



家校联手，共筑美好

——我校成立高一家长委员会



为进一步促进家校合作，营造更有利于学生发展的大环境，促进学校各项工作的顺利开展，12月10日下午，我校2014级高一年级家长委员会成立大会在五楼会议室举行。完利梅校长、顾锡宏书记、高俭副校长、李万龙副校长、胡文生副校长、学生处季一鸣主任、高一年级组长汪毅老师及全体家长委员会委员参加了此次大会，会议由学生处赵科副主任主持。

会议开始，各位家委会成员进行了言简意赅的自我介绍。随后，赵主任简单汇报了高一年级开学以来教育教学方面的一些活动和举措。教师们秉承“低起点启动”的原则下，循序渐进地展开教学，并及时通过“与校长



面对面”等活动了解学生的需求和思想动态，走近学生、关注学生，真正把“每个学生都是整个学校”的理念贯彻在教育教学中，把“阳光心态、优秀学业、国际视野、领袖素质、一流口才、明显特长”作为学生的发展目标，并贯彻在平时的教学中，通过入学夏令营到自管会竞聘、社团纳新、冬锻明星赛等活动，来激发学生的兴趣；军训家书活动，职业规划设计更是让学生学会感恩，有明确



的目标意识。她强调，开学几个月来，家校合作一直在不断有序地推进，各项活动开展有条不紊。

学生处季一鸣主任简单介绍了家委会的章程，并恳请全体家长在学生的“三自”发展教育上献计献策。随后，会议进行了家长委员会主任、副主任的选举，在计票的过程中，校领导和家长围绕教育教学工作进行了亲切地交谈，从素质教育到学校设置的丰富课程、如何让学生更有效率地学习等多个话题进行教育教学的探讨，气氛热烈，暖意融融。



顾锡宏书记宣布了选举结果，由彭峻同志担任高一家委会主任一职、史仲华同志担任秘书长。

最后，完利梅校长讲话。她首先向家长表达了谢意，肯定家长们在开学以来对学生工作的支持。完校长认为家委会是个极好的平台，不仅是强有力的后援团，更是重要的参谋者，可以多方面参与、监督、宣传学校的教育，更好地促进学校的发展，当然最终的指向是为了促进学生更好地发展。接着完校长介绍了我校在教育教学中的一些理念和做法。她强调了培养学生积极思考、加强思辨性的重要作用。为此，我校在充分重视“三自”教育的同时，特别强调学生自身素质的提升。在打造素质教育名校的理念引领下，我校在艺术、体育、社会实践活动等方面做出了许多成绩。最后，完校长特别强调“养人重在养心”，尤其是家长，在孩子面对困难的时候，家长更要用自己内心的温度去感染孩子，多给一些鼓励。

家长委员会的成立为学校的发展注入了新的活力、新的动力。相信在今后的工作中，学校在家长委员会的监督与配合下定会取得新的跨越，继续谱写学校教育的新篇章。（高东梅）

常州市教育学会中学地理教学专业委员会

第14届年会在我校召开

常州市教育学会中学地理教学专业委员会2014年年会（即第14届年会）于2014年12月24日在我校科技楼一楼报告厅举行，来自常州市各市区会员代表70余人参加了会议，会议由市教科院地理教研员朱志刚老师主持。



在全体与会成员合影之后，我校完利梅校长致欢迎辞。她向与会人员介绍我校近几年来在教育教学高位运作的同时，智能机器人、民乐团、健美操、女子排球等学校特色性项目也在我校开展得有声有色，享誉省内外；在介绍我校新一轮发展既成就学生也成就老师的发展、学校为师生发展服务之后，也充分肯定了我校地理教研组在李万龙名师的引领下，成为一支充满活力、善于学习、成长迅速的团队。

李岩理事长在会上作了主旨发言。他从学习层面、教学层面、教研层面三个视角阐述了地理教师的专业发展与自身素养建设的必要性。在发言中，他对与会成员提出了三点希望：一是要加强团结、学习与合作，二是要加强研究，提高整体理论水平；三是要不断完善知识结构。

会议增补了陈国祥、冯梅花、吴立忠、杨尧中、张海涛五位同志为常州市教育学会中学地理教学专业委员会理事，理事会议增补我校完利梅校长为常州市教育

学会中学地理教学专业委员会副理事长。我校孙旭老师为全体与会人员奉献了一堂精彩的“基于平板的颠倒课堂”研究课，赢得与会老师的好评。

下午，我校李万龙副校长首先就微视频、微课程与颠倒课堂的概念作了澄清。接着，李校长就地理教学“为什么教、教什么、怎么教”三个问题表达了自己的见解。他认为，美国奥德利·科恩学院“为了目的的教育”和国内的“主题事件教学”是很好的尝试，就是要让学生通过解决生活中的实际问题来学习知识，在这样的学习中，知识不是目的，而是解决问题的工具，赋予知识以生活的意义。在这样的学习中，学生才会有“我要学”的感觉，也才能学得更有意义，学得更好。

在市地理教研员朱志刚宣布了年度论文获奖名单后，来自常州市四个辖区的地理老师作了年会论文交流。

本次年会安排紧凑，内容充实，指导性强，是一次承前启后的大会。（金春 韦祥洪）

晚霞满天映青春

——我校接受市教育局关工委考评验收



为了进一步推进关心下一代工作，增强关工委工作的创新性和活力，12月18日，在市教育局关工委常务副主任严东明同志的带领下，验收组一行10多人来到我校，对我校的关工委工作常态化建设进行评议。

在评议会上，顾锡宏书记向验收组成员作了“晚霞满天映青春”的汇报。顾书记详细介绍了我校在做好关工委常态化建设过程中所作的努力和取得的成绩。从老同志自身的学习、组织制度的保障、薪火传承三个方面，顾书记介绍了近3年来我校关工委的工作。他强调学校领导班子高度重视、保障措施到位、老同志积极参与是关工委工作常态化建设有效开展的保障。

在认真查看了我校关工委工作常态化建设合格学校考核材料和办公现场后，验收组领导充分肯定了我校在关工委常态化建设



中领导关注、组织健全、活动丰富的工作成就，并就今后努力的方向给出了明确的指导。市教育局关工委的领导层鉴臻认为，关工委的活动经费要有一定的保障，这有利于充分调动老同志的积极性。特别是学校需要平时加强宣传意识，对于典型的老教师要及时进行宣传，让典型的精神传承。随后，市教育局关工委常务副主任严东明同志强调：关工委工作历史由来已久，特别是面对如今复杂的国际形势，更要充分发挥老同志的作用，加强青少年思想道德建设。在关工委常规工作中，要抓牢基础，形成一支有组织、有战斗力的队伍，将关工委工作落到实处，做出特色、做出亮点。

青少年是家庭的希望，更是民族的未来。通过此次评议，我校更明确了今后关工委工作的目标和努力方向。（高东梅）

冬季锻炼氛围浓 强身健体好处多

——我校教工积极参加冬季锻炼



健康的身体是保持生活质量、提高工作效率的前提。自入冬以来，我校教职员工在校工会和体育组的安排下，积极筹划冬季锻炼项目。各工会小组积极做好报名工作，全校200多名教工投入到冬季锻炼中。完利梅校长、顾锡宏书记、高俭副校长、胡文生副校长、李万龙副校长、校工会主席常耀芬等亲自带领大家锻炼或到现场为大家鼓劲加油。

此次锻炼的项目有：跑步、跳远、跳长绳、投篮球、垫排球、踢毽子、滚铁环等多个项目，共分行政组、后勤组以及三个年级组等五个比赛组别。尤其在跳长绳比赛现场，教工们不分老少齐上阵，各尽所能为集体；同学们也为老师们鼓掌欢呼，形成了浓浓的冬季锻炼氛围。（韦祥洪）



校民乐团获第十届“长三角”民族乐团

展演优秀演奏奖

前言：2014年10月15日，习近平总书记在文艺工作座谈会指出，中华优秀传统文化是中华民族的精神命脉，是涵养社会主义核心价值观的重要源泉，也是我们在世界文化激荡中站稳脚跟的坚实基础。今天，中国民族音乐已然成为国家的象征、友谊的桥梁、增进相互了解的共同语言，为其他民族、其他国家打开了了解中国、认识中国的窗口。

2014年12月6日由上海市教育委员会、上海市文学艺术界联合会、上海市杨浦区人民政府、上海市音乐家协会主办的第十届“长三角”民族乐团展演活动在杨浦区少年宫鸣锣开幕。参加本次展演活动的总计约3500人次，共有国内外71支乐团参演，包括大中小学，以及民间民族音乐团体等。

这次展演共设5大奖项，常州一中民族乐团与代表上海乃至



全国教育系统中最高艺术水准的复旦大学、上海财经大学、上海延安中学民族乐团等社（宫）团一起获得优秀演奏奖。

这是一次民族传统音乐文化的饕餮大餐，更是传承和弘扬中华民族优秀传统文化的一次盛会。“孕之育之，可歌可泣；可乐可观，此乃中国之魂。”百年前的华夏大地蕴含着无穷无尽的中华神韵，如今不同民族的音乐文化相互凝望、彼此砥砺、相互促进，成为了中华文明共同进步的主动力量，更成为了实现文化强国这一“中国梦”的最强音！

（孙成勋 供稿）

宪法知识进校园

——我校举行普法活动

12月4日是我国首个宪法日。为弘扬宪法精神，引导广大师生学法、知法、守法、用法，我校通过主题班会、策划普法故事、张贴标语等形式，营造学习宪法的良好氛围。

在各班班会课上，同学们用

精美的PPT向大家宣传中国的宪法历程，或者观看宣传片，通过提问、讨论、情景设计等方式进一步了解宪法。

同学们通过相互交流共同进步，进一步了解了中华人民共和国宪法，增强了法律意识。

（韦祥洪）



南京大屠杀死难者国家公祭仪式



【国殇】——写在12.13南京大屠杀公祭日

12.13空一座城，等30万幽魂回家。

在南京，空前盛大而严肃的公祭展开，国家领导人习近平亲临现场。

77年了，中国终于有实力也有底气在世界上雄壮有力地喊出“勿忘国耻”

1937年，一头通体创伤的睡狮，在被啮噬欺凌了6年之后，终于一声怒吼，蓦然惊醒。中国伟大的全面抗日战争开始了。最先打响的最悲壮的便是淞沪会战，三个月的战略防御大血战，中国军队以血肉阻挡了侵略者。

血色的天空，血色的大地，血色的江水，敛住了日军“太阳”的血光。但是最终南京沦陷了，之后的悲剧也不想再重复叙述。这是民族的悲哀也是历史的悲哀。

但是中国不败，之后太原会战，徐州会战，武汉会战，长沙会战……场场会战，空前惨烈。

佟麟阁、赵登禹牺牲了，郝梦龄、王铭章倒下了……数百位将领慷慨捐躯，上百万战士血染沙场。一寸山河一寸血，十万青年十万军！

血写的历史，民族的壮歌。中国，最先投身反法西斯侵略的战场。中国，在反法西斯战争中付出最长时间的抵抗。中国，为世界反法西斯战争做出最大的牺

牲。

百万将士兮死沙场，保种卫国今国有殇！

而今，中国终于又站在了时代的峰顶浪尖，一方大国崛起。对于历史，有人说可以原谅，但不能忘却。我想说，对于历史不能原谅，更不能忘却。如今繁华，是先人的血肉换来的。人若不铭记历史，不感怀先人，那么必将会重蹈历史覆辙。以史为鉴，不忘国耻，兴我中华。

遥望紫金山，山之上，国有殇！

——高一（6）班 华志敏



2014年12月份：微新闻

一、12月5日，我校对外开设主题为“教学评一致的有效教学研究”的公开课。

二、12月5日，根据共青团常州市教育委员会文件，我校义工队申报的服务项目获“常州市优秀义工服务项目”。

三、12月6日，花园中学初三学生代表在老师的带领下来我校参观交流。

四、12月10日，在常州市中小学艺术节比赛中我校金凌、徐源忆等11位同学获得一等奖。

五、12月13日，电子科技大学的贾宇明教授为全体高一学子做了题为

“科技创造未来”的科技讲座。

六、12月15日，常州市第四届学校主动发展优秀项目评选中我校11项课题获奖。

七、12月24日，在一中名师讲坛第二期中，毕晓敏、蒋建兵、周卓行、顾超4位老师开设讲座。

八、12月25日，张捷名师工作室举行了赠书仪式，工作室成员们收到了《数学教学论》和《数学教育心理学》两本书。

九、12月26日，在常州市中小学生“好书伴我成长”读书征文活动中，我校周叶蕾、王雪恺、潘晨瑾3位同学获得一等奖。

十、12月29日，我校钱柳云、陈新华、满春燕、石瑛4位老师被评为市学科带头人，邓小进、顾超、高冬梅3位老师被评为市骨干教师。

点横撇捺 尽显风采

——高二年级举行汉字英雄总决赛



12月10日，我校高二年级汉字英雄总决赛在艺术馆拉开了帷幕。

汉字出现在我们生活的每一个角落，自仓颉造字，经上下五千年的流洗，每一个汉字都是鲜活的生命，承载的是最灿烂悠久的文明，而且汉字不仅是文化的载体，它也是文化本身，汉字是文化发展的必然结果，也是文化进一步发展的前提。

然而纵观当前的汉字书写现状，提笔忘字、字迹潦草、错字连篇的情况屡见不鲜。学校举行这样的活动，意在唤醒信息时代被日趋淡忘的汉字情结，让同学们重新领略汉字书写的魅力。

本次汉字英雄比赛从半个月前进入筹备工作阶段，在12月3日，由年级统一安排，各班进行了班级海选，每班选出三名同学

作为代表参加年级角逐。

下午四点半，在全体高二年级同学和家长、老师代表的热烈掌声中，决赛准时开始。比赛采用车轮战的形式，同学们依次上台听题，答错直接离场。背负着班级和个人的荣誉，一开始同学们都有些紧张，不过随着选手优秀的表现，现场的气氛越来越热烈。主考官丁瑛老师每次发题，台上台下的同学都认真思索，在携带的草稿纸上写写画画。遗簪堕珥、文修武偃、高车驷马……出题难度之高让人惊叹，不过选手们却展现出雄厚的实力，不时地带给我们惊喜，每次生僻字词被选手正确写出，台下都会爆发出阵阵惊叹和热烈掌声。

由于选手们实力超群，比赛进入白热化，比赛时间已经远远超出预期，台下观众可以选择先行退场，选手继续参加比赛，然而依旧有不少观众自愿留下，为台上的选手加油打气，也让自己在美妙的汉字海洋中徜徉。

最后，经过两个小时的鏖战，比赛尘埃落定，每个班级、每个参赛选手都用最优秀的表现，宣告了在传统文化的继承和传扬的道路上，一中学子从未止步。

(叶洁 / 文)

各位老师，各位同学

大家上午好！

我今天发言的主题是：挑战自我，历练青春。

人类有史以来，大约1100亿人曾出现在这个世界上，每年有六千万人死去。而在我们说话的时间里，北上广有千百个路口红灯跳转，地铁站里有无数的上班族踏上迟到的班车，附近的工地、山西的煤矿、克拉玛依的油田里，人们在劳作——这是2014的岁末，两天后，即将成年和已经成年的我们，踏入全新的一年。

林清玄说，二十岁时，我是站在桥头看风景，三十岁时是站在楼上看风景，四十岁时是站在山顶看风景，五十岁时是站在云端看风景。而到了八十岁，就是在天堂看风景了。风景并没有变，是我们的人生境界在不断提高，视野在不断开阔。

现在的你呢？站在哪里看风景？正当你沿着青春这条线路奔驰的时候，有没有想过，有没有试过，当迈入一个新的年纪，挑战自己，到更高处去？

引用孙璐同学的文章，当我们“感到”自己无力招架生活、学校、工作带给自己的压力的时候，我们为自己辩解“平平淡淡也很好”，“但总觉得，当有一天，老得站都站不起来，只能在街角晒着太阳剥着豌豆的时候，回忆起自己的一生，也就是在一个稳定的单位理



高二(11) 陈辉同学在升旗仪式上的发言

了几十年的文件，和一个脾气很大的人吵了一辈子，大概多少有些苍白凄凉吧。”

不要总是给自己找“平平淡淡”的借口，经过历练而最后归于的叫做释然。十七八岁的年龄，不敢于拼搏而心安理得赏花赏月赏心境的，他觉得自己超然，最后归于的是平庸。从楼上到山顶到云端，不是那么好攀的，为什么不就从现在做起呢？我们敢不敢冬天的早晨早五分钟起床背书，敢不敢说哪一天的所有默写我全都一次过，敢不敢每天实现自己的每一条当日计划？有人说，这些还有其他我现在做不到，那么两天后开始挑战一下自己——挑战一下青春活力，斗志昂扬的自己。难道一定要看那么多的“匆匆那年”然后感叹别人的“那年”吗？你要看的，是自己的下一年。

“人总要把自己生命的精华都调动起来，倾力一搏，像干将莫邪一样，把自己炼进自己的剑里，这，才叫活着。”这是汪曾祺说的，与各位共勉。我不相信，我们每一个人做不到什么，不要先准备向每一个日子缴械投降，今年，明年，或者后面的许多年，那些，都将是不会输的年纪！

红歌声声 辞旧迎新

——记高二年级元旦迎新歌会



2014年12月30日下午4点20分，全体高二同学齐聚艺术馆，在十班同学《超越梦想》的歌声里，高二年级元旦迎新歌会缓缓拉开了序幕。

高二7班慷慨激昂的《中国军魂》，8班和5班同学的《龙的传人》，2班一曲温情的《国家》，9班和声精彩、让人热血沸腾的《中国军魂》，融入了同学精彩表演的4班串烧歌曲，让我们感受到了全体同学的英姿勃发；12班同学使朗诵与合唱相得益彰，让全场气氛热烈；11班将歌舞与音乐融合，柔婉声声中一幅祖国秀丽山河的图景展现在同学眼前；1班放歌《让世界充满爱》，再加上精心准备的队形和同学比划的手语让音乐具有了视觉欣赏的美；6班同学对祖国的爱熔炼在了一曲《我爱你中国》之中；3班同学的一曲《国家》诠释了拳拳家国之志；在13班同学一曲动情的《大中国》中，本次歌会圆满地落下了帷幕。

在歌声中，台上的同学与班级同学一起，展现爱国之情又陶冶了自己的音乐情操；台下的同

学在红歌声声中，想起这些日子里在大课间、中午班级里洋溢的红歌声。同学之间互相纠正音准、互对歌词的那些情景又浮现在了眼前。国是千万家，而一个个班级，又何尝不是国家的一个个小单位。

在红歌会准备的过程中，班集体增加了凝聚力，同学之间更增进了了解，培养了爱国主义情操，在高二忙碌的学习生活中调整了节奏，放松了身心，愉悦了感官。而在今天下午的元旦迎新歌会上，一首首红歌展现的不仅仅是班级，更是新时期的我们对中华历史上闪光的精神的学习。而这些伟大的精神，必将在新的一年征程中，引领我们锲而不舍、再创辉煌！



元旦，翻开2015年全新的篇章。红歌所展示的，是永不褪色的爱国主题。

今年花胜去年红，更盼来年花更好。有本次迎新歌会作为旧年的终止符、2015年的第一个音符，相信全体高二同学的2015年必将斗志昂扬，精彩不断！

——高二11班 陆静瑶

感恩父母，共享欢乐

——高一国际班举行迎新年联欢活动

在年底充满希冀和幸福的空气中，期盼已久的高一国际班“感恩父母，共享欢乐”新年联欢会终于拉开了帷幕。完利梅校长和学生处季一鸣主任带着新年的祝福参加了本次联欢活动。



12月26日下午4点30分，高一国际班的家长会刚刚结束，家长和学生们便聚集在了精心布置后的教室。大家其乐融融，谈笑风生。

主持人辛奕和徐策羽来到教室中间，向大家热情问好，并通过微视频让大家回顾了本学期的学习生活点滴。

本次迎新活动，洋溢着新年兴奋的味道，散发着浓浓的温馨亲情：学生的才艺表演真诚热烈，班歌合唱时家长纷纷拿起手机、相机为孩子拍下美丽瞬间；精心准备的《三句半》表演敲响了新

年幸福的铜锣，让大家拍手叫好；优秀家长代表分享教育心得精彩而感人，他们对孩子来到国际班的变化表示十分欣慰；《心有灵犀》和《萝卜蹲》游戏时，孩子与家长默契配合，但同时也制造了许多令人捧腹的笑话；年代KTV游戏中，家长们更是应答如流，并在现场唱起了经典老歌，让孩子们十分佩服。惊喜还在最后，教室大灯突然熄灭，大屏幕里开始播放几天前学生录制的新年祝福视频。音乐轻柔而舒缓，却炙热了所有人的心。

回顾与展望并进，教育与快乐同行。在真诚的节目、感人的分享、丰富多彩的游戏中，学生与家长都融化在温馨亲情和节日欢乐中。

最后，在心想事成、万事如意祝福声中，高一国际班迎2015年新年晚会圆满结束。

——辛奕、刘雨微



2015，我们青春追梦！

——高一年级举行职业规划展示

前言：常州一中2004年推出的学生职业规划系列活动，如今走过了10年的风风雨雨，见证了一代又一代学子的梦想和成长。规划，一方面源自学子对现实的理性把握，另一方面来自学子对人生的美好憧憬。行走在理想和现实的中间，所有的足迹都清晰可见，这是青春的烙印，更是最纯粹的正能量。

一中2008届高三(1)班郑立同学立志要当一名军人，2012年毕业后在大连当军官；高三教改2班潘忆宁同学立志当一名金融分析师，如今就职于上海一家证券公司；2009届毕业生高三(14)班周旭明立志当一名教师，如今他就读北大国际关系学院中共党史专业的“台港澳与世界事务”方向专业，他坦言毕业后仍想当教师。无论是已经实现的还是正在努力追求的，在职业追求的道路上，一中学子有自己的伟大梦想。而梦想更是有力的催化剂，让他们的青春熠熠生辉。

2014年的最后一天，2014

级高一学子职业规划如期举行。站在2014年的末尾，眺望2015年的曙光，时代的号角在我们耳畔吹响，中国梦的伟大蓝图在我们的眼前展开。其中，我们看到了未来的科技工作者、未来的医生、未来的教师、未来的企业家、未来的艺术家等。更重要的是，我们看到了这个时代最宝贵的品质：奉献、创新、坚守、自信！

“不论我们理想的职业是特殊还是平凡，每个人都能在这个职业中看到自己所能创造的价值。努力地规划着自己，认真地设想未来，想把理想变为伸手可触的现实。在通往梦想的道路上，我们所要做的小到背好每个单词，小到阅读一本书籍，也大到考上名校，徒手创造自己的企业，无论大小，我们现在所做的一切都是为将来走上职业道路打下基础。”2014届高一学子在观摩完职业规划后如是说道。

衷心祝愿这些希望的种子，能经受住风雨的考验，茁壮成长，蔚然成风。(高东梅)

让世界为理想让路

从刚进入一中起，我们就开始了对自己职业的规划。从刚开始的懵懂无知，到逐渐从师长、父母那里了解到各种职业的神圣，也同时了解着其中的酸甜苦辣。我们在选择职业规划的同时也在选择成熟。

从平凡的教师到伟大的发明家，从救死扶伤的医生到能说会道的主持人，各不相同的职业选择反映出我的同龄人独一无二的志趣；从继承祖辈的传统到心系国家的发展，选择职业的缘由更是蕴意至深，一个简单的职业规划背后是每个展示者的深思熟虑。

不论我们理想的职业是特殊还是平凡，每个人都能在这个职业中看到自己所能创造的价值。努力地规划着自己，认真地设想未来，想把理想变为伸手可触的现实。在通往梦想的道路上，我们所要做的小到背好每个单词，小到阅读一本书籍，也大到考上名校，徒手创造自己的企业，无论大小，我们现在所做的一切都是为将来走上职业道路打下基础。

梦想离我们并不遥远，它其实触手可及，在你规划着自己的人生，当你研究着某个问题，当你写下每段鼓励自己的话语，梦想都悄悄地离你更近了一步。

高一的我们在梦想的路途上奔驰着，没有什么能阻止我们的脚步。当我们一心向着理想，整个世界都会为理想让路。

——高一13班 张零一

放飞理想，规划人生

——高一(8)班万莹同学在升旗仪式上的发言

老师们、同学们：

大家好！我是来自高一(8)班的万莹。今天我发言的题目是《放飞理想 规划人生》。

目前高中生职业生涯选择，往往是在面临高考填志愿时所作出的匆忙决定。普遍有以下做法：一个是通过父母的分析判断或把自己以前没有实现的愿望强加给孩子；二是老师提供一些帮助和建议；三是根据孩子的兴趣；四是实在没办法了，就根据分数选一个。

这样的做法无可厚非，但是却会非常容易使一个人痛苦一生。

因为，职业生涯规划要求我们经过综合考虑，来把自己定位在一个最能发挥自己长处的位置，以便最大限度地实现自我价值。不过，一中的学子们，你们很幸运！因为一中为你们量身定制了职业生涯规划活动。

职业生涯规划活动在我看来既是学校提供给我们的一次展示自己人生理想、规划未来职业的大好机会，也是一次对我们如何实现自己的人生理想、规划未来职业的重要指导。之所以这样说，是因为我相信，在准备自己的职业生涯规划的过程中，通过相关资料的搜索查找，以及向家长、老师和前辈们的咨询，同学们对自己的理想一定会有进一步的了解和认识。

认识是一个不断变化和发展的过程，我们的理想也是如此，从没有到模糊，从模糊到渐渐清晰，又从清晰到更加坚定。很小的时候，我用稚嫩的口吻说出了清华、北大；长大些，我想当一名老师或者是科学家；可当我不断地成长，当我的心智成熟一些

当我们站在2014年12月31日这个终点上，回望过去的一年，感慨万千，展望未来，我们对自己人生的规划也有了更加成熟的思考和认识。看着同学们的展示，我们内心有许多想法。

11个不同的生涯规划，是11个不同的梦想，是11个有志、自信的一中学子，医生、主持人、IT精英、文具经销商、CFO……每位同学都进行了充分的准备，在舞台上自信地表达出自己的梦想。坦率真诚的言语回响环绕在大厅上空，刺进迷茫的心，激起年轻的热血。在场的同学们认真地倾听着，同时也在心里思考着自己的职业规划。

同学们的互动热烈，特别是高一(12)班的周锦涛同学用他幽默的语言以及澎湃的激情感染了在场的每一位同学。



时，我终于确定了我的目标——主持人。于是我不断地抓住一切有关于这方面的机会，锻炼自己的能力。

有很多人也许和我一样曾有着一些只有孩童的理想，那你们也像我一样确定目标了吗？

职业规划活动让我们能迈出实现理想的第一步，一中已经为我们提供了良好的平台。理想是奋斗的方向和目标，是需要规划和论证的。

当然，我们现在展示的人生理想也好、职业规划也好，还都是纸上谈兵。

高中三年是人生中最美好的三年，高中三年的努力，在一定程度上能决定一个人人生的高度。我们只有以脚踏实地的学习态度、刻苦钻研的学习作风、饱满向上的精神面貌来对待每一天的学习，才能一步步向着理想迈进，从而达到我们想要的人生高度。

上帝只会眷顾有准备的人，只要我们付出努力，那么未来便是属于我们的。只有这样，我们才能自信的喊出只有身为一中学子才会有的骄傲：老子天下第一！

同学们，扬帆起航就在此刻，为了实现我们的理想，勇敢地拼搏，不懈地奋斗吧！

分享完之后，他们将对自己有纪念意义的物件放进了“时间胶囊”，十年之后，当他们已身披荣光，再次回到这里，打开时间胶囊，便可忆往昔峥嵘岁月。各班代表也在时间胶囊里放上了对新年的期待，为自己和同学送上一份沉甸甸的“新年大礼”。

回望过去，我们中的有些人在2014年里跌倒了无数次，有些人在某些方面取得了成功，但这些都已成为过往，不论何时我们的目光永远坚定的望向前方，是的，我们来年再战。

——高一12班钱璟 顾子昕

回首亦是起航

