



衔接教育简报

常州市中天实验学校主办

2026 年 8 月 25 日 第五期

百炼成钢，风采绽放

——2026 级初一新生小初衔接教育第五天

8 月 25 日，小初衔接教育迎来收官之日。数日磨砺，汗水浇灌成长，少年褪去懵懂青涩，以昂扬姿态迎接成果展演，把训练中的坚持与蜕变尽数展现。

赛场竞技，尽显少年锐气

连日挥洒的汗水，在此刻凝结成亮眼的成长答卷。跑操、室内操、广播体操比赛火热开展。



随着号令响起，同学们精神抖擞、身姿挺拔，步伐整齐铿锵，动作舒展规范。响亮的口号回荡校园，每一次抬手落脚，都藏着几日训练的坚持与蜕变，充分展现中天学子昂扬向上的精神风貌。

获奖情况					
特等奖					
广播体操	七（12）	七（1）	七（17）		
跑操	七（12）	七（1）	七（4）		
室内操	七（12）	七（8）	七（1）		
一等奖					
广播体操	七（2）	七（8）	七（5）	七（7）	
跑操	七（10）	七（8）	七（9）	七（14）	
室内操	七（4）	七（5）	七（17）	七（9）	
二等奖					
广播体操	七（4）	七（9）	七（11）	七（14）	七（3）
跑操	七（17）	七（5）	七（3）	七（16）	七（15）
室内操	七（11）	七（3）	七（13）	七（6）	七（14）
三等奖					
广播体操	七（10）	七（13）	七（15）	七（16）	七（6）
跑操	七（6）	七（13）	七（2）	七（7）	七（11）
室内操	七（10）	七（15）	七（7）	七（16）	七（2）

五天衔接，是磨砺，更是起点。训练淬炼的不只是形体姿态，更是自律、团结与迎难而上的少年品格。展演虽落幕，但成长永不停歇。愿同学们带着此次衔接教育收获的力量，乘风破浪，向着璀璨的初中新旅程勇敢出发。

教师寄语



亲爱的同学们，告别懵懂稚趣的小学时光，我们正式踏上初中崭新征程。中天的三年，不必急于追赶别人的脚步，每个人都有专属的成长节奏。真正的优秀，从不是完美无瑕，而是始终向阳向上。希望你们学会接纳自己、沉淀自己、成就自己，在学习中积累学识，在相处中修炼品行，在坚持中磨砺意志。

愿你们心中有爱、眼中有光，待人真诚坦荡，处事沉稳从容。认真对待每一堂课、每一次成长，不惧难题、不畏挫折，接纳不足、勇于突破。坚持运动锻炼，守护健康体魄；珍惜同窗缘分，学会包容互助，在温暖的班集体自在生长。



少年自有锋芒，平凡亦能发光。愿大家不负韶华、不负自己，一点点积攒力量，慢慢蜕变、静静绽放，最终活成独一无二、闪闪发光的少年模样。

——七（16）班 孔嘉黎

亲爱的同学们，欢迎加入中天实验学校七（17）班这个大家庭，开启初中崭新的人生旅程。作为本班的负责老师，由衷期待与各位少年携手同行，共赴这段美好的成长时光。凡是过往，皆为序章。站在新的起点，愿大家怀揣热忱与憧憬，调整好自身状态，尽快适应初中全新的环境与节奏，端正自



身言行，涵养良好品行，懂得自律自省、友善包容，学会尊重师长、团结同伴。

成长从不是一蹴而就，点滴自律方能行稳致远。希望各位在本次活动中，树立规则意识，锤炼坚毅品格，摆正心态，积蓄力量，做好迎接初中生活的准备。前路漫漫，亦有荣光。我将做好陪伴与引导，与大家并肩同行。愿少年们心怀热爱，向阳生长，以昂扬饱满的姿态奔赴新征程，在十七班这个温暖的集体中砥砺前行，收获成长，遇见更好的自己。

——七（17）班 凌云



学生心语



小初衔接训练一天天过去，汗水洗去我们身上的稚气，也让我读懂了集体的力量。宣誓比赛中，我全身心投入，努力让自己的声音汇入集体，与全班步调一致。耳边阵阵呐喊，让我胸中热血沸腾。这早已不止一场比赛，更是我们少年许下的庄严承诺。“少年砺锋芒，百炼成钢志。”我在心底暗暗立志，要把这份昂扬的斗志，延续到往后三年的初中生活之中。

——七（1）班 何安妮



就在频频感叹天气可真热时，我突然想到了那些在外拼搏的工人们，我们有时间休息，在树荫下操练，而他们却穿着早已湿透的工作服，顶着大太阳工作，比我们更累更辛苦；还有为我们送水的食堂师傅们，辛劳为我们做完饭还拉着桶从食堂拉到每一个班级；以及与我们一起在大热天练习的老师们，他们与我们一起演练，毫无怨言，好似不在乎那火辣的阳光。



当我发现我的身边全在努力时，我又有什么理由偷懒不好好练呢？我可不能辜负了大家的努力，也要向明天的战斗而勤奋。

——七（2）班 周子焕

我们就像小树苗长成大树一样，从一开始的懵懂到现在的熟练，每一步都离不开老师的指导。秋天的果实是成熟的，我们也应该像果实一样天天都有新的成长。



蝉鸣启新程，砺行赴新篇，我们正在最重要的成长阶段。同学们用力量诠释了团结的重要性，用汗水诠释了每一步的努力；用进步诠释了每天的成长。



——七（3）班 伏悦童

前面的班级都用最洪亮的声音以及好成绩来为班争光。到我们班的时候，我放平心态用超常的声音比完了此次的比赛，出我意料的是在发奖前还有一位老师为我们歌唱《海屿你》。我们兴奋地向他挥手，他的歌声非常优美，甚至能响破云霄。

——七（4）班 吴嘉芮

阳光如千万支金色利箭，不断射向大地，我们在碧绿的操场上整齐划一地喊着口号：“一，一，一二一！”天蓝色的衣服在操场上一丝不苟地向前摇动。

洁白的云朵在湛蓝的天空里向前飘动，映下的阴影不时掠过操场，带来一阵清凉。我们伴着音乐，整齐一致地做着广播操。相比前几天，我认为我们已经有了显著提升。



——七（5）班 薛屹宸



亲爱的爸爸妈妈，我知道你们会惦记我吃不吃得饱，会不会太累……不过请你们放心，老师很关心我们，同学们也非常友善。大家相处得很好，我在学校过得很充实！最后，我想说：褪去以前的稚嫩，我会变得更加懂事，不再让你们操心。祝身体健康，万事顺心！

——七（6）班 侯莹莹

头顶上的太阳偶尔会被云给挡住，一群充满活力的少年少女在阳光下挥洒汗水。一只黑黄色的蜻蜓飞了过来。它飞得很低，轻薄的翅膀微微扇动着。同学们都避开了，并不想与一只蜻蜓多有接触，我也往后靠了靠。但它仿佛认定了我似的，向我的脸冲了过来——它竟然停在了我的鼻子上！我把头摇来摇去，可它就是不肯下来。幸好有一名男同学把它拿了下来，我才喘了口气。



——七（7）班 吕昕



四天的光阴渐渐从我们手中溜去，像一滴滴水掉落在大海里。这几天，我们一起训练、团结协作，给接下来的初中生活开了一个好头。明天小初衔接就要结束，但是这段时间发生的事，我会永远记在脑海里。

——七（8）班 袁潇然

今天大家都进步了很多。是操场上整齐划一的广播操，是跑道上脚步整齐的跑操，是礼堂中庄严洪亮的宣誓，是教室外迅速排好的列队，是食堂中安静有序的分饭。这些进步从来都不是平白造成的，是同学们这些天坚持不懈的努力换来的，相信经过接下来的训练，大家还能取得更好的进步与收获。



——七（9）班 吴亦然

下午，我们进行了庄严的宣誓比赛。少年砺锋芒，百炼成钢志。我们站在舞台上，台下人山人海。宣誓开始，我们的声音嘹亮有力，富有节奏，我们的队伍整齐有序。大家微微仰头，目光如炬，宣誓手势整齐划一。功夫不负有心人，我们获得特等奖第二名。这是所有人共同努力的结果，也要感谢我们的领宣员叶知秋。誓言落地，知行合一，希望我们带着这份力量奔赴美好，奔赴新征程。

——七（10）班 汪希瑶



宣誓比赛更是激动人心。站在舞台上，大家精神抖擞、容光焕发，齐声宣誓。尽管我十分紧张，双腿微微发颤，但我没有退缩。当主持人在台上宣布获奖名单时，我的心怦怦直跳。三等奖……没有；二等奖……也没有；一等奖……还是没有；特等奖，七（10）班！我们不由自主地欢呼雀跃。收获美好的结果不是重点，在过程中收获成长才是走向成功的秘诀。在日后，我会继续努力，再创佳绩，走向辉煌！

——七（10）班 林畅



我们一个个排好站在台上，内心难免会有一些紧张。领宣员领完了第一句，我们都齐声喊出了所有的句子。虽然中间一句有些人没有跟上，但是我们依旧以“二等奖”的成绩完成了这场宣誓比赛。

我们宣誓，是为明确来到中天这所初中的目标，我们每一个人都应该大声地宣出来，并牢牢地记住宣誓的内容。

——七（11）班 黄茂桐



余书航是我的第一个榜样。他勤奋好学，表现优良，真正做到了入室即静，入座即读。他遵规守纪，无论是从宿舍熄灯以后，还是排队或在教室，他从来都是安安静静，听从老师安排，从不吵闹。他还谦虚好学，遇到不会做的体操，他积极向同学请教，不会就学。在他身上我看见了专注、严以律己、勤奋好学、谦虚请教的品质，因此他是我的榜样，我要向他学习。



——七（12）班 胡尚骏

跑操时，她竭尽全身力气，高声喊着班级口号，嗓子都已经沙哑。别人在喝水休息时，她一人在旁边练习着口号，自己喊口号自己练习

踏步。有人劝她来休息，她却坚持再练习一会儿。持续不断的练习，锲而不舍的精神，让她成了我们动作最熟练的人。我向她请教动作和问题，她总是仔细教我，还贴心地问我是否学会。我有时学习多次还是不熟练，她不厌烦，耐心地教我，直到学会为止。她是我心目中的榜样，不仅教会我做操，更让我学到了坚持与耐心。



——七（12）班 杨韵茜



我们复习了广播体操和室内操，熟练了跑操；这操早已烂熟于心，但仍会有卡顿以及遗落，仍需复习。我们听了关于学习方法的讲座，语、数、英、政史的老师轮番上阵，开导并引导我们，“听君一席话，胜读十年书。”我大有收获，相信在未来的学习过程中，这些内容一定对我大有帮助。

——七（13）班 朱思衡

我看着蓝天白云，天空湛蓝无比如同一块巨大的湛蓝画布，白云如同从童话书中走出来的，近处一朵朵标准无比，像一个模子里刻出来的一模一样，洁白无瑕，又像画布上的一个个色块点缀在纯蓝画布之中，连绵一片。



——七（14）班 谢均

太阳火辣辣地炙烤着大地，草木也仿佛无精打采地叫累。一边做操，脸上的汗珠还哗哗地往下流，整个人都被汗水浸湿。看着其他同学坚持的身影，我心中悄然冒出了个想法：别人还在努力，我凭什么轻易放弃，要有不抛弃不放弃的精神！这个信念在我心里悄悄生了根，也凭借着它带动我的意志力坚持了下去，而我也明白了坚持不懈的精神是多么的宝贵。



——七（15）班 蒋铭浩

如果说令我印象最深的，那就是宣誓比赛。作为全年级的第一位，内心十分紧，怀里像揣了一只小兔子。随着主持人的报幕完成，我们的誓词随之而起：“我们是中天……”的高喊振奋不已，好似那钱塘江的大潮，如千军万马之势震撼！虽然我们最终没能拔得头筹，但只要尽了最大的



努力，真正的赢家就是我们！

——七（16）班 饶一诺

校园里处处的文学气氛，把我瞬间拉入了另一个世界，那里如同一个仙境，无数知识从眼前闪过，根本想不到其它的东西。台阶上有一句话：“每天放松一点，一年只剩 3%的实力。”

令我恍然大悟，我们每天偷懒一点，日积月累后只会自食其果。水滴要滴成百上千年才能穿石，河流要流成百上千天才能成为大海的一份子；人外有人，天外有天；一时努力从山鸡变为孔雀还不够，因为那里到处都是孔雀，真正想脱颖而出只能一直坚持努力奋斗成为凤凰！



——七（17）班 张瑾源



荣耀时刻



8.24每日之星			
班级	学生姓名	学生姓名	学生姓名
七（1）	朱家骏	栾嘉玉	杜云梦
七（2）	黄子芸	顾毅诚	张诗琪
七（3）	张子硕	方羽溪	钱忻瞳
七（4）	陆浩航	洪 祺	姚峻烨
七（5）	张泽奕	顾翊扬	恽心怡
七（6）	蒋昊轩	孙艺瑄	毕思媛
七（7）	巢熙然	丁翊翎	朱梦瑶
七（8）	王玄钺	殷雨萱	王宗奕
七（9）	李沁研	赵昊轩	吴鑫融
七（10）	郑博轩	陈柯宇	李嘉美
七（11）	何佳林	季清远	何诗韵
七（12）	王宇涵	胡尚骏	须泽同
七（13）	韩舒悦	韩舒乐	耿沫涵
七（14）	赵新瑞	杨钰馨	汪 荟
七（15）	刘子墨	张幸泽	姜子轩
七（16）	饶一诺	张 弛	丁予斐
七（17）	徐一洲	王子晨	黄雨湫

8.25优秀宿舍		
男生宿舍	七（1）	501
	七（4）	404
	七（6）	305
	七（7）	211
	七（8）	505
	七（9）	507
	七（10）	511
	七（11）	512
	七（12）	213
	七（12）	214
女生宿舍	七（13）	414
	七（15）	410
	七（17）	306
	七（17）	308
	七（5）	311
女生宿舍	七（10）	204
	七（11）	201
	七（11）	202

温馨一刻



风轻轻托着云，操场上整齐的脚步声撞进蓝天里，连掠过耳边的风，都在陪着少年们把日子跑成甜甜的模样。



食堂的饭菜真是太棒了！



看我们！整齐划一！



五天的陪伴，悉心的照顾，谢谢你们，亲爱的老师！