对的问题，也是我校近年来一直在探索的重要课题。5月9日上午，我校特别邀请了华东师范大学课程与教学研究所的胡惠闵教授，为全体教师开设讲座，学习和研究如何做好教学设计。

上午九点，讲座在我校行政楼五楼报告厅准时开讲。胡教授的讲座主题为“教学设计的依据和方法”。她主要和大家分享了三个话题：一是教学设计有哪些问

题，二是教学设计的依据，三是在前两点基础上研究怎样备课。在教学设计的问题和现状方面，胡教授主张老师们关注学生学习的科研。只有研究了学生学习是如何发生发展的，才能决定教师怎么教。她还演示了如何运用IQ理论、艾宾浩斯遗忘曲线等理论成果来研究学习速度及学习遗忘问题，并依此改进教师教学。在教学设计的依据方面，胡教授介绍了美国当代教育界知名的教育学家古德莱德的课程层次理论，并以此为思路，从课程的角度，确定了教学设计要“基于学生经验、基于课程标准、基于教学法则”这三个基本命题并对此进行了详细地分析。

胡教授的讲座既有先进的教育理论，又有生动鲜活的案例；既有深入浅出明白



晓畅的语言，又有条分缕析推理严密的思维，再加上台上台下的充分互动、图文并茂的PPT和丰富的推荐书目，不得不说是全校同仁在精神及教育专业上的一场“饕餮盛宴”。正如一位老师所说，在这场讲座上，我们都是胡教授的学生，胡教授亲自示范了什么才是好的教学设计。相信本次讲座能够激发老师们对教学设计的研究热情，进一步增效减负，实现更高层次上的素质教育。（孙婷）

选择国际班是选择怎样的道路

——一中教育集团正衡中学国际班举行招生说明会



5月23日上午，一中教育集团正衡中学国际班招生说明会在行政楼五楼报告厅举行。完利梅校长、顾锡宏书记、国际处徐娟芬主任、HHU课程主任张立出席了本次说明会。

HHU课程主任张立首先就国际班课程定位、培养目标、课程设置、高中三年时间规划，以及教育资源优势作了详细介绍。

优秀学生代表陈白羽从

自己的学业发展和活动规划两方面，谈到了三年来在国际班的变化和成长，赢得了家长赞赏和热烈的掌声。陈白羽同学品学兼优，凭借托福、SAT高分以及较高的活动组织能力以全额奖学金被美国大学录取。

国际处主任徐娟芬从“选择国际班前的准备，学习过程的踏实以及选择志愿时的理智”三个方面表达了自己对陈白羽同学的欣赏，并向在场学生表达了殷切的期待。接着徐主任列举了很多出国学生的实例，从“学生选择出国留学的价值所在”“选择国际班是选择一条怎样的升学道路”“高要求严标准的学生管理”“培养学生发展的自主性、规



划性”四个方面对国际班整体情况作了生动详实的介绍。最后徐主任做了总结发言：“没有最好，只有更好。面临新问题，新形势，国际班会根据实际，不断调整、创新与发展。”

会后家长咨询场面热烈，他们对孩子报考国际班表现出极大的热情，与会领导与老师就家长咨询给予了详细全面的解答。（国际部 张蓉）

北京东城区、浙江绍兴教育代表团来我校考察学习

5月21日上午，来自北京东城区青少年科技馆和浙江绍兴的教育代表团同时到访我校参观考察。市教育局基教处孔德旺副处长、我校李万龙副校长陪同来宾。

来宾观看了我校机器人课程基地的专题片，参观了10多个实验室，并观看了信息组老师对蛇形机器人、跳舞机器人等多个项目的演示。来宾对我校机器人基地的发展过程作了多方面的询

问，并拍摄机器人样品和学生上课用的相关器材。

李校长带领客人参观了校园环境，观看了大道边反映学生生活和办学实绩的展板。当客人看到我校高三二模优秀成绩的喜报时，回答了客人关于我校“增效减负”的多样化举措。

我校机器人代表队在国内外重大赛事中斩金夺银，美誉在外。此次来自北京东城区青少年科技馆的领导 and 老

师远道而来专程参观我校机器人基地。去年六月来自《中国教育报》的资深编辑也曾来我校机器人基地考察。



（韦祥洪）

我校成为南京大学 “创新型人才培养战略合作伙伴”

5月29日，南京大学主办召开“新考试招生改革进程中的创新型人才培养”论坛。共有来自江苏、浙江、安徽、福建、江西、山东等多个省份的96名知名中学校长相聚南大，共商创新人才培养大计。

论坛上，针对备受关注的自主招生等话题，部分校长呼吁，希望高校暑期夏令营活动的力度能够进一步加大，为具有创新潜质的优质学生提供展现自我的平台。南京大学校长陈骏在讲话中表示，南大将有意加大夏令营活动的力度，特别是开办学科夏令营，共享优质资源，从单一发展，转向合作共赢，使一批具有创新潜质的优质学生从中学到大学，得到一



以贯之的协同培养。

我校完利梅校长应邀参会。会上，南京大学授予我校“南京大学——常州市第一中学创新型人才培养战略合作伙伴”荣誉奖牌。

（韦祥洪）

我校隆重举行2015年 自主招生预录取签约仪式

常州市第一中学2015年自主招生预录取签约仪式



5月7日下午，来自各初中校的92名学生和他们的家长，来到我校科技楼一楼报告厅参加2015年自主招生预录取签约仪式。完利梅校长、高俭副校长和即将接任创新一班和二班班主任的赵科和谷海跃老师参加会议。

们也为孩子们能够进入一中而感到骄傲。带着喜悦与兴奋的心情，家长们很快签好了协议书，孩子们正式取得了进入一中校园的通行证。

最后，完校长讲话。她表示，在一中即将迎来九十华诞的时候，同学们进入一中，有着特殊的意义。她说，一中的办学追求是“办学生喜爱的教育；办学生做主人的教育；办培养学生独立人格、批判思维的教育”。她希望学校对大家三年的培养，能够达成一中学生的培养目标，让同学们成为一个有阳光心态、有优秀学业、



高校长首先对预录取的92位同学表示热烈欢迎并祝贺他们成为我校自主招生中的一员。他说，92位同学从今天开始成为一中大家庭中的成员，希望一中能够成为大家腾飞的起点，祝愿大家将来成为社会的栋梁之才、国家发展中的佼佼者。高校长回顾了招生选拔的过程：四百多名学生参加笔试，最终录取了92名。

高校长还介绍了创新班课程设置的构想，共有四个层面，分别是：衔接课程、拓展课程、协作课程和活动课程。所谓衔接课程，指的是指导做好初高中衔接的课程；拓展课程指的是语文、英语阅读写作等等课程；协作课程指的是数学、物理、化学奥赛等课程；活动课程主要有体育、机器人操作、社团活动和外出交流等活动。创新班课程设置灵活，也很丰富多彩。

接着举行了签约仪式。每一个取得自主招生名额的孩子都是非常优秀的，家长



有领袖素质、有国际视野、有一流口才、有明显特长的学生。

完校长说，在过去的几年时间里，我校的本一、本二达线率都呈稳定增长态势，有多位同学进入清华、北大继续深造，而过去成绩的取得离不开一中老师们的辛苦付出。创新班也为同学们安排了强有力的师资和多元化的课程。她希望同学们在在一中找到适合自己发展的道路。完校长还介绍了我校丰富的社团和俱乐部活动，这些活动对提高学生的综合素质很有益处。

“行为优秀不是优秀，行为习惯优秀才是真正的优秀；学习优秀不是优秀，学习习惯优秀才是真正的优秀。”完校长希望同学们养成良好的习惯从掌握规范开始，在高中起点有更高远的目标和卓越的追求。

此次自主招生预录取签约仪式圆满成功，祝愿创新班同学们在新的天地里扬帆起航、收获精彩！（冯靖茹）

生存与生活

我为生存奔波了十五年，但其中的真谛，直到十八岁才真正意识到。

从小到大，我都是过着标准化的生活，家，学校，再到家，再到学校，两点一线，无比的简单，似乎人生就是小学考完考初中，然后是高中，大学，好将来出来混口饭吃。城市的白天，晚上顶多再加上半个月去一次的乡下，构成了我小小的世界的所有组成。

十六岁那年，我从初中毕业，暑假我去了云南，沿途我体验到了什么叫蜀道难，难于上青天——颠簸的道路不满两个标准车道，每一次车辆交汇都是一次噩梦，这就是云南，十几年生活在祖国最富庶的华东的我，怎么样也想不到，这就是这里的国道。

但是，当我抬头看车窗外的时候，我更加想不到的世界出现在我的眼前，这是云南，宛如刀切般的峭壁，奔腾不息的长江就在脚下，我做梦都没有想到过这种景象，在这里，不用上万元的单反，哪怕是一只手机都能拍出能登上《中国国家地理》杂志的照片，站在高山上的那一瞬间，呼吸着人世间最纯净的空气，我有那么一种错觉——我就是整个天下。

这里清新到像假的空气在荡漾我那充满了PM2.5的肺叶的同时，也在荡漾我的心灵，我清晰的记得，就是在这里，川藏线的国道上某个不知名的小山峰上，我首次对我十五年的人生产生了怀疑。面对着身边两侧的万水千山，我问自己我如此单调而又令人厌倦的生活真的是生活吗？

随后给我带来同样疑问的，还有泸沽湖清澈见底的湖水，香格里拉触手可及的蓝天，以及一群用我们泡茶的藏红花泡脚的当地人……也许这才是生活吧，我想。

我终究还是要为生存奔波。十七岁，直到我上了高中，终于有人告诉了我这个答案。这个人是我的音乐老师，也许他根本不认识我，但是我永远都会记住他，因为就是他，就是他在介绍云南和藏族音乐的时候告诉我们，不要为了生存放弃生活。看着一个个在音乐课忙着赶作业，从而看不见书上那曾经让我流连忘返的美景的一个个疲惫的灵魂，我一下子恍然大悟。

不要为了生存放弃生活！这句话普通暮鼓晨钟般激荡在我的心头，我也终于明

白，李白不是因为他是李白所以他才能千金散尽还复来，而正是因为他见到过这些如画风景，所以他才能够千金散尽还复来，所以他才是李白！所以哪怕他不能生存，他也永远“生活”着！

今年我十八岁，有一个老师辞职了，辞职信是十个字，世界那么大，我想去看看。这样，我在十六岁知道了为什么生活，十七岁知道了什么是生活，而十八岁时，这位老师用十个字，为我上了最好的一堂课，我知道了追求生活最简单的方式，只要十个字。

十八岁，我终于想清楚了人生中最关键的问题，那就是我的生活。有可能会有人说，这个十八岁的高度太低——祖国建设需要人才，国际局势扑朔迷离……

但我只想，世界那么大，我想出去看看，这样我才算过着我的生活，否则即使权倾一方，富甲天下，都只是在生存的压力下勉强度日。

【高二（1） 陈家伟】

生活同梦想怎样牵连

十八岁，就像一年中的八月，已经过了只管恣意生长的七月，也能窥见一点只顾负重前行的九月和丰收的十月。

十八岁的我，手松松地提溜着一个理想，面对着和理想暂无关的学习生活，总觉得无所适从，就如林徽因在《八月的忧愁》里写到的那样：“八月，夏天过去了，也到不了秋天，我望着田垄、土墙上的瓜，仍不明白生活同梦怎样地牵连。”

今年的团圆饭桌上，一家人谈着谈着就谈到了我以后的职业，我妈让我从医，我爸让我学金融，外公让我做律师，舅舅让我考军校。“我以后想养金鱼。”桌上一下安静了，窗外的爆竹声格外炸耳，然后一桌人都笑了，爸妈笑得有些无奈，其他人笑得有些奇怪，我想我也笑得挺奇怪的。

养鱼五年了，它已经成为了我生活的一部分，对于这项国粹的热爱已经成为习惯。养鱼过程中我也结识了很多把养金鱼当作事业的人，于是，我萌生了今后从事金鱼养殖的想法。

学校的“职业规划”的活动中，我就把金鱼养殖列为了我的职业。我爸似乎也知道了多说什么无用，就问了一句：“你以后考什么大学？”

我以后考什么大学？一针见血，戳破了充了一腔热情的气球。

我不死心地去查了有关水产的海洋、农林类大学，

蛛的二十四中捉虫少年，有发明了一套化学牌的南外化学竞赛大神，还有亲临北极采集标本的苏州非标准土豪……我觉得他们谈到自己的课题时，眼睛都是亮晶晶的，那光彩的瞳孔盯住了他们的理想。他们激起了我的斗志，我非常不满意自己现在的状态，非常不甘心这样糊涂而没有动力地过活。

宜兴的湖很多，晚饭后，走在那条不知道名字的湖边，我想了很多，也越发坚定地握住了一些东西。走着走着，我抬头看天，天上有一颗很亮的星星，那是天上最有力的一

点，在我的理想抢地而碎之前钉住了它。

之后，在薛飞同学的语文演讲中，我又听说到了一位全才——蔡澜。蔡澜在大学学习电影制作，之后在电影方面有了成绩，与金庸等人并称“香港四大才子”，后来又因为对美食的热爱而开始经商（经营餐馆和开发酱类）、当主持人、做美食节目，《舌尖上的中国》的美食顾问就是他。他爱美食，他能在食品行业混得这般风生水起，与他之前在电影方面打下的根基密不可分。他没有因为热爱美食而去考厨师，这给了我很大启发，也许我可以通过一个可靠的主业去挣得实现理想的资本。

而这样一份可靠的主业需要我现在努力学习，在高考时拿出一个漂亮的分数。

十八岁的路口，我已目光清明，生活同理想将通过一条曲线牵连在一起，路途可能会更长，但我只顾风雨兼程——这是我在十八岁到达的高度。

【高二（2） 江奕涵】

像一颗榛子

这并不奇怪，在十八岁的在我看来，十八岁就像一颗榛子。

坚信自己和别人不一样。尽管跨入这一年岁你发现与身边的人别无二致，但要明白，他们只是形貌相似的夏威夷果，而你是一颗独一无二榛子。过去的十八年，我们在平凡之中往来回，并且默许着这种百无聊赖，但是现在，在经历成熟的焙炒之后，要渐渐发现自己更为饱满的

内心和特质。不必害怕别人的漠视，庸人的打搅——和圆胖的夏威夷果相比，你有一个尖角，那是上天赋予的锋芒，尽情地展露它，自我的标志不可磨灭；用鲜明的好恶，犀利的思想打磨他，年轻的激情不可消退。十八岁，你们站在同一个地方，在你从今天起不断打磨的时候，他们顺着斜坡不断滚落，而你因为你的尖角，稳稳地立在那里。坚信与别人不同，你像一颗榛子，最终脱颖而出。

拥有香甜的内心和坚硬的外壳。不要指望一遇挫折就扑向清香柔软的怀抱寻求安慰，从你成熟的一刻起，不会拥有多少个十八年，你曾经依赖的包裹就落入泥土，变软发褐，最终凋零。自己学着像坚果那样，无惧侵蚀，不易腐烂，掷地有声，散发你热切的追求。同时发展自己丰富的内心，青涩地走出来，不要求甜香四溢，多汁饱满，但要厚实笃定，不酸苦，不轻浮；不要求钢铁一样壮烈的斗争，火花迸溅，但要有自己的态度，在得当的时候释放无所保留的魅力。

即便只给你留有一条缝的空间，你也要透过它，看看这个世界。十八岁的年纪仿佛不足以统帅这个世界，于是很多人选择像板栗一样，骄傲地用多毛的表皮捍卫好自我，享受地在糖精里翻滚，出现在各种偶像剧情里，不必承担任何责任。但你不同，你可以看到你所身处的这个社会，你了解随手翻过的一页书是某个人物苦心经营的一生；你懂得南京大屠杀“三十万”这个数字有怎样深刻的含义；你明白尼泊尔一场大地震的危难；你知道，这个世界从哪里来，你揣测，它会往哪里去——某段历史，这个国家，不可计量的生物，这个地球，曾经现在和将来遭遇过、承受着、将面临什么。那么，当现在十八岁的我们站在主力队伍的那一天，谁都不会随随便便不负责任。今天我们珍惜的每一次关注，是改变你想改变的开始。

十八岁的高度，像一颗榛子一样，但并不是一颗纯粹的坚果：是躺在富人果盘里可有可无的那一颗，还是战火下受灾者口袋里的最后一颗，选择是你的。用你的正能量，撬动这个世界的一角，感染这片土地。

像一颗长成的，不平凡的榛子那样。

【高二（11） 陈 烨】

私立正衡中学创办人卢锦堂先生（九十周年校庆校史钩沉）



卢正衡先生字锦堂，玩号逊叟，生于清咸丰八年戊午

（1857年）三月二十七日。原籍福建省汀州市永定县，前清嘉庆年间，全家迁居常州，十五岁时，入本市豫号钱庄学徒，三年学徒期满，转入志成钱庄工作，后任蔚丰钱庄和慎银公司经理，晚年，任武进县救火联合会会长，武进县商会会长，武进县市公所名誉董事。

锦堂先生爱好文学，写得一手好字，他记忆力强，名人格言联语过眼不忘，家中书馆命名，以及楹联、碑记，都由他自己撰文书写，目的并不是

想“以文眩目”，而是想求得“真实”。

锦堂先生热心公益，1906年（光绪丙午）苏北桃源县遭受自然灾害，由于当时政府腐败，官厅办理救济，灾民并未受惠。常州人盛兴募集十万继续前往救灾，锦堂先生不仅捐献了巨款，并且亲自前往灾区散放，风餐露宿，达三个月之久。1924年直系军阀孙传芳与奉系卢永祥矛盾激化，江浙战起，地方保卫需要一大笔费用，他首先拿出了两千元，1927年，他七十岁时，先后

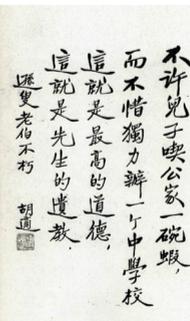
拿出了三万余元，与1928年在乌衣桥的南面，购得土地，建造校舍，办起了私立正衡初级中学，为文化教育事业作出贡献。

1930年8月26日，他因



正衡中学旧址全景（位于田家炳中学）

病去世，终年七十三岁，黄培炎、叶楚伦、庄蕴宽、翁文灏、胡适之、丁文江都有哀辞、挽诗。（文图供稿：林耀中）



胡适先生的题词

给我一个舞台，就能闪亮精彩——我校第三届“青果杯”戏剧节侧记



“九秩春秋·艺术华章”常州市第一中学第三届“青果杯”戏剧节于27日在我校艺术馆隆重举行。同学们或选编经典话剧，或自创剧本，体现了一中学子高超的语文素养和艺术特质。整场演出，历时近3个小时。高二同学高超的演技和深厚的功底，赢得了校领导和家长们的交口称赞。

【看点在哪里：丰富的题材、多样的形式】

本次戏剧节中剧目，既有经典话剧，如《茶馆》、《雷雨》、《哈姆莱特》、《作家之死》等，有古今中外小说改编的《夜莺与玫瑰》、《幸福的黄手帕》《秦香莲》《项链》、《人民公敌》、《小王子》、《孔乙己新编》等，有时下热门影视剧改编的《信仰的底线》、《陆犯焉识》，更有9班同学的原创作品《梦》。

【原创：勇气与才气的结合】

9班同学呈献了自己的原创话剧《梦》，一个失意的年轻人为了所谓的成功把灵魂出卖给了魔鬼，最后失去了自我。在母亲的召唤下灵魂复苏的故事。告诫年轻人在追求成功的道路上不要急于求成，误失本心，以及表现母爱的力量。同学们倾情演绎，深受好评。

【改编：启迪深刻的思考】

高二(5)班改编的《作家之死》在本次戏剧节中广受好评，对社会的幽默辛辣讽刺，以其深刻的意蕴提醒和告诫观众，用一双时刻明亮的眼睛观察所处的社会，不要同流合污夸夸其谈。高二(3)班的《夜莺与玫瑰》，用夜莺和公主对爱情的态度对比，告诉观众在现实中不要因为被所谓车子房子票子蒙蔽双眼而错失了有情人的真心。2015级创新班的《孔乙己新编》，将发生在鲁镇的故事大胆地搬到了现代社会中，孔乙己这个人物，则成了学生们心酸而爆笑的生活代言人。

【演技给不给力：情到深处意更浓】

尤其值得一提的是高二

(2)班的由《北平无战事》改编的剧目《信仰的底线》，全剧流畅细腻，演员们的表演极具张力，无论是国民党军官既痞又狡猾冷酷的神情气质，还是为了民族大义一脸倔强不屈慷慨就义的共产党地下党员，抑或挣扎的捍卫孙先生的三民主义的双重身份者梁经纶，都展示了同学们的实力。当娇小清纯的谢木兰铿锵有力的念起新月派的诗歌，背景音乐缓缓响起，一种难以言喻的悲凉就在观众心头晕开，探索民族未来的道路是如此可歌可泣，而信仰的力量让人无比震撼。

高二(12)班《陆犯焉识》中冯婉瑜在车站与陆焉识撕心裂肺的分离，她被猛地推倒在地、额角流血的动作情状被演绎的真切感人，她在被迫害后略带神经质的精神状态被充分地表现出来，深情都在冯婉瑜和陆焉识相见如不相见中娓娓道出。

高二(11)班《幸福的黄手帕》讲述一个感人至深的亲情爱情和宽容支持的故事，群演的热烈与男主的深沉形成了强烈的对比，在这种对比和多人的叙述中完成一位宽容善良的妻子的塑造，默默的传递着温暖和深情。

高二(13)班演绎了《雷雨》喝药片段，陆昊宁同学反串繁漪，从语言到情态以及与多人的对手戏，拿捏有度，亮瞎观众的眼睛。

【台前幕后：教育的真义】

演一场戏如同编写一个缜密的程序，要热情更要付出，从剧本、导演、演员到负责道具、背景制作、服装等后勤工作的同学，演出前将近一个月的精心准备，才造就了一场精彩的话剧。

语文老师们更是为之付出自己的情怀和智慧，从决定举办这次话剧节开始，到拟定计划，安排进度，参与同学们的剧本选择、改编和排练。他们都是牺牲自己的休息时间，甚至双休日也是随叫必到。在学生们能做的时候放手，在学生们做好的时候鼓励，在学生们需要帮助的时候伸出援手。在预排和彩排的时候，所有老师一起出谋划策，计算程序，衔接过渡，帮助同学们实现最优化。后勤、电教组老师们也是尽心尽力帮助完成每一项工作。

教育的真义是价值引导和自主建构的统一。在话剧表演之前，语文组还组织学生和观众们学习《话剧观剧礼仪》，作为公民教育的一

部分。在这样一次活动中他们润物无声地完成了他们的教育。

高二年级学生自管会各部门在主席沈寒冰同学的协调下，完成了邀请评委嘉宾、话筒串接、道具摆放、催场衔接、宣传通讯等工作。

【李校长点评：得天下英才而教之】

李校长表达三个意思：开心同学们精彩的表演、忘我的投入，体现了同学们的才气、能力、潜力；感谢语文组老师的辛勤付出和同学们的参与；祝愿大家不忘初心，为理想奋斗。

他说，得天下英才而教之是老师的运气，培养出让自己崇拜的学生是老师最大的幸福。从今天的演出，我看到了你们的才气，你们在各个方面的能力，你们的潜力，如果你们把演出中获得的精神财富用于今后的学习和工作，你们当中一定会有许多人让我们老师崇拜。今年是我们学校建校90周年，这台节目就是你们献给母校最好的礼物之一。

【演员感受】

演员们带着激动的心情纷纷表示自己“累并快乐着”，对自己的发挥十分满意，认为自己在表演过程中找到了真正自我，很感激这样一段“解放天性”的美妙旅程。

下面是对《陆犯焉识》的导演兼演员王虹菲的采访。

问：作为一个演员，你是如何做到精准的把握角色的？

答：其实我们一开始的剧本上是没有很多细节的详述的，都是演员们经过对角色的深入体会之后慢慢加上去的。

问：最后那个对着空气拥抱的动作很动人。

答：其实结尾本来是不伸手的，但是觉得情到深处，顺其自然的就加上去了，事实证明，那是一个很好的泪点。所以其实我们每一个演员都在这个过程中体会了很多，也学会了很多。

问：你作为本次剧目的导演，想要通过此文革中的悲剧爱情表达怎样的主题？

答：我们很高兴能够用我们的视角来诠释历史，其

实我们如此选材并不是为了揭历史的伤疤，而是希望大家可以相信，当历史的车轮碾压而过，总有爱与人性的光辉，在坚韧的抵御着历史的沉重，宽容过往，以爱愈伤。

【家长反映】

在戏剧表演全部结束后，我们有幸采访了几位家长，他们都十分欣喜于看到一个如此生动精彩的表演，也非常感动和震撼一中学子在舞台上展现出的自信与魅力，他们认为是一中这片沃土为孩子们提供了这样良好的机会，让孩子们不断提升，不断突破自我，展现出自己最大的潜能。

【学生观感】

5月27日，一中话剧节拉开帷幕，在这近三个小时的时间里，我们享受到了来自学子们呈现的视听盛宴。

来自各个班级共十四个话剧节目，其中有充满童真的却又富有哲理的童话，用最浅显的语言向我们描述了最易被忽略的真理；有蕴含信仰坚守的历史正剧，用最沉重的声音叙述了道德大义；有带着幽默讽刺的现实小说，用最诙谐轻松的话语描绘了社会人性。这三个小时虽然短暂，却令我们收获颇丰。

话剧表演，不仅在紧张的学业压力下带给我们片刻的轻松，在它的每一个故事中，都隐藏着一些意味深长的意旨：发人深省的劝告，令人动容的坚持，引人落泪的真情……

也在这样一个时刻，不妨让自己趁此放松一下，忘却平日快节奏的忙碌，坐下来静静地看这样一场表演，于演绎人生的戏剧之中，品味人生真谛，聆听透过演出传达出的最深刻的灵魂之音。

——高二(12)班 潘晨瑾 朱佳伊 张滢



我校开设“教学设计的评价机制” 对外公开课



为进一步推进校本教研活动，促进广大青年教师专业成长，积极探索教学设计的研究路径，全面提高我校的教育教学质量，5月13日，我校开展主题为“教学设计的评价机制”的对外公开课

活动，沈金、孙婷、朱胜楠、路怡、胡江潼、唐荷香、孔祥武、谷海跃、谭进、朱橙、孙旭、邹沁、蒋俞萍、顾鑫浩、顾秋娜、赵有珊、奚小玲、张洪浩、周静、张甜、高东梅、吴百荣、陈希磊、洪永磊、肖莉、赵越等26位老师开设了精彩的对外公开课。

此次比赛，教研处教务处专门制定了《青年教师课堂教学大赛实施方案》，并提出相关要求，希望青年教师在教学中更新观念，加强教改意识，教学手段多样；

课堂教学中突出学生的主体地位，注重在教师指导下的学生自主学习；符合课程标准要求、学科的特点和学生的实际状况，体现对学生知识、能力、思想与创造思维等方面的发展要求。同时要求每个教研安排评委4—5人带领本组老师参加研讨。

来自金坛、溧阳和市区的100多位老师来我校听课，并对我校青年教师的教学风范、教改意识、教学实效给予了高度肯定。（韦祥洪）

2015级创新班学习“心肺急救”

近日，我校两个“准高一”创新班的学生，听了场关于“心肺急救”的讲座。市中医院重症监护室的3名医生，现场指导孩子们如何急救。12个课时的“医疗救

护”版块，包括心肺复苏、创伤救护、中暑处理、科学用眼、口腔疾病等环节。此后，“准高一”创新班还将学习防身术、柔道。

（摘自《常州晚报》）



退休教师林耀中给学生干部作道德理想讲座



在我校90年校庆来临之际，学校特意邀请离退休老教师——林耀中老师为学生干部进行道德理想教育。他认为，学习不仅是“学习”，要善于抓住课外的空余时间，培养各方面的兴趣爱好，拓展自己的知识面；会“玩”才会学习，能力有时比学习

更重要。把握爱好与学习会给人更多机遇。身处花甲之年，他精神矍铄，言语间透露着乐观与幽默。林老师1965年毕业于市一中，随后又在一中任教多年，这次讲座是对母校辉煌历史的追溯，更是对学校美好明天的展望。高一（1）徐瑜

2015年5月创先争优工作亮点

一、学生成就：

1、5月25日，常州市中小学生羽毛球锦标赛暨第八届“百校”羽毛球比赛在活力空间飞龙运动中心举行，我校费腾同学斩获男子单打冠军，严雨婷同学获得女子单打季军，男子团体、女子团体均获季军。

2、5月27日，在常州市中小学生机器人大赛中，我校学子参加的6个项目的比赛，共有24人获奖，荣获高中组团体一等奖。周静老师获“优秀教练员”称号。

二、教师专业成长：

1、5月14-15日，江苏省中学地理教学质量评价体系研讨会在宿迁市马陵中学举行，我校陈琳老师展示了一节精彩的地理课。

2、5月18日，在江苏省2014年高中体育优秀教学论文评比中，我校曹波老师获省一等奖；顾超老师、王姣老师获省二等奖。

3、5月18日，我校顾超老师《健美操：组合的编排与展示》在常州市中小学精品课课程创新实施中荣获优秀奖。

4、5月29日，在教育局团工委的五四表彰中，我校韩涛老师、周玥等多位同学被评为“优秀团干部”；洪永磊老师、李佳敏等多位同学被评为“优秀共青团员”。我校共青团被评为常州市五四红旗团委标兵。

5、5月22日，陆钟兴老师在飞天楼3楼三机房，开设一节市级公开课《IP地址及其管理》。

6、5月7日，我校周卓行老师赴薛家中学为七年级学生开设主题为《从青春到未来——初中生异性交往》的心理学讲座。

7、5月22日，我校教师吴百荣、孙旭、蒋寅、丁佐健面向“浙师大教师培训项目”的专家和教师们开设了一堂公开课。

三、工作上的创新点：

1、5月4日，我校美术组参加“第八届江苏省民间美术进课堂”教研活动。

2、5月5日，常州市一中、三中、田高中退协在一中体育馆乒乓室联合举办乒乓球比赛。

3、5月9日上午，我校特别邀请了华东师范大学课程与教学研究所的胡惠闵教授，为全体教师开设讲座，学习和研究如何做好教学设计。

4、5月11日，校园环境文化建设案例征集：我校获常州市一等奖。

5、5月，2015级创新班开设一系列特色课程与活动：心理课课程、生命急救课程、化学实验魅力课程、纸飞机和推杆同心圆的对抗赛、青果导学公益活动。

6、5月，国际班开展生活技能系列课程：色香味俱全的中式烹饪课程、美容美

发课程等。

7、5月13日，常州市第一中学、常州市第三中学民盟支部在一中校园举行主题为“互动交流增友谊 同心同向促发展”的联谊活动。

8、5月14日，由苏州教科院组织的市直属学校分管教学的校长代表团一行近40人到访我校参观交流，完利梅校长、高俭副校长就我校办学特色向来宾作了介绍。

9、5月21日，我校举办了科技节活动，“水火箭”、“玩转魔方”、“鸡蛋撞地球”、“气动力小车”四个充满趣味与挑战的参赛项目吸引了高一和高二两个年级近三百名同学。

10、5月21日，来自北京东城区青少年科技馆和浙江绍兴的教育代表团同时到访我校参观考察。市教育局基教处孔德旺副处长、我校李万龙副校长陪同来宾。

11、5月23日，在嘹亮的国歌声中，我校第九届教职工暨工会会员代表大会在五楼报告厅顺利召开。常州市教育工会汪天立应邀到会。会议由校工会主席、办公室主任常耀芬主持。

12、5月22日，浙江师范大学教师培训项目专家和教师一行近20人到访我校参观交流。我校高俭副校长、教务处陶兆宝主任热情接待来宾。（蒋建兵 辑）

科技，让精彩永不落幕 ——我校举办科技节



为激发学生爱科学、用科学的热情，培养学生的创新精神和实践能力，进一步丰富学生的校园文化生活，5月21日中午，我校顺利举办了科技节活动，高一和高二两个年级近三百名同学参加了本届科技节活动。

本届科技节共有四个充满趣味与挑战的参赛项目，分别是翱翔太空的“水火箭”、趣味百变的“玩转魔方”、扣人心弦的“鸡蛋撞地球”以及碰撞刺激的“气动力小车”。整个活动现场

热闹非凡、精彩不断，在场学生积极参与，围观学生也激动万分。活动结束后同学们纷纷表示，这样的活动不仅充满趣味与挑战，也锻炼了他们的动手和探究能力，激发了他们对科学技术的向往。我们相信同学们通过参与科技节的活动，能够在今后的学习和成长中进一步掌握科学的方法，做一个既有科学理念、又有科学实践能力的一代新人。

（周静/文 刘波、张玲娜、韩少勋、邹沁/图）



提升颜值，获得技能 ——国际班开设美容美发课程

时光如白驹过隙，一个月的生活技能实践课转眼已进入尾声。今天下午，同学们怀着浓浓的不舍之情参加了最后一堂实践课——美容美发课程。

来到旅游商贸实践楼的五楼，一间间干净的教室里分别摆放了美容美发专业用具和模型。“美发专业”教室，理发椅、假发、洗头座椅让我们仿佛身在理发店一般；“美容专业”的教室里，按摩椅、化妆用品和宣传画吸引了女生的目光。在接下来的学习中，男生学习美发，女生学习美容。专业老师带领我们来到教室坐下，打开精心制作的课件为我们一一介绍化妆的基本要点和用具。老师的讲解激起了女生们爱美之心，大家分别就自己的疑问和见解与老师进行讨论，老师不仅仔细回答，更举出了许多生动的例子让大家更好地理解了化妆的重要性和技巧。

课堂中，老师请了一位同学做现场演示。根据之前所介绍的理论知识进行个人分析，从脸型、鼻型、唇型、肤色等方面进行归类 and 改

善，只见老师从专业化妆包中取出各种粉底、眉笔、眼线笔等一一进行化妆演示，按捺不住好奇心的同学们此时已经在老师身边围作一圈，仔细观察着老师娴熟的手法 and 巧妙的用色。妆毕，作为模特的同学照了照镜子，开心地大呼颜值提高了一个档次，大家也都跃跃欲试，分别就自己感兴趣的化妆部分进行尝试。

欢乐的时光总是短暂，美容美发课程在同学们的恋恋不舍中结束了。回顾这一个月的实践课程，西餐知识介绍带来了端庄和绅士，甜品糕点的制作带来了甜蜜和创意，中式菜肴烹饪带来了传统和热情，而美容美发课程则带来了实用和美丽。丰富多彩的课程各有精彩和独特之处，同学们也学到了不少书本中难以掌握的知识，不仅为将来的国外生活提供了便捷，更拓宽了知识面 and 动手实践能力。我想，这样有意义、有意思的课程，一定可以给每一个同学的学习生活增添一份别样的色彩。——高三（17）沈语恬

