

五四風雷驚赤縣
青春熱血寫鋒芒
京青學子先
呼喊各地人民
共贊襄使命擔
當扶舊國初
心鳳願立新猷
英雄兒女無窮
志萬里長江如
磐石

九(12)班
周均澤



九(5)班 邓思渝



八(1)班 陈苏



七(12)班 匡紫嫣



八(10)班 方柏然



七(9)班 姜杉



七(11)班 沈馨

海納百川
始制文
字乃服
衣裳推
位讓國
有虞陶
唐

九(7)班
王瑞

菩提本無樹
何處惹塵埃

八(6)班
孙杰



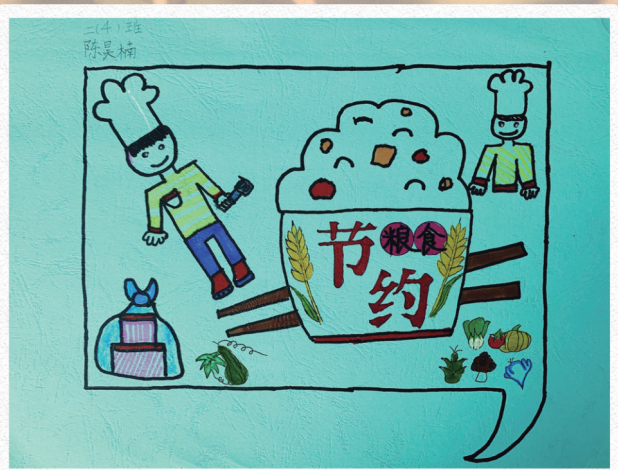
一个班月



二(3)班 叶李炆



二(2)班 杜佳熙



二(4)班 陈昊楠

岐王宅裏尋常見
崔九堂前幾度聞
正是江南好風景
落花時節又逢君

八(8)班
孙恬

善待每一位学生

相信每一位学生

让每一位学生都走向成功

2020年初三教育教学工作研讨会隆重举行

8月27日，常州市中天实验学校全体行政人员、2020\2021届初三任课教师相聚一起，隆重召开2020年初三教育教学工作研讨会，回顾2020届中考取得的辉煌成绩，聆听2021届初三老师的经验教训。

13点30分，在备课组长的统一组织下，各备课组分别开展教育教学教研活动，在总结提炼了今年中考取得成功之原因的基础上，也冷静分析了存在的不足之处，进而确立了新的教学思路和管理举措。

15点30分，大会集中交流。首先，严美副校长以“以梦为马，乘风破浪；智慧耕耘，再创辉煌”为题，分析了2020届初三毕业班管理的得与失，总结了本届初三教育教学工作成功的保障、前提、根本、关键；然后，周华伟副校长代表2021届初三年级组，以“初心在方寸，咫尺在匠心”为题，解读了教育中的“工匠精神”，鼓励大家要“激情教育”；接着，初三级部主任顾育、班主任代表盛丽娜、教师代表姚莹分别发言：大力弘扬“千锤百炼 追求卓越”学校精神，确保明年中考再创辉煌，再创佳绩。

在此基础上，校长蔡剑波代表学校作了题为《众里寻他千百度 蓦然回首 那人却在灯火阑珊处》的工作报告，报告借用王国维《人间词话》中比喻古今之成大事业者必经的三重境界的三句话“昨夜西风凋碧树”“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴”“众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处”，高度回顾了从办学初期到2020年中考成绩放榜那天的点点滴滴，并为2021届初三教育教学工作提出了三点建议：（1）管理团队要做到凝心聚力、深入研究。以人为本；（2）班主任团队要做到精细管理、激励为主、整体进步；（3）学科团队要做到精神饱满、力争一流、服务全局。

本次初三教育教学工作研讨会，突出了凝心聚力的重要性、坚定信念的必要性、不懈努力的实用性、有效策略的关键性和兴致昂扬的迫切性，必将也必然对新一届的初三教育教学起到十分重要的指导作用。我们坚信，“高品位、有特色、现代化、国内一流的中华名校”宏伟愿景必将成为美好的现实！

中天实验五位优秀教师荣获常州高新区荣誉称号

9月6日下午，常州市国家高新区（新北区）庆祝第36个教师节主题活动在新桥高中报告厅隆重举行。常州市中天实验学校马传宝、张瑜、张敬、王教波、沈什五位老师荣获新北区优秀教师称号。马传宝老师，中小学一级教师。再苦再累，无怨无悔，披星戴月，只为灌溉希望的田野。二十多年来，他从未变过，一直默默陪伴，默默守护，他的孩子们，都能记得那一句“马到成功”。他怀着一颗感恩的心在平凡的岗位上，演绎着人生的精彩。

张瑜老师，中小学一级教师，新北区班主任论文二等奖获得者，2019-2020学年度所带班级被评为“常州市优秀班集体”，辅导的作品《自制杠杆》在常州市第五届中小学创新大赛中被评为二等奖。作为一名教育工作者，他从不懈怠，立足实际，认真教学，创新教育，在学校这片土地上勤奋耕耘，积极探索，奉献他无悔的青春。

王教波老师，中小学一级教师，2015年获新北区数学青年教师说课比赛一等奖、新北区数学青年教师评优课二等奖，2018年获新北区第七届骏马杯三等奖，2017——2019年连续获学校优秀班主任称号。在十余年的教育教学中，他无怨无悔地倾注热情，挥洒汗水，引领学生攀登知识的高峰，收获快乐，收获硕果。

沈什老师，中小学二级教师，获新北区教学基本功二等奖、江苏省初中数学实验创新设计方案二等奖，多篇论文发表或获奖。他醉心教育，用汗水谱写人生多彩的华章。在教育的天地里，他默默守望，期待着破茧成蝶的美丽。他怀着一颗感恩的心在平凡的岗位上，演绎着人生的精彩。

新竹高于旧竹枝，全凭老干为扶持。正是有了这些无私奉献的教师，才有了中天实验学校无数优秀的学生！

小学部“厉行勤俭节约 反对铺张浪费” 食育系列活动

食育是对健康、文明、科学的良好饮食行为习惯的培养教育，是影响人一生的重要的素质教育组成部分。常州市中天实验学校小学部管理团队积极开展与食育内容紧密相关的课程，在参与中引导孩子们树立正确饮食观念，了解我国的饮食文化，从而激发孩子们的创造性，培养爱惜粮食、勤俭节约的良好品质。

白露节气 话秋收

通过以白露节气为主题的食育晨会活动，孩子们加深了对白露节气的认识和了解，感受到了节气变化之美，时节气候之妙。让节气知识融入食育课程中，可以激发孩子们探究民俗文化的兴趣，让他们感受到民族传统文化的博大精深而成为传统文化的守护者和传承者。

就餐训练 文明有序

小学部利用班会课对孩子们进行了食堂用餐常规训练。孩子们知道了每一粒米的来之不易，了解了农民伯伯耕种的辛苦劳作以及节约粮食的重要性。爱惜粮食、节约饭菜的种子在孩子们的心田里深深扎根。

光盘行动 你我同行

一粒米，凝结着农民伯伯的辛苦，一叶菜，浸润着庄稼人的血汗，餐桌上的汤一饭都得来之不易。通过食育晨会课，孩子们人人都争做光盘小天使，把节约粮食、文明用餐融入到了日常生活中，把节俭理念变成自觉行动。

创意美术 “艺”行节约

孩子们用稚嫩的笔触描绘出他们心中的“节约粮食”。一幅幅主题突出、生动有趣、健康向上的艺术作品，展现出了孩子们对于勤俭节约传统美德的理解。通过创意美术活动，孩子们更能体会到农民伯伯用汗水换来的盘中食物来之不易，纷纷表示会倍加珍惜，不再浪费。

古语云：一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。相信孩子们会从现在做起，从点滴做起，让节约粮食内化为自觉，成为习惯，争做节约粮食的传播者、实践者和示范者，共同为建设文明、和谐、环保的社会环境做出应有的贡献。



2020届优秀毕业生经验分享

物理篇

初中的物理学习，并不是太难的，若是掌握了一些基本的方法，也许一点也不难。这是为什么呢？还是举例来说吧。

1.多问多悟，去盲点

刚刚接触光学、电学，有些同学或许会被折磨得焦头烂额。不过，我要告诉你的是“不要慌张。”理由有两点：

一是主动向老师和同学请教，修正自己的模糊、易出错之处。二是物理教学相对结束新课教学的时间比较早，老师会带着大家逐一扫除难点和易错点。



马天翔 总分667分 物理满分

作业需要速度，但不可过分。因为追求高速度，缺乏深度思考，一些新背景的题目便会把自己打得措手不及。事实上，需要耐心地读题，灵活地联系考点和实际，一切物理题都能迎刃而解了，至少对于初中的物理题是这样。

学长寄语：学习物理的方法，老师都会在课堂上具体讲解，我所说的不过是一些常见的问题，希望学弟学妹们都能勤奋好学，学好物理和所有学科。

专注篇

在中天的三年里，我收获最大的就是专心学习，这也成为我在中考中取胜的关键一招。现与大家分享我的方法，希望与大家共勉。

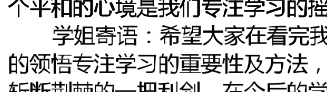
在专心学习中，我思绪集中，逻辑清晰，往往思考问题也会事半功倍。同时，专心学习可以让我汲取更多的知识和信息，不落掉老师在课堂上讲的每一个细小的知识点。

课堂是我们获取学问第一手资料的途径，所以课堂上的专注学习尤为重要。当上课铃响起时，便提醒自己，集中注意力，跟着老师的思路。关注黑板书本或是大屏幕上的PPT。此时窗外的风吹草动，人声入耳，都与自己没有任何关系。如果害怕自己会做小动作，可以试着右手紧握住一支笔，在听课的同时不断的暗示自己，集中注意。

在课后复习或是做练习题时，也需要专注。养成在开始学习任务之前，列一张学习清单的好习惯。清晰的学习计划可以让我们更好地管理时间，集中注意。其次，找一个安静的环境也是十分必要的。安静的环境更有利于我们集中注意，思考问题。在进入书房之前将手机，平板，随身听等一切可能会影响自己学习的东西，都留在房间之外。书房关上门窗，留给自己一个专注学习的好环境。请不要相信，一边听歌一边写作业可以提升学习效率；或者自欺欺人的告诉自己，自己只是听听声音，并不会看电视画面。要知道专注学习知识应该是全身心的投入，任何杂音都可能成为我们顺畅思考的绊脚石。

如果觉得自己心浮气躁，看不进去题，可以适当的放下笔，在书房内转一会儿，看看窗外的花草树木。一个平和的心境是我们专注学习的摇篮。

学姐寄语：希望大家在看完我的分享之后，真正的领悟专注学习的重要性及方法，获得在学习道路上斩断荆棘的一把利剑，在今后的学习中取得更大的进步。



应慧洁 总分662分

政史篇

政史，是一门讲究平时功夫的学科，就像一座大厦，需要一砖一瓦耐心地砌成。

1.政史学习在平时必须注重记忆

初中三年两门课共十二本书，每本书章节内容及联系一定得清楚。牢固的基础知识是学好政史的关键所在，若是对书本的知识不熟，极有可能在考试中手忙脚乱，焦头烂额，以至于想不出或想不全考点，白白失了分数。

当然，并不是整本书一字不落地完成，而是要选择性地背重点，比如重要性（地位）和看似绝对但实则正确的话，创新的重要性，科教兴国，人才强国，创新驱动发展战略等基本国策，以及历史大事发生的时间、地点和几个事件的关联。只有把这些重中之重考点背熟、记熟，才能算是有拿下政史高分的保障。

2.构建思维导图知识框架

构建思维导图知识框架的方法是非常实用有效的。思维导图可以帮助我们已学的知识点进行有规律地分类整理，而这个梳理知识的过程也能有效帮助我们加深记忆，便于我们在考场中更加灵活准确地运用。

3.确保选择题高效地完成

要想政史拿高分，就必须确保选择题高效地完成。一来要快，二来要准。我们要通过平时反复不断地练习来提升自己的解题水平。所谓“见多识广”，在日复一日地练手刷题中，我们的解题敏感度，速度，准确度以及对专有名词和事件发生的反应能力都将大幅提高，帮助我们练就一双“火眼金睛”，“快，准，狠”地解决选择题，将对问题和材料细致的“分解剖析”能力运用到材料题中，在考试中拔得头筹。

学长寄语：除此之外，随身携带一个小本本，记录琐碎的知识点，易错的题型，模糊的观点等，将其作为自己专用的“宝典”，也是非常有效的。每周或每天一次整理，若能坚持便大有所获。



冯裕 总分660分



余银爽老师：新获江苏省评优课一等奖

8月24日，第四届江苏省乡村骨干教师培育站评优课比赛落下帷幕，常州市中天实验学校的余银爽老师斩获获评优质比赛一等奖。

年轻奋进的教坛新秀

余银爽老师是一位年轻奋进的教坛新秀。2018年加入中天实验学校以来，余老师孜孜以求，勤奋教学，并取得了优异的业绩。2019年获得新北区初中语文教师基本功竞赛一等奖，2020年获得常州市初中语文教师基本功竞赛二等奖，2020年获得“童谣里的中国”优秀指导老师奖；2019年11月，代表常州市初中语文乡村教师培育站赴洋思中学执教公开课《饮酒》。

精益求精的研究精神

在获知将要参加省评优课比赛的消息后，余银爽老师广泛地查阅资料，与同事多次交流，即便是在短暂的特殊暑假，也没有停止磨课的脚步。这次乡村骨干教师培育站优质课比赛，采用现场抽题、限两小时备课、二十五分钟无生讲课的比赛模式，无疑是对教师专业能力与基本功的巨大挑战。为此，她像只老牛般将手中的资料一遍遍反刍：最先是好几本书，然后成了两本笔记本，之后成了几页框架梳理，最后成为了大脑中大化无形的思想与理念。看到课题的瞬间，她没有一丝的紧张，所有关于古诗文的备课经验都在脑海中翻涌，数个精彩绝伦的教学设计在心中闪光。最终，她凭借《桃花源记》一课，赢得了专家和同行的充分认可和高度评价。

团结协作的优秀团队

语文教研组，共有22位教师，师资力量浓厚，教学水平高超，教学成绩优秀，教研成果突出，是一个洋溢着青春活力、弘扬中华优秀传统文化的智慧型教研组，曾被评为常州市中小学第六届优秀教研组。齐心协力，全力以赴，是他们走向成功的基石。每一任教研组长都能认真做好组织协调工作，从教材研读、备课上课、习题编制、课题研究等方面，带领全组老师全身心地投入，全过程指导，全员性参与，从而把教研组打造成一个人心齐、干劲足、善教学、乐研究、勇创新的坚强团体。余银爽老师生活在如此优秀的团队之中，为她成功营造了良好的外部条件。



中天实验学校举行新教师培训活动

8月17日，常州市中天实验学校在行政楼五楼会议室举行2020年新教师培训活动，校长蔡剑波、校长助理兼学生生活处主任蒋小春、行政处主任史明正、教科室主任徐娜、学生处副主任朱丽娜、教务处副主任叶萍以及7名新教师参加了本次活动。

两天时间里，史主任带领全体新教师了解了学校历史、学校文化、学校荣誉、学校行政班子及职能，并就师德师风对大家提出了具体要求；蒋助理以“学生后勤管理育人价值”为题作微型讲座，介绍了学校学生后勤工作，以及这些后勤工作背后的育人之道；朱主任以班主任日常工作话题，从选择担任班主任的理由、班主任的职责、班主任能力提升等方面，让各位新教师对班主任工作有了新的认识；叶主任的《浅谈如何上好课》微型讲座，从新教师的困惑说起，具体讲解了认真备课、认真上课、认真辅导、认真考试五个方面，帮助新教师们快速进入教师角色。

活动结束后，参与培训的新教师纷纷表示受益匪浅，通过这次培训，他们迅速适应了学校环境，也对课堂的把控、学生的情况有了更进一步的认识，学习到了很多在学校学不到的知识，他们衷心地期待这样的培训活动能多举办。



同题异构风格各异 读写共生殊途同归

9月24日下午，常州市初中语文同题异构教学观摩暨第五届江苏省常州市初中语文乡村骨干教师培育站活动，在常州市中天实验学校如期举行。培育站学员张华、余银爽老师风格迥异的研究课《美丽的颜色》，为本次活动涂上了浓墨重彩的“美丽颜色”，赢得了同行们的充分认可。

《美丽的颜色》一文来自部编语文教材八年级上册第二单元，在教学过程中，必须紧扣单元把握两个教学重点：一是突出传记特点，二是体现自读课文特质。唯有此，课堂教学的目标性才能得道真正落实。张、余两位老师深谙其道，均能很智慧地达成了这两个目标。

张华老师的教学呈纵向深入式结构。首先，从文章标题入手，解读“美丽的颜色”之内涵，借助学生自读并批注，归纳出居里夫人这一经典人物形象。紧接着，张老师扣住引用的写法，从文中的引文出发，让学生设置问题，并用批注的方式拟写答案，而后进行同题交流和两人一组的公开展示。最后，张老师从小结文章内容和传记写法的基础上，以荣获“人民英雄”称号的陈薇院士之颁奖词为例，让学生为居里夫人写了一则颁奖词式的小传。

余银爽老师的教学呈双线并行式结构。开篇，学生自读单元元写作指导短文《学写传记》，将写传记的方法转换为阅读传记的策略，进而引导学生关注“阅读提示”，发现其异曲同工之处。其次，围绕“把握事件、品读人物、写作方法”的阅读传记之法指导学生自读课文：像传记事件，“阅读提示”已高度概括，则将其读厚读神——演绎为一个特别的镜头；像人物品质，“阅读提示”已——提炼，则将其还原于镜头和事件之中，借助批注法深层次咀嚼和品析；像写作方法“引用”，“阅读提示”已进行总结，则将其分门别类——先是将引用传主之语与人物语言加以区别，进而逐一揣摩它们在特定文本之中的价值和作用。其三，让学生仿照诺贝尔奖获得者屠呦呦女士的人物小传，依据文本内容为居里夫人写一个人物小传。

培育站主持人仇定荣老师认为，通过这两堂别具风格的阅读教学，我们还发现了一个高度相同的教学特点，那就是“读写共生”。因为，这恰好是第五届常州市初中语文乡村骨干教师培育站和名教师工作室的研究主题，也是常州市中天实验学校语文学科的一大亮点。就这两堂课而言，“读写共生”主要体现在三个方面：写是读的自然延伸，有“羚羊挂角，无迹可求”的境界；写是读的必然结果，唯如此，自读课的“自读”效果才能凸显出来；写是读的物化成果，必这样，传记的阅读方能与传记的写作融为一体。

常州教科院张春院长在点评时如是道：“两位老师年龄、上课风格都有差异，但是两种不同风格的教学都带给了我们耳目一新之感。两位老师都扣住了本文作为自读课文和传记的要旨，让学生在不断深入的阅读中，在调动文字的写作中，实现了与文本、与生命的对话。有人说，一个语文教师最大的成功在于让孩子们喜欢语文、敬畏思想、尊重书籍，真心爱上文字，爱上阅读，从这两堂课来看，孩子们的精彩发言和生花妙笔，无疑是对他们的语文教师最大的肯定！”



中天实验学校班主任安全工作会议

9月28日中午，常州市中天实验学校在阶梯会议室召开班主任安全工作会议，副校长严美主持召开了本次会议。

严校长以“以生为本，安全为先”为题，要求班主任从六个方面加强师生安全意识：第一，抓好常规，时刻提醒安全，学生在校期间所有时间段，班主任都要加强管理；第二，协同家长，合力齐抓安全，班主任要关注学生的家庭情况，讲究沟通方法；第三，规范教学，不触碰高压线，班主任和任课教师不得体罚和变相体罚学生，不收受礼品钱财，做有师德的教师；第四，国庆在即，疫情防控要求要严格落落实，水电、食品、交通、网络等安全要重视；第五，体育健康节，确保安全，有序组织国庆后的体育健康节，运动员要做好准备工作，观众观赛要文明，激发同学们的拼搏精神，培养学生的班级凝聚力；第六，安全教育常抓不懈，落到实处，利用班会会有计划地进行各方面的安全教育，各班安全委员要有意识地关注安全隐患。

安全问题不容忽视，常州市中天实验学校一贯把保障学生健康和安全教育作为学校重要任务之一，坚持对全体师生进行安全教育，长期把安全教育作为文化教育的补充，让学生们学好知识的同时保护自己的生命财产安全。



中天实验举行师徒结对仪式暨和合教师团队研讨活动

9月18日、25日，常州市中天实验学校小学部、初中部分别举行师徒结对仪式暨和合教师团队研讨活动。

小学部由韦副校长宣读师徒结对名单，并为师傅们颁发聘书。林校长则用自己的成长经历勉励大家，要想成为一名成功的教师，必须坚持学习，不断反思，才能厚积薄发。他鼓励徒弟们要坚持做到“三个一”：每天看一小时书，每周写一篇小文章，每月写一篇大文章，从实践中不断获取真知。

初中部的青蓝工程由顾青主任主持。宋枚娜老师代表徒弟发言，拜师学艺，就是要继承和发扬师傅爱岗敬业、无私奉献的精神，学习他们教书育人、严谨治学的教风；贾俊峰老师代表师傅表态，一定为新教师的快速成长尽心尽力，与他们一起努力，一起探索，一起提高。工会主席仇定荣老师则用“三教一道”概括了师徒结对的核心内容，“教”，即教育、教学、教科研；“道”，即传道、授业、解惑。

青蓝工程不只是一种仪式，更是一种承诺，一份沉甸甸的责任，师徒双方唯有珍惜这个难得的学习机会，认真实践地做好分内之事，才能收获“教学相长共同提高”的硕果。



中天实验多位教师获常州市“银杏”教育发展基金会奖项

9月10日下午，“最美银杏杏 最美教育情”新北区奔牛镇庆祝第36个教师节暨常州市“银杏”教育发展基金会成立及颁奖大会在江苏省奔牛高级中学报告厅举行，中天实验全体教师参加了本次大会。

本次颁奖大会，主要表彰了“三名”工程奖获得者、“银杏”优秀师生奖、“集体创优奖”和“突出贡献奖”四个奖项。中天实验学校获两项集体创优奖，33位教师获名优教师或名优班主任奖项，12位教师获优秀教师奖项。中天钢铁集团有限公司获突出贡献奖项。

常州市中天实验学校自2007年建校以来，一直践行“百炼成钢”校训，弘扬“千锤百炼，追求卓越”学校精神，坚持“善待每一位学生，相信每一位学生，让每一位学生都走向成功”办学理念，获得了全国篮球特色学校、江苏省平安校园、江苏省园林式单位、江苏省教学成果奖、江苏省中小学课程基地单位等称号。经过本次颁奖大会，中天实验全体教师必定会继续努力，刻苦钻研，为建设“高品位、有特色、现代化、国内一流的中华名校”而奋斗。



培养身心健康
善于学习
可持续发展的
高素质人才

中天实验学校举行班干部及安全委员培训会议

为进一步提升学生干部的管理水平，新学期伊始，常州市中天实验学校分年级召开2020-2021学年度第一学期班干部及安全委员培训会议。

七年级参会的是13名学生会干事，学生处主任江春强强调了学生会工作的基本任务，明确了干事们各自的职责；同时，鼓励大家要主动参与到学校管理工作之中。在八九年级会议上，学生处副主任耿辉老师列举了过去一年所取得的成绩，简明扼要地提高了新学期的工作重点；江春强主任泽希望大家做到“三能”，坐下来能写、站起来能说、走出去能干。

在培育中成长，在耕耘中收获。通过培训，班干部的主人翁意识得到了加强，管理水平得到了提高。我们坚信，新学期的学生干部管理工作，必将走上新台阶，收获新丰收。



瞧，萌娃驾到！——记常州市中天实验学校小学部开学典礼

新的学期，开启新的希望，承载新的梦想。2020年9月1日上午，常州市中天实验学校小学部全体师生欢聚在校园里，迎来了新学期的开学典礼。

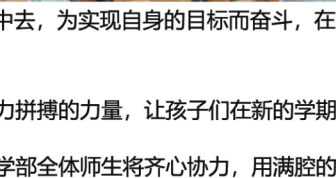
今天的校园处处洋溢着新学期的喜悦，彰显着新征程的生机。老师们穿着整齐的校服，用微笑面对每一个“生命中的天使”。瞧，我们中天的萌娃们已经做好了准备，集中在班级，面向国旗肃立。国旗在国歌声中缓缓升起，嘹亮的歌声响彻校园……

七彩夏日“暑”我成长
生活即教育，社会即学校。萌娃们在假期里开展了丰富多彩的暑期实践活动。他们用心去感悟；用笔去描绘；用行动去实践，既锻炼了能力，又收获了快乐。相信孩子们定会在成长的旅途中遇见最好的自己，信心满满地去迎接他们新学期的学习生活。

我是“综合实践小达人”
每一个生命都值得尊重，每一次成长都值得喝彩。在观看了中天娃的暑期实践活动微视频后，韦校长宣布表彰决定，为萌娃们的成长喝彩，为闪亮的生命颁奖。

新学期 新展望
林校长的典礼致辞更是言辞恳切。他希望，在新学期，每一位老师和萌娃都能站在新的起跑线上认真审视自己，以满腔的热情投入到工作与学习中去，为实现自身的目标而奋斗，在中天实验学校小学部这个奋进的大家庭里开启自己的幸福人生。

学生发言 注入力量
目标如灯塔，是我们前进和努力的方向。学生代表的发言给大家注入了努力拼搏的力量，让孩子们在新的学期里有了自己的奋斗目标。
新学期，新梦想，有梦是幸福的，追梦是快乐的。常州市中天实验学校小学部全体师生将齐心协力，用满腔的热情、饱满的精神和坚定的信心去迎接新的学期、新的挑战！



雄鹰飞翔的高度 取决于他向往的高度

2020年9月9日下午，常州市中天实验学校八年级召开“雄鹰飞翔的高度，取决于他向往的高度”为主题的学生会议。

会议由八年级级部主任、学生处副主任朱丽娜老师主持。朱主任根据学生学习现状和八年级工作要求，向全体学生提出了三方面要求：第一，目标明确。每一位学生不仅要有长期目标的引领，更要有切合实际、适度超越的短期目标加以匹配。第二，固强补弱。要通过平时上课勤举手、常发言、专心听讲、认真笔记等方法提高课堂效率；要有效利用错题，提升作业质量，提高学业成绩。第三，合作共赢。要学会与同学合作，形成学习小组，自觉、主动地开展探究性学习；要学会与老师合作，一起探讨题目、解题方法，与老师成为好朋友。

八年级分管副校长仇定荣老师则告诫同学们，遵守校规校纪、具有优秀的行为习惯，这是中天学生的基本素质；专注勤奋，高度自主，成绩优异，朝着更远更具挑战性的目标迈进，斩获皇冠上的明珠，乃是中天学生的核心素养。

新学期，新目标，新气象，八年级学生必将以本次会议精神为动力，朝着更高的目标奋进，取得更喜人的佳绩。



未来我是谁——小学部开展德育讲堂活动

未来，就是在追求一个梦，这个梦是永恒的付出与信仰。只有追求梦想，努力奋进，生活才会更精彩、更绚丽、更和谐。为了让中天娃正确地认识自己，9月2日，常州市中天实验学校小学部开展了以“未来我是谁”为主题的德育讲堂活动。

在班主任的组织下，中天娃认真观看了德育讲堂小视频。中天娃通过视频知道了不同的环境、不同的行为会让他们的角色发生不同的转变。

拥有这么多的角色，中天娃不禁开始思考，未来会是什么样的呢？

中天娃畅所欲言，有人说要做哥哥、姐姐；有人说要做警察、医生……不论是年龄的增长还是称呼的改变，他们都已经给自己描绘了未来的蓝图。

未来，虽然不知道有多远，但绝不能放弃对它的信仰。相信通过本次的德育讲堂，中天娃一定会行动起来，用今天的努力去期待明天，去拥抱未来！



常州市中天实验学校隆重举行第14届体育健康节暨秋季田径运动会

10月9日，常州市中天实验学校第14届体育健康节暨秋季运动会，在全体师生的热烈期盼中准时到来，一项项有趣的体育赛事火力来袭，点燃了在场所有人的运动激情。

9时整，在雄壮的《运动员进行曲》中，运动会开幕式正式开始。国旗队、校旗队步履铿锵，彩旗队英姿飒爽，鲜花队多姿多彩，他们率先经过主席台，整齐有力的步伐，充分展示了中天人昂扬向上的精神面貌。

紧随其后的是各具特色的班级方阵，小学部4个班级，初中部39个班级，精心准备，各显神通。小学部，中天萌娃在吉祥物皮卡丘的带领下，跳起活泼可爱的舞蹈，天真稚气的样子让所有人都会心一笑。初中部，有的班级穿着富有个性的班服，挥舞着旗帜或者花朵；有的班级放飞五颜六色的气球和彩烟；有的班级穿汉服，行汉礼，感悟我国深厚的文化底蕴；有的班级拉着长长的横幅，摆出独特的造型；还有的班级用卡通玩偶造型、舞龙舞狮展现他们的青春活力……每个班级都倾尽全力将自己最佳的创意、最好的精神面貌展现在全校师生面前，充分体现了同学们敢于创新，勇于表现的精神气质。

接着，副校长严美致开幕词，体育是力量的角逐，是智慧的较量，希望所有运动员精神饱满，斗志昂扬，安全参赛，文明参赛，规范参赛；要求全体裁判员、工作人员忠于职守，树立安全第一意识、热情服务意识、严守规则意识，希望全校师生都能投入到体育运动中去。

而后，裁判员代表贾骏、运动员代表祁佳乐分别宣誓，决心将此次运动会办成最公平、最精彩的运动会。

最后，严校长带着鼓励的微笑，宣布第14届体育健康节暨运动会正式开幕。本次运动会为期两天，小学部比赛项目主要有集体项目技能大比拼、摸石过河和个人项目一分钟跳绳、平板支撑，初中部比赛项目主要有跳高、跳远、实心球和100米、200米、400米、800米、1500米、4*100米接力赛等。

小学部162名中天娃全员参加了本次运动会。瞧，技能大比拼的赛场上，小运动员们屏住呼吸，一个接一个，翻滚、爬行、滚铁环、袋鼠跳，每一次的奋力跃起、每一次的瞬时接力，都将小运动员们的心紧紧地连在一起；看，摸石过河的赛场上，小运动员们八仙过海，各显神通。每组小运动员们对方分为两批，一半在起点，一半在终点，拿着“篮子”，瞄准目标“石头”，快速敏捷地“过河”，到达终点后，队友立即接应“篮子”，并以同样的方式回到起点，最先完成的队伍获胜；听，个人项目的赛场上，小运动员们一次次挑战成功，一次次喝彩欢呼，将操场变成运动的海洋。班主任和小伙伴们也纷纷用自己的方式鼓励着小运动员们，加油声此起彼伏，不论谁赢得了胜利，都会迎来大家的加油呐喊。运动在继续，精彩不停止！

初中部共有1060名运动员参赛，操场成了同学们展示自我的舞台。跑道上，一个如矫兔般飞离起点，像利箭般冲向终点；沙坑上，一个奋力向前，向远，跳高，一个个尽力向高，向上……不论是否获奖，他们都发挥了不屈不挠、顽强拼搏的体育精神，他们是运动场上的英雄，是中天实验的骄子，值得收获观众的赞美和鼓励。除了运动员们的个人秀，集体项目也是大家津津乐道的地方。单脚火车跳、接力赛、钻呼啦圈，这些项目考验的不是某个人的才能，而是团队的配合，更能体现出班级的凝聚力。应学生邀请，老师们也参与到比赛中来，锻炼了身体的同时，也让在场的同学们看到了老师不一样的一面，大大拉近了师生之间的距离。

这次运动会，展现了学生的才华，增强了学生的体质，增进了学生之间的友谊，磨练了学生的意志，加强了班级的凝聚力，丰富了校园文化生活，更好的体现了“我运动，我学习，我快乐”的宗旨，展现了中天人的拼搏精神、昂扬斗志和崭新风貌。

