



北京十二中 2016年第2期

十二中人 2016年第2期
总第32期
2016年6月25日出版

主 办: 北京市第十二中学
编 辑: 北京市第十二中学
 教育科研开发部
主 编: 李有毅
 郝文玲
编 委: 王自勇
 阮守华
 崔茂华
 苏京伟
 史卫东
 荆卫华
 司学娟
责任编辑: 王自勇
 戚光宇
 董 华
校 对: 董 华

目 录

卷首语

扬真善美 筑朗悦梦 李有毅(3)

校园聚焦

- 十二中教育集团新学期开学典礼 (5)
- 2015 届毕业生“情系母校”活动 (7)
- 勇求真 信崇善 力唯美 (7)
- 学生在全国信息学奥赛北京分区联赛获奖 (8)
- 高中学生关注的那些事 (9)
- 攀岩课程进校园 (10)
- 党员教师书屋义务劳动 (10)
- 庆祝“三八”国际妇女节 (11)
- 第四届电影节开幕 (13)
- 与航天专家探讨“月球探测创意” (13)
- 初三年级百日誓师大会 (14)
- 附小的“食味之旅” (15)
- 女排获“体育传统项目学校”排球赛二、三名 (15)
- 国家社科基金“十二五”规划课题举行开题报告会 (16)
- 附小建立气象科普教育基地 (18)
- 朗悦学校举行常态课展示活动 (18)
- 我校学生参加全国中学生模联大会 (19)
- 走进文学殿 堂共赏《红楼梦》 (20)
- 那昕怡同学获“北京市优秀共青团员”称号 (20)
- 学生志愿者在行动 (21)
- 走向真善美的新课程 (22)
- 小树伴我一起长高 (23)
- 让公益成为一种习惯 (23)
- 艺术节“唯美杯”师生书法作品展 (25)
- 高一学生西山踏春 (25)
- 国家级课题研究扎实有序推进 (26)
- 学生获健身街舞高中组一等奖 (27)



朗悦学校开展创新课展示活动	(27)
外教走进朗悦英语课堂	(28)
感受历史文化、探索现代科技	(28)
国际部暮春踏青	(29)
附小家长教师协会启动	(30)
国际部境外课程学习活动	(31)
我校学生参加国家少年队集训和全国投掷项目群赛	(32)
搭建与专家学者的互动平台	(32)
“创新杯”青年教师五四演讲比赛	(33)

教育视野

面对国际化教育要具备四类素质	(34)
普通高中各学科核心素养一览表	(36)
北京市中高考改革方案最主要内容与剖析	(44)

国旗飘扬

弘扬雷锋精神,为校园添彩	(48)
提升艺术品质,展示青春风采	(49)
树立民族自信,消除种族歧视	(50)
让公益成为一种习惯	(51)
抚今追昔 振兴中华	(52)

师生园地

读《与妻书》兼怀觉民先生杂想	(53)
与觉民书	(54)
国际部美国海外课程学习体验	(55)

他山采石

如何提升语文教师个人魅力	(60)
当 CAP 遇上 MOOC	(63)
慕课(MOOCAP)背景下生物教学的思考	(64)
MOOCAP 学习体会	(65)
大学先修课(CAP)第四期学习体会	(67)

供 稿： 研发部、宣传中心、学生部、教学部、国际部、办公室、信息中心、学生活动中心

封 面： 北京十二中境外社会实践教育活动江苏无锡分队

带着十二中真善美的学校文化扬帆起航

——李有毅校长在 2016 届高三毕业典礼上的讲话

又是一年桃李香，校园再奏毕业歌。今天是一个值得隆重庆祝的日子！2016 届高三毕业生就要从学校出发，踏上人生崭新的征程。我谨代表学校，向三年来与同学们朝夕相处、全心付出的全体老师致以崇高的敬意！向积极支持学校工作的各位家长，表示衷心的感谢！向满载收获、光荣毕业的 2016 届 390 余名同学，表示最热烈的祝贺！

时光匆匆，日月如梭，记得 2013 年那个炎热的夏天，你们怀着梦想、怀着憧憬，带着几份好奇、几份忐忑跨入北京十二中。三年来，你们与学校共同成长，与这里的老师一起度过了 1000 多个日日夜夜。在我们这个“春风十里不如有你”的京城最美校园里，你们度过了青春最美好、最难忘的快乐时光。

难忘每天课间操你们在田径场上那奔跑的脚步声和嘹亮的口号声；难忘你们课堂上沉着求知的目光，深夜灯光下如饥似渴地学习、探究的身影；难忘你们在各类考场上的那份坚定自信以及在每次各种竞赛和大型活动中不畏强手、敢于拼搏、敢于亮剑，为班级和学校夺得一项又一项

荣誉。你们已经用成绩和实力向全社会，庄严地宣告北京十二中不愧是京城的一流名校，北京十二中的学生无疑是京城一流的优秀学子！

北京十二中创建于 1934 年，在民族危亡的关键时刻，伴随着卢沟桥畔的战火硝烟，十二中的师生们用鲜血捍卫了民族的尊严与国格。自此，立报国之志、育天下英才成为十二中人历久不变的价值追求。在长期的办学实践中，根据学校文化的历史传承与现实发展，十二中形成了“求真、崇善、唯美”的核心文化。同学们，再过一个星期，你们就要告别学校，走向高考的考场，走向社会人生的大舞台。此时此刻，心潮澎湃，作为校长，我最想跟大家分享的一句话就是希望你们“带着十二中真善美的学校文化扬帆起航”。

各位同学，从你们走出校门的那一天起，北京十二中就将成为你们的母校，你们也将成为母校名副其实的校友。对母校而言，一位位校友就是一张张名片，你们的成功就将是母校的成功。今天的十二中致力于把学校办成“国内一流、国际知名的优质化、特色化、现代化的教育集团”，这体现了在新的历史条件下，十二中人对学校发



展的追求和期盼。亲爱的同学们,今天母校取得的每一项荣光都凝聚了你们昔日拼搏的汗水,校园里每一寸土地至今还镌刻着你们成长的足迹。今后,希望你们一定牢记母校的嘱托,带着感恩、感动、感谢出发,带着十二中真善美的学校文化扬帆起航,在自己的人生舞台上兢兢业业,砥砺奋进。明天也许你是成绩斐然,也许你还在默默无闻;也许你已跋涉于异国他乡,也许你仍扎根于华夏沃土,但无论你是平凡还是杰出,无论何时,你们身处何地,你们永远是母校的骄傲,也永远是母校的牵挂!北京十二中永远是你们温馨的家。

同学们,再过几天就要参加高考,接受高中生涯的最后一次挑战,我希望同学们从容应对,顽强拼搏,捷报频传。为学不能以校门为终点,拼搏才是永远要做的事。追求真善美不仅是做学问

的准则,也是我们为人处世的标准,我希望北京十二中真善美的学校文化在你们的心中永存,伴随着你们整个人生旅途。

同学们,在你们即将离开母校之际,就用一首小诗,权当母校——北京十二中与你们做个一生的约定:

你见 或者不见母校
母校就在这里 不怨不喜
你念 或者不念母校
情谊就在这里 不来不去
你爱 或者不爱母校
关怀就在这里 不增不减
你回 或者不回母校
母校还在这里等你 不舍不弃



向房山人民汇报!

北京十二中朗悦学校办学一周年现场会

“扬真善美 筑朗悦梦”

4月26日上午,北京十二中朗悦学校召开了以“扬真善美、筑朗悦梦”为主题的现场会。北京市教委基教一处副处长徐志芳、房山区教工委书记杜成喜、丰台区教委主任张洋、丰台教科院院长赵学良、房山区教委副主任刘立钦、副主任武玉章、副主任王华明、长阳镇政府、镇教委相关领导、海淀区教师进修学校贾瑞莲、牛玉玺、刘铎老师及房山区兄弟学校领导和教师、学生家长代表等300余人参加了此次活动。

朗悦学校是北京十二中教育集团的一个校区,位于房山区长阳镇,是房山区名校办分校的一大举措,为九年一贯制学校。现场会分三个阶段进行:“真善美”课堂教学展示、“八气”社团活动展示、“扬真善美、筑朗悦梦”主题报告会。

第一阶段 聚焦课堂,促进学校教育改革

小学二(1)班陈红燕老师、二(2)班陈芳老师、三(1)班任文君老师和初一(1)班李艳老师,四位教师进行了“真善美”课堂教学展示,教育专家、领导、教师、家长纷纷走进课堂。

第二阶段 社团活动,滋养学生兴趣成长

随后,各位专家、领导、教师、家长观摩了“八气”社团活动,学校着眼于促进学生全面而有个性、有特长的发展,开展了各类社团活动,如书法、美术、音乐、舞蹈、跆拳道、足球、轮滑、诗词诵读等十四个社团,让孩子在学校的生活变得丰富多彩。

第三阶段 “扬真善美、筑朗悦梦”报告会

上午10:20,“扬真善美、筑朗悦梦”报告会准时在体育馆内召开。副校长井长江主持会议。报告会内容精彩、丰富:首先,学校“朗琴嘉悦艺术团”成员进行了精彩的健美操、心理剧及合唱展示,低年级学生的表现可圈可点,得到了与会来宾的高度赞扬。

随后,来宾们认真观看了学校宣传片,增进了对朗悦学校育人目标、教育理念的认识和了解。执行校长苏京伟就朗悦学校建校以来的教育活动、课程建设、师资培养及发展规划作了主题报告,从近期、中期、长期三个阶段阐述了朗悦发展的规划和目标。北京十二中李有毅校长依据北京十二中教育集团“十三五”发展规划作了办学简述。海淀区教师进修学校牛玉玺主任对朗悦学校课堂教学展示活动给予了极大肯定和认可,并对学校教育教学工作做出更高层次的要求。

北京市教委领导始终关注和关心着北京十二中





教育集团的成长，市教委基教一处副处长徐志芳对十二中朗悦学校教育教学工作给予充分肯定，对朗悦发展予以期待。房山区教工委杜成喜书记长期以来对朗悦学校的发展给予了大力关心和支持，并提出更高目标和期望。丰台区教委张洋主任表达了对房山教育发展的许和认同，对合作办学及朗悦学校的发展给予殷切希望。

朗悦学校立足北京十二中“培养具有社会责任、学术素养、创新能力、国际视野的大写的人”的育人目标，坚守“求真、崇善、唯美”核心价值观。此次现场

报告会不仅展示了学生的精神面貌、教师的个人魅力、学校的管理水平和北京十二中的自信和风采，增强了学校、教师、家长之间的沟通，赢得了家长对学校工作的大力支持，同时增进了与兄弟校之间的相互学习与交流，为促进房山教育的发展贡献一份力量，更让教育界领导、学生家长及教师同仁走进校园，走进课堂，了解北京十二中朗悦学校的管理与发展趋势，了解课堂教学和课改动向。此次“扬真善美、筑朗悦梦”现场报告会必将对朗悦学校今后的工作和发展产生深远的影响。

“嘿，同学！你的公德心”主题班会

——北京十二中青年班主任德育公开课

4月25日下午，高一(6)班开展的“嘿，同学！你的公德心”主题班会拉开了北京十二中青年班主任德育公开课的序幕。

班会以一段广告引人主题，发人深省。接下来论公德心的相声《善人》，让同学们思索“什么才是真正的公德心”。在分享环节，同学们积极踊跃地将自己的所见所闻、所感所想分享给全班以及前来听班会的老师、同学，便于大家对公德心的深入理解。在游戏环节，分别邀请了班级同学，前来听班会的老师和同学一起参与，在描述手中关于公德心的词语的同时，也让大家懂得了“公德心”三个字的意义。随后，胡萱同学朗诵了，和陈思航同学合作完成的诗歌《回

答》，将班会的热烈氛围再次提升。

最后，班主任潘亚欣老师对此次班会进行了总结。她认为公德心就是心中有他人。做事情不仅仅要考虑“我”的利益，还要考虑“我们”的意义。潘老师对到场的所有同学提出了生活和学习的要求，鼓励同学们成为有公德心的人。在优美的音乐声中，高一六班“嘿，同学！你的公德心”主题班会落下帷幕。

班会结束之后，同学们纷纷反省自己的行为和周围发生的没有公德心的事情。此次班会使同学们增强对公德心的认识，并懂得拥有公德心的重要性。也鼓励同学们完善自身行为，做一个有公德心的十二中人。班会主题鲜明、形式多样，结合生活实际，师生互动充分，得了很好的效果。

高嘉敏、张晓彤、李子尚、王博文、汪文西、周洋、郑妍晏、顾志宏、吕华涛、邹志宇、王金、牟颖等青年教师积极参与了本次活动。高一(1)班、高一(2)班、高一(10)班、高二(1)班、高二(2)班、高二(3)班、高二(4)班、高二(5)班、高二(6)班、高二(7)班、高二(8)班、高二(9)班、初二(1)班、初二(2)班等班级也派出班干部代表出席观摩学习。



十二中附小家长教师协会首次会议,直面问题解决

4月29日下午,北京十二中附属实验小学召开家长教师协会第一次会议,家长及教师委员、学校行政干部参加了会议。

北京十二中附小执行校长司学娟代表学校向各位委员通报了学校近期学校建设、招生工作、家长志愿者工作以及本月下旬现场会的主题和内容。然后,会议就4月8日家长会家长意见反馈单提出“早上提前开校门”“校门口交通安全”“学生英语听说能力比较差”等问题展开讨论,各位委员积极建言献策,学校进行了梳理,并且通过校内外

和微信群向全体家长进行了意见反馈。会议还投票选举了家长教师协会会长,一(1)班冯悦然家长岳婷当选。

佐藤学说:“所谓‘好学校’,绝不是‘没有问题的学校’,而是学生、教师和家长共同面对‘问题’、齐心协力致力于解决问题的学校”。只要我们脚踏实地地迈出了合作、奋斗的第一步,那么,也就做好了迎接未来学校与社会的准备。学校将进一步探索新型家校社区合作机制,充分发挥家长和社区的参与、参谋、纽带和监督作用,实现合力育人。

北京十二中开展“学生素养提升”系列活动

4月29日下午,北京十二中高二年级举办了“学生素养提升”讲座,邀请了社交礼仪方面的专家老师前来与学生交流。

来自中央美术学院时装设计专业的老师首先以中国校服的发展史开篇,以图文的形式展示了我国从清代到民国、从上世纪八九十年代再到21世纪的校园服制变迁,引领高二学子走近校园服装文化。其后,又结合当下世界各国校服的流行元素,展现了文化多样性带来的不一样的校服文化和校服魅力。

之后,老师引述了弟子规、孔子学院、热播电视剧《琅琊榜》等与中国传统文化息息相关的元素,向同学们阐明了校园礼仪与民族文化的密切联系,升华了礼仪境界,使大家对社交礼仪的内涵有了更深入的认识。在教习礼仪的同时,老师还幽默地向同学



们分享了自己的学习经验和校园经历,学生反响热烈,气氛愉快而融洽。

本次活动旨在通过宣传校园礼仪,弘扬中华优秀传统文化,传递给同学们积极阳光、健康自信、乐观向上的态度,让高二年级学生在人文素养的提升之路上迈上了新的台阶。



话童话 画童话 塑童话



“儿童的本性是爱听美妙的童话的。”对于，富于幻想的儿童来说，对世界上的一切事物都非常好奇，有自己的独特认识世界的方式。如何营造有意思有意义的教育教学方式与内容，是附小老师们孜孜探求的方向。在美术课堂上，教师以经典童话为资源，通过话童话、画童话、塑童话的一系列课程设计，让学生在一定的语境中进行创作，让学生的作品因为“有文化”和“有用”而熠熠生辉。

继创作《悯农》《梅花》《小红帽》等系列以古诗、童话故事为题材的美术作品后，本学期在美术课堂教学中，张秀梅老师以安徒生童话《海的女儿》为主题，带领一年级学生讲童话故事，画童话故事，继而

用纸泥塑童话人物和背景，最后将形态各异的单个角色以班级为单位集结在一起，呈现出一场3D视觉大片。作品浪漫、精致、优雅、美丽，显现出安徒生童话特有的艺术魅力。在教学过程中，孩子们的全情投入是对“有意思与有意义”的课程设计的最好注解，从平面到立体，从绘画到雕塑，从单个角色的塑造到整体舞台剧效果的设计，孩子们在用自己的作品说话，在骄傲而自信地发声：“我们就是艺术家”“我们的生活就是童话”。

要想感动别人首先要感动自己。张秀梅老师在教学反思中这样注解着这次课程设计：看着孩子们的作品从一个个小点、小圆球、短线条，到小人鱼、王子、船、浪花、海星的塑造，作品洋溢着学生的创新与灵感，张扬着学生的个性，这不仅仅是艺术品，更是学生对“美”的认识与感悟。当所有的作品集结起来的那一刹那，感动自己的不止是课程设计和实施本身，而是我和孩子们一起相信：只要怀抱着信念，绝不放弃，每一个梦想都有可能实现，每一个童话都会有自己想要的美丽结局，每一个人就是自己童话的主人。

闪亮青春、激情梦想—北京十二中教育集团举行第五届创新杯演讲比赛表彰会

火红的五月,闪亮的青春。北京十二中的美丽校园处处弥漫着沁人心脾的花香,焕发着蓬勃向上的风采。为期两周的教育集团青年教师演讲比赛活动,经过校研发部、课程部的精心组织,在所有评委及相关工作人员的通力配合下,在全校教职员工的有力支持下,取得了圆满成功。5月6日下午,北京十二中教育集团第五届“创新杯”青年教师演讲比赛总结表彰会在报告厅隆重举行。集团内高中本部、科丰校区、附属小学、房山朗悦学校及洋桥学校等校区的全体教职员工参加了会议。

总结表彰会由常务副校长王自勇主持,校党总支书记郝文玲代表学校对比赛情况进行了总结,充分肯定了举办此次活动的意义和价值。从演讲的内容上看,凝聚了正能量;从演讲的形式上看,展示了新风采;从演讲的效果上看,达到了新要求。并指出了存在的问题以及有益的建议。阮守华副校长宣读了表彰决定,校领导分别为获奖选手颁发了证书和奖品。

在4月15日和22日的两场比赛,老师们分组观摩了本组参赛教师的演讲,为了让全体老师也能欣赏到其他组别青年教师的风采,学校综合考虑到组别、不同年龄段等因素,从三个组中各推荐了一位



获奖教师向全体老师展示了她们的精彩演讲。会议最后,李有毅校长发表了重要讲话。

在讲话中,李有毅校长首先用习近平总书记对青年提出的殷切的嘱托开篇,语重心长地指出,青年人要学习、读书、奋斗、吃苦、自强,要有理想、要踏实、要有高尚的志趣、有良好的心态等九个方面,并充分肯定了举办演讲比赛活动的意义和产生的效果,再现了包括三位展示教师、师慧杯一等奖教师、青年标兵、青年榜样、CAP和竞赛辅导教师在内的青年教师学习和成长的历程和取得的工作业绩。勉励所有青年教师再接再厉,兢兢业业,求实创新,继续为学校发展再作贡献。正如李校长所说的,被表彰的青年教师仅仅是十二中教育集团优秀教师队伍中的缩影。另外,李校长从教育集团长远发展的角度出



发,结合深化教育综合改革的背景,提出了教师队伍建设乃至教育集团发展的战略思考。对于教育集团的发展,李校长说,那就是三部曲:第一步:同形:同样的形象。即教育集团内的学校有不同区域、不同体制,有新成立的学校,有合并的学校,有成立了多年被接管的学校,基于此现状,首先从更改校名、统一概念下定制学生服装、规范学校的布置风格做起,使学生从入学伊始起,在心中就刻写上十二中文化的烙印,找到了心里的文化根基和归属。第二步:同构:同样的学校组织结构及架构。即我们探索十二中旗下的不同学校,什么同?什么不同?既要有十二中的优秀文化的守正,又要有守正之下的出新。十二中优秀文化体现在完美的结构上,即有先进的管理文化、课改文化、干部文化、教师文化、家长文化和学生文化。有制度、有规划、有体系、有措施,集团内有具有内在一致性的文件,构建课程改革持续推进的动力系统和制度保障。第三步:同质:同样的十二中的高质量。即成立教育集团,就是以十二中的办学质量和标准来辐射集团内各学校,使其办学水平得以提升,集团内各学校平等友好地以竞争促改革,相互取长补短、各扬特色。让原本的改革探索逐渐固化为新常态、成为学校的常规性工作。同质是目标、同质是同样的优秀学校。力求让集团内部育人联手、教研联动、科研联磨、信息联通、师资联培,让“集团型”教育管理模式不断优质化。

李校长在讲话中,还进一步明确了教师发展的目标、内容、途径和相关机制,指明了青年教师乃至学校下一阶段的奋斗目标以及发展方向,提出了具体要求,如教育教学的常规工作要扎扎实实,工作中要有开拓进取、勇于创新的精神,要让创新成为十二中人的一种习惯。并强调自下学期开始,全校的教育

教学活动要面向社会开放等等。李校长的讲话让全体教职员工备受鼓舞和激励。据悉,为进一步落实《北京市第十二中学青年教师培养方案》,加快我校青年教师的培养步伐,全面提升青年教师的核心素养,同时也是为了纪念“五四运动”97周年,让我校青年教师能度过一个充实而有意义的节日,根据学校的工作计划,经学校研究,自4月15日开始,在北京十二中教育集团内35岁(1981年5月31日后出生)以下青年教师中开展了以“在坚守中创新,在担当中成长”为主题的第五届“创新杯”五四演讲比赛活动。4月15日、22日分别分文科、理科及综合三个组别,每组分两场进行了比赛。在评委严格量化打分、认真评议的基础上,经过十二中教育集团委员会研究决定对41位老师进行表彰奖励。其中一等奖8人,二等奖15人,三等奖18人。

总之,从本次演讲比赛中,我们见证了十二中教育集团青年教师们的敬业精神、创新能力、业务水平和青春风采,也感染并激励了我们每一位教师,唤醒了全体教师要进一步强化创新意识,争做创新先锋。学校将会继续为青年教师们搭建更多更大的发展平台,并以国家级课题《普通高中创新人才培养的实践研究》研究为契机,通过开展更加丰富、更有意义的创新教育教学活动,促进学校青年教师快速成长,实现学校跨越式发展。同时学校也希望全体教师始终秉承“求真、崇善、唯美”的学校文化,大力弘扬“同心同德、兢兢业业、求实创新”的校训精神,不断践行“精进、创新、开放”的“十三五”发展理念,努力成为“重学术,能创新,勇担当、宽视野”的优秀教师,为建设“优质化、特色化、现代化”的首都基础教育示范性的教育集团而努力奋斗!

我校举办第四届体育文化节开幕活动 暨体育竞赛颁奖仪式

2016年5月9日，北京十二中在操场隆重举行第四届体育文化节开幕式。学生活动中心副主任朱春平老师致开幕词。学校体育节的举办，是促进我校学生全面发展、推进素质教育的一项重大活动，此次盛会意在丰富我校校园文化生活，给学生构筑一个展示自我、表现自我的平台，激发同学们积极参加体育锻炼的热情。朱老师希望全体同学积极参与，人人 为班集体增光添彩，本着“运动、健康、快乐”的体育健身目标，开好本次学校体育节，让运动，成为大家终生的兴趣爱好；让健康，成为大家全面发展的不懈追求；让快乐，成为大家成长过程中的伴奏音符。让全体同学一起走向绿茵场，走到阳光下，在运动中增强体质，在操场上磨练意志，让运动、健康、快乐成为我们人生激励豪迈的篇章！

据了解，本次体育节，我校将进行以班级为单位的五人制足球赛和三人制篮球赛，同时号召全体同学以班级为单位开展主题征文、摄影和绘画作品、拉拉队表演、班级足球、篮球徽标设计、标语口号、歌曲等形式的文化作品评比与展示活动，鼓励全体同学积极到现场观摩比赛，为本班球队加油助威，展示班



级凝聚力。

开幕式过后，我校对近期学校体育代表队在北京市比赛中获得优异成绩的同学进行了表彰。阮守华副校长和体育组教师为获奖学生进行了颁奖，并勉励同学再接再厉再创佳绩。

附：获奖学生项目及名单

排球项目：在2016年北京市体育传统项目学校排球比赛中，我校初中女排获得亚军，高中女子排球队获得季军。

武术项目：由北京市中小学体育运动协会、北京市武术运动协会主办的“2016年北京市中小学武术健身操”、“2016年北京市中小学武术集体套路比赛”中，我校获得中学组武术操“英雄少年”一等奖和“功夫青春”二等奖。获奖学生有：初一年级张欣悦，顾开颜；初二年级一班于涵，凌可心，杜美林，金可欣，张亚萌，高乃珺，郝瑞瑄，丁睿，邓欣熠；二班：杜雨萱，刘宇轩，孟颖，张馨悦，韩昱，李依蒙；高二年级邓瑞婷。

健美操项目：在“阳光体育2016年北京市学生街舞比赛”，我校7名同学张梦瑄、胡维纳、唐嘉恒、侯逸凡、张睿聪、田慧、崔竹静获健身街舞高中组一等奖。



附小体育节:精彩连连看

2016年5月9日—13日,北京第十二中学附属实验小学第一届体育节拉开序幕。此次体育节面向全体学生,人人参与体育锻炼为活动宗旨,提高学生团队协作、抵御挫折的能力,使学生充分享受运动带来的乐趣,丰富校园体育活动,在校园内营造热爱体育运动、健康向上、勇敢自信的良好风气。

在周一开幕式上,学生们表演了腰鼓和啦啦操为体育节的开幕进行热场!学生们精彩的表演令老师们和家长们眼前一亮。

5月9日下午课间活动进行了龙旋风比赛!你看,学生们个个摩拳擦掌,蓄势待发,一声哨响,个个组向离弦的箭向前进发,同学们的加油声震耳欲聋!

5月10日上午课间和下午课间活动进行了同



心同足和接力跑比赛。今天比赛异常激烈!在上午同心同组足比赛中,3班是一匹黑马,在全班同学齐心协力中,勇夺第一。瞧瞧,3个人一起飞奔起来!在下午的接力比赛中,三个班齐头并进,你争我夺,小小的个子跑起来像飞毛腿导弹,得到了众多家长的欢呼!

5月11日上午进行了广播操—七彩阳光的比赛。同学们全部穿上了整齐的校服,各个班依次上场进行了比赛。每名学生认真、有力的做着操,生怕自己会被扣分,影响班级!最后1班,整齐化一的动作赢得了比赛第一名!

5月13日最后一项跳绳比赛在学生的期盼中开始了!每个同学都摩拳擦掌要比比谁跳的最多!家长们为孩子们加油,学生们紧张快速的跳着,教师们全神贯注地计数,在一次次的欢呼声中,跳绳比赛结束!

通过一周紧张有序的比赛,全体教师齐心协力,家长们热情参与,学生们努力拼搏,最后一年级3班以总分162分获得此次体育节冠军,一年级1班以总分155分获得亚军,一年级2班以总分78分获得季军!

朗悦学校英语戏剧表演队在 2016 国际 亚洲青少年英语戏剧赛中获奖

2016 年 5 月 7 日 - 8 日, 北京十二中朗悦学校英语戏剧表演队 5 位初一学生, 在英语李艳教师指导下, 参加了于北京对外经济贸易大学举办的 2016 国际亚洲青少年英语戏剧表演比赛。经过六轮激烈淘汰角逐比赛, 五位参赛队员团结一致, 用英语独立演绎了小说、电影、戏剧、话剧片段, 表现优秀并最终荣获团体优秀组织奖。

其中, 七年级 1 班的徐钰泽、于思齐和刘帅斌 3 位同学顺利进入总决赛, 同时被评为最佳表演奖并荣获了英语戏剧表演的荣誉证书和奖杯, 彰显了北京十二中朗悦学校学生的风采, 为校争光。

通过本次比赛, 选手们收获颇丰, 纷纷表达了自己感受。刘涛同学说: “能够进入北京十二中朗悦学校, 我感到非常幸运。在朗悦, 我享受了非常多的优质资源, 我为是北京十二中的学生而自豪!”。

刘帅斌同学说: “非常感谢老师及学校, 是他们为我争取了这次锻炼的机会。不论剧本的选择还是表演的指导, 我深深地被教师的耐心和爱心所感动!”。

于思齐同学说: “这次比赛我不仅仅提高了英语发音和流利程度, 更是让我了解真正的英语口语, 学到转换和说服的技巧, 并极大程度地提高自身的英



语口语能力。”

徐钰泽同学说: “在六轮激烈的比赛中, 我非常感谢老师、家长及同学们对我的鼓励与支持, 让我自信满满, 信心十足地迎接每次挑战!”

李钦州同学说: “虽然本次比赛我没有发挥出最佳水平, 但是在今后学习和生活中我一定会不断的改进, 不断的努力, 多参加比赛, 多见见世面, 争取更大的进步空间, 为我们的学校争光添彩。”

此次比赛也得到学生家长的大力支持, 家长们不仅为孩子取得优异成绩而感到高兴, 更对学校 and 教师表示由衷感谢。在家长的积极配合下、在和谐的家校沟通之中, 学校将会为孩子们的成长搭建更大舞台!



又是一年毕业季——记北京十二中 2016届高中生毕业典礼



2016年5月23日，北京市第十二中学2016届高中生毕业典礼隆重举行。李有毅校长和郝文玲书记带领全体副校级干部以及高三全体教师共同参与了此次典礼。

典礼在校长致辞中拉开序幕，李有毅校长在致辞中不仅谈到学习和生活，还从生命的角度和大家交流了看法。她说：生命的意义其实就是体验过程中的酸甜苦辣，在好事多磨的过程中，在逼近目标而未达到目标时刻才能咀嚼出幸福的味道，才能达到涅槃的境界。她希望所有的学子未来能成为科学家、成为各行各业的杰出代表，同时也希望大家带着“求真、崇善、唯美”的基因片段走出十二中的大门，做一名合格、高素质的公民。发言最后，李有毅校长无限深情的用一首改编自仓央嘉措的小诗与学子们依依

惜别。

你见 或者不见母校
母校就在这里 不怨不喜
你念 或者不念母校
情谊就在这里 不来不去
你爱 或者不爱母校
关怀就在这里 不增不减
你回 或者不回母校
母校还在这里等你 不舍不弃

在接下来的环节中，高宇老师和张帆同学分别代表教师和学生上台发言。高宇老师在发言中感慨和同学们在一起很幸福，张帆同学在发言中唏嘘即将和爱慕的对象大十二分手。师生的发言犹如一眼甘泉，润泽着在场每个人的心田。

视频《在一起的1095天》播放让在场所有人都热泪盈眶。当开始播放高三教师照片的时候，场内的欢呼声、掌声此起彼伏，当校园内一幕幕美景出现的时候大家又都自发的安静下来，默默欣赏。视频结束后，很多同学纷纷举手发言。在丹麦荣获科技设计金奖的杨晨宇同学说，他在十二中生活了六年，要感谢所有的十二中人，包括助他走向科技最高殿堂的老师，曾经给他帮助的初高中各学科老师，还有为他生

活提供帮助的食堂师傅、保洁员。他会带着这份感恩之心参加高考。另一位同学说:他要在这里为所有参加高考的人献上掌声,并用三行情书表达对学校的爱:我走进十二的胸膛,感受她的沧桑与辉煌,三年太短爱太长。最后发言的缙允卿同学坦诚的说:曾经初中老师感慨,做他的老师不易,做他的家长更不易。他说自己三年来没少“捅娄子”,但老师的耐心和爱让他越来越好,在十二中的点点滴滴让他对学校充满了感激,此时此刻他非常不舍,今后他一定会常回这所让他长大成人的学校。

之后,在主持人的提一下,全体同学将经久不息

的掌声化作感谢和祝福,送给了所有教师。

典礼在毕业学子的祝福中渐入佳境。四面八方的祝福是动力也是榜样,它告诉每一个在场的人,今天举行的是毕业典礼也是学长团的启动仪式,2016届高中毕业生代表接过李有毅校长手中的学长团旗帜,也接过了一支沉甸甸的人生接力棒,今后人生路上,有更多的大十二人将一起前行。

伴着校长摁下“为理想冲刺”的铃声和高呼校训的余音,毕业典礼缓缓落下帷幕。

之后毕业生们一一走上主席台,庄严的从各位校领导手中接过毕业证书,并合影留念。

朗悦学校开展课间操观摩评比活动

为进一步推动阳光体育运动的开展,规范课间操秩序,提高课间操质量,2016年5月17日至19日,北京十二中朗悦学校组织开展了全校课间操观摩评比活动。

本次评比活动有幸请到部分学生家长代表作为评委出席并观摩,从学生服装、做操质量、入场、退



课间操评比进行时

场、精神面貌、领操员等方面,对“希望风帆”、“七彩阳光”、“自编操”三项进行评分,全面体现出朗悦学校体育教育活动的开展情况。

在评比过程中,各班的课间操给评委们留下了深刻的印象。激昂的音乐、整齐的步伐、优美的舞姿、灿烂的笑脸,充分展示着朗悦学校学生健康向上的精神风貌,同时也看到了学校体育工作的发展和不断完善,促进学生求真、崇善、唯美的全面发展。

各班级同学身着整洁的校服、排着整齐的队形、喊着响亮的口号,规范、流畅地做着一招一式,体现出了学生积极欢快的参与心态,朝气蓬勃、团结向上的团队精神。

本次课间操评比活动的开展,使学生参与体育锻炼的热情日益高涨,这将为朗悦学生的成长奠定良好的健康基础。



北京十二中附小举办学校文化建设 研讨交流活动

5月25日上午,北京十二中附属实验小学举办了“构筑真善美的文化场域 促进儿童核心素养提升”学校文化建设研讨交流活动。清华大学教授石邦宏、中国青少年研究中心研究员洪明、丰台区教工委书记薛红、教委副主任刘建宾、丰台教科院院长赵学良、丰台区教育学院书记、常务副院长支梅、丰台区教委相关科室领导、西城区教研员吴瑞霞以及丰台区所属小学的校长、海淀区友好学校校长、北京十二中教育集团北京十二中附属实验小学家长教师协会的家长委员等一百余人参加了此次活动。

研讨会分四个阶段进行:课堂教学观摩、参观校园、适性课程展示和主题报告会。

8:40 与会专家领导首先走进课堂,分别观摩了一(1)班语文课、一(2)班食育课、一(3)班班会课,接着大家饶有兴致地参观了学校的楼道文化和专业教室。

9:50 适性课程和主题报告会在绽放大厅如期举行,北京十二中陶航主任主持活动。孩子们分别展示了《鼓子秧歌》《笛子配乐古诗诵读》《少年武术说》和

绘本剧《勇气》。

会上,北京十二中附属实验小学执行校长司学娟以《且思且行 且悟且进》为主题分享了学校办学一年来的思与行,播放了视频《让教育因细节而美丽》,北京十二中教育集团李有毅校长致辞,进一步阐述了北京十二中教育集团的办学理念和举措。与会专家吴瑞霞、洪明和石邦宏分别对活动进行了点评,丰台区教工委薛红书记做了总结发言。

北京十二中附属实验小学是在教育优质均衡发展、办老百姓家门口的好学校的时代背景下,丰台区教委“优质教育集团化”学思路下成立的。学校传承北京十二中“求真 崇善 唯美”的教育理念,以儿童立场将真善美的教育理念具象为“和雅做人、本真求知、创意做事、康馨生活”四大核心素养,整体构建体现学校精神价值和教育内涵的校园文化环境,让师生员工在校园中的每个角落有意或无意地感知到文化的感召力,并自觉在行动中践行。学校进行系列校本课程的探索,实施丰富的适性课程,开展系列有意思有意义的学生活动,以课程开设的深度与广度体现学校自身独特的价值追求和发展方向。参加研讨交流活动的专家、领导和学校校长对学校文化建设给予了高度评价,认为“学校将北京十二中办学理念落地生根”“学校办得有个性”“学校离自己理想的学校很近”……

专家和领导的评价让学校干部教师倍感鼓舞,也进一步明晰了今后努力的方向。对十二中附小而言,本次活动只是画了一个“,”,相信这个“,”,将开启没有终点的未来。



中山大学女子排球队与 我校女排进行交流比赛

5月28日下午,曾任职于中国、美国国家队排球教练组的李铁鸣指导,现任中山大学女排主教练,此次带领中山大学今年刚刚招收的女排队员来到北京十二中与我校女子排球队交流比赛。

阮守华副校长代表学校对中山大学代表队的到来表示热烈的欢迎,后与李铁鸣指导进行了亲切友好的交流,并一同观看了我校女排的训练。李铁鸣指导对我校女排队伍训练的系统性、科学性给予了较高的评价。

随后开始了中山大学女排与十二中女排的比赛。比赛过程中,我校女排队员们虽然是以小打大,但是所有队员没有任何思想包袱,报着向对手学习的态度,充分的发挥出了自己的水平,展现出了我校女排团结拼搏的精神,同时也看到了大学队伍的强



悍,以及高水平的技战术。赛后李铁鸣指导为我校女排每位队员进行了点评,给予了表扬。

阮守华副校长、李铁鸣指导赛后亲切与双方运动员合影留念,并且双方表示以后这种交流活动多多举行,并邀请我校女排到中山大学参观交流。

我们在行进中走向辉煌 - 记北京十二中 行进管乐团第19届艺术节

度过了两年的风风雨雨,经历了两年的艰苦奋斗,2016年初夏,北京十二中行进管乐团凭借曲目《埃及》在第19届学生艺术节行进管乐展演中获得了金奖。此次演出获得了专家的一致好评。

北京十二中行进管乐团作为丰台区唯一一支中学生行进管乐团,自2010年4月第一次参加比赛以

来,连续在各项国内与国际的行进管乐比赛中囊括大奖。

十二中行进管乐团由管乐声部、鼓队声部、键盘声部和旗队组成。其中,旗队成立于2015年,仅仅用了不到一年的时间准备此次比赛方案,在比赛中精彩的演出受到无数赞扬。乐团的多数成员是即将中



考的初三同学,为了比赛他们克服了极大困难,利用自己有限备考时间参加排练;刚刚加入乐团不久的初一初二同学也及其认真,向老队员请教后勤加苦练;乐团中的高中队员仅有十几位,他们每周放学后从本部赶到初中部参加排练。

本次行进方案《埃及》是由亚洲顶尖的行进编导唐家宏老师及其团队根据十二中行进乐团实际情况“量身定制”完成,方案是根据1998年上映的动画电影《埃及王子》中的插曲改变而来。分为四个章节,Opener, Two Brothers, When You Believe 以及 Closer。

此次比赛的意义不仅仅是一座金奖,更多的是为即将毕业的初三高三队员留下美好回忆。

时光荏苒,转眼间乐团已经走过了八个春秋,昔日为乐团打下坚实基础的队员们现在已成为了各高

校乐团的主力队员,人员的交替没有改变我们的初衷。一届届队员们为之付出了常人无法想象的努力。严寒酷暑,我们在训练场上洒下汗水;激情五月,我们在赛场上谱写下北京行进管乐的新篇章。

正如《埃及》的曲目三 When You Believe 的歌词所唱:

you can achieve 你可以做到

when you believe 只要你能相信

somehow you will 你就会做到

you will when you believe 只要你肯相信,你就会创造奇迹

训练场上的节拍器声音响起,我们即将开始下一届比赛的准备。《埃及》已成为历史留在你我心间,对于乐团,没有最好,只有更好。

我校学生荣获北京市学生科技节实地 观鸟赛二等奖

2016年4月24日,我校学生参加了由北京市教委主办,北京学生活动管理中心承办的第三十四届北京市学生科技节—中小學生实地观鸟赛。本次比赛,全市13个区县165支队伍近700人参加了今年的赛事。经过激烈角逐,我校高一8班吉翔宇,初一3班阮偲琪,高一4班胡景天,张浩然同学获得了由北京市教委颁发的中学组二等奖。他们的辅导教师是刘波、顾志宏、王博文老师。其中,顾志宏老师被评为“优秀辅导员”。

“青山绿水观鸟社”是北京十二中的学生社团组织,地理博士顾志宏、刘波担任指导老师。观鸟社的宗旨是“学习和宣传鸟类知识,爱鸟、护鸟,保护自然。”观鸟社成立以来开展了密云水库观鸟实践活动,南海子麋鹿苑观鸟实践活动以及奥林匹克森林

公园观鸟实践等一系列社会实践活动。同学们走进森林,草原和湿地,进行观鸟实践,就相当于拿到了一张探究大自然的终身门票。

为了推动北京市中小学素质教育的全面开展,提高青少年对身边自然现象的关注、尝试、探索的意识以及保护生物多样性的意识,增进中小学生对鸟类的了解和关注,北京市教育委员会每年在学生科技节活动期间举办“北京市中小學生观鸟大赛”活动。此项比赛由北京市教育委员会主办,由北京学生活动管理中心和东城区教育委员会承办,中国观鸟会协办。今年我校第一次派代表队参赛就取得了中学组二等奖的优异成绩,体现了我校学生一流的综合素质和实践能力。

中医药文化选修课“在丝绸之路上学中医”召开课程建设现场研讨会

在国家级名老中医、首都医科大学附属北京中医医院原院长王莒生教授的指导下，在我校李有毅校长的领导下，“在丝绸之路上学中医”选修课从2014年9月开始，已经上过两轮，目前正在进行第三轮的课程。选修课期间，中医院的老师们不断改进课程内容、授课形式和教学方式，我校以刘波老师、刘燕老师为主的多位教师积极参与。为了更好地实施课程，提升课程水平，2016年5月24日下午，在北京市第十二中学高中部实验楼二层第一生物实验室召开了中医药文化选修课“在丝绸之路上学中医”课程建设现场研讨会。

会议的第一部分内容是来自北京航空航天大学贾绍燕老师给老师和同学们带来了一节题为“生活处处有中医”的中草药分类识别课。贾老师的课生动而且实用，从黄帝内经的上、中、下品365种，到养生保健的大枣、人参，学生感慨道“不曾想过，玫瑰花也可以成为一味中药；不曾想过，那种恶心的水蛭也可以治病”。

课后，同学们与选修课的各位任课教师们谈了



贾绍燕老师授课

自己上中医课感想、收获和建议。已经申报了两轮中医选修课的李弋飞同学说：“第二次申报中医选修课是想复习一下上学期学习的理论知识，令我惊喜的是这学期的课程又丰富了，不仅巩固了以前的知识还有了新的收获。”

最后，“在丝绸之路上学中医”选修课的任课教师们结合学生们的体会和建议一起座谈。老师们畅所欲言，在课程的教育价值（即课程目标）、课程内容、教学方式和教学评价等方面达成了共识。

坚持导演梦 - 校园电视台台长 同学董兆晗被纽约大学录取

高三(2)班董兆晗同学近日以优异的成绩以及综合素质获得了纽约大学 Tisch 艺术学院(New York University Tisch School of the Arts)电影电视专业的录

取。

董兆晗同学是北京十二中2013级校园电视台台长，于2011年加入电视台并参与策划拍摄校园电



视台多期节目。他还负责了2015年校园电影节策划及宣传工作,曾荣获最佳导演等奖项。在校园电视台的活动中,他开阔了视野,积累了经验,并且学会了如何与同学合作沟通。在谈到录取结果时,他表示这与学校对学生综合素质及学习能力的培养密不可分。他认为学校在营造了浓厚的学习氛围的同时积极开展社团活动,让同学们可以走出班级,在校园内甚至校外寻找到自己的位置,展现自己的能力。他十分感谢学校对他的培养和校园电视台提供给他舞台。

附:纽约大学 Tisch 艺术学院(New York University Tisch School of the Arts)成立于1965年,被评为全美排名第二的电影学校。该校将好莱坞商业电影与欧洲艺术电影融合在一起,培养出了一批独具风格的校友人才,其中包括 Martin Scorsese(《出租车司机》、《愤怒的公牛》、《华尔街之狼》)、Oliver Stone(《野战排》、《刺杀肯尼迪》、《华尔街》)、Woody Allen(《安妮·霍尔》、《赛末点》、《午夜巴黎》)及李安(《卧虎藏龙》、《少年派的奇幻漂流》)等。该校校友共获得19个好莱坞奖项。

我校科丰校区学生在 “FLL 工程挑战赛”项目中获得冠军

第十七届北京市中小学生机器人大赛于2016年5月28日至29日在北京171中学举办。我校科丰校区机器人社团同学李佳妮和姜浩然在“FLL 工程挑战赛”项目中获得冠军,为我校和丰台区获得荣誉!这也是丰台区队伍首次在“FLL 工程挑战赛”中获得冠军成绩!



北京市中小学生机器人大赛是由北京市教委和北京市电教馆组织的全市范围的机器人竞赛。来自全市的中小学机器人竞赛队伍经过各区县的选拔后才能够代表本区县参加市级竞赛。北京十二中科丰校区机器人社团的同学在区级“FLL 工程挑战赛”项目的选拔赛中包揽了冠、亚军!由于每个学校只允许一支队伍参加市级竞赛,最终我校的李嘉妮和姜浩然同学组成的“FLL”竞赛队代表我校和丰台区参加了此次市级竞赛。此外,科丰校区机器人社团的王乐一同学和顾梓轩同学组成的“WER”竞赛队、王剑超同学的“机器人灭火”竞赛队也在丰台区的选拔中获得冠军并代表学校和丰台区参加了此次市级竞赛。

此次市级竞赛的参赛队都是各区的顶尖队伍,经过激烈的角逐,我校的“WER”竞赛队和“机器人灭火”竞赛队虽然没能获得冠军,但他们的表现也很出色,目前除冠军之外的最终奖项组委会还没有公布,我们也期待他们的好成绩。

附小“六一”活动四连环



送走五月的芬芳,迎来六月的时光。作为新建校的北京十二中附小的师生和家长迎来了第一个“六一”国际儿童节。附小人怎样度过一个有意思、有意义的儿童节呢?

一、适性课程展示精彩纷呈

中国梦在我心,学习雷锋有爱心;爱学习,有恒心,中华美德牢记心;对朋友,送诚心,爱祖国,忠诚心,情系中华爱国心!我们都是中国娃,祖国的未来我当家!一曲鼓子秧歌《中国娃》,唱出了附小人的中国梦、舞出了附小人的爱国心!

悦耳动听的笛音徐徐传来;朗朗的诗歌吟诵清脆响亮,原来是十二中附小学子人在践行“八气”修身!古诗新唱,书香浸润校园,开启诗意童年。十二中附小始终坚持用阅读点亮童年,学生在书的海洋恣意遨游,校园中随处可见的小书柜总有一群“小好奇”在书的世界中探索、成长。

中华武术的精髓是“精、气、神”。看!有一批从小立志精忠报国的附小人正在成长起来!武术锻炼不仅强健体魄,更是培养了学生勇于拼搏、不服输的精神呀!

梦想的翅膀在附小的天空起飞,承载着附小人的希望振翅翱翔!精彩的绘本剧《勇气》传递了“有梦就去追”、“让梦想飞一会儿”、“为了梦想不断尝试”的理念。

精彩的课程展示,附小的孩子们不仅学会了欣赏他人,更坚信了自己心中的信念、理想!

二、心满意圆

在学期初的开学典礼上,学生、家长、教师和嘉宾许下了自己的美好愿望,并将心愿放进心愿瓶中,学校将心愿瓶摆在门厅的帆船中,在“六一”节这个特别的日子,学校开启心愿瓶,给实现心愿的学生和家长发送纪念品。一(2)班张斯琪同学两次向校长表达教同学学快板的心愿,学校满足了她的愿望,给每位同学一幅快板作为“六一”礼物,期待快板开启学生互学之旅,为传承民族传统文化添力。

三、合作游戏

欢乐“六一”、快乐大家!每个家庭都是附小的一分子,在亲子合作游戏环节,学校打破班与班的界限,让家庭与家庭之间结对共同挑战“搬运工”“火车接力”“贴人游戏”“打鸭子”“编花篮”“同心同足”“跳皮筋”等游戏项目,体验合作带来的幸福,感受彼此心的温度,感受“我们一起 欢欢喜喜”和“大家不同大家都好!”

四、综合实践活动

附小的“六一”活动不仅有精彩纷呈的节目、令人心跳的开启心愿瓶环节、欢快的亲子游戏项目,学校还推荐了系列亲子共游博物馆的名单,由学生和家共同商议,确定地点,并确定参观目的。行前查阅资料、充足准备;行中认真学习,践行文明;行后,收获快乐,分享收获。



我校举行“学团章 过六一” 主题队日暨少年团校第一季活动

2016年6月1日李有毅校长、阮守华副校长、黄泓主任、校团委委员会成员以及初一年级全体班主任和本部124名初一同学共同渡过了一个欢乐的“六一”儿童节。团章知识问答、学唱团歌、猜团章用词等环节让同学们在相互比拼的同时放松了身心，在学习团章的过程中多了欢乐。通过活动，少先队和共青团两大学生组织的关系更加水乳交融，初一同学们新的人生理想和政治追求也逐渐清晰起来，加入共青团的向往也更加迫切。

活动尾声，李校长满面笑容的走上主席台，为同学们送去节日的祝福和礼物，并希望大家在成长的



过程中做一名拥有“真善美”品格的“八气”修身的十二中人。

国际部情怀篇一 又是一年粽飘香

2016年5月30日国际部为传承中国传统文化，培养爱国情怀，开展了“又是一年粽飘香”的端午节活动。

“莫问灵均昔日游，江篱春尽岸枫秋。至今此事



何人雪，月照楚山湘水流。”在早自习的时候，老师和同学们就重温了端午节的由来以及节日的传统习俗（如吃粽子、赛龙舟、喝雄黄酒、插菖蒲艾条等等），并与韩国的端午节进行了比较。之后，高一高二的同学们利用中午时间对自带的粽叶、糯米、红枣等材料进行加工，并将煮好的粽子分送给老师和同学，以纪念中国伟大爱国主义诗人——屈原。“又是一年粽飘香”，而以粽为载体，飘香千年的却是那汨罗河畔永不消散的爱国精神。

作为国际部传统活动，端午节包粽子旨在重温历史、缅怀屈原，通过学生自己动手，传承中国传统习俗以及文化内涵，培养出走向世界却拥有中国情怀的高素质人才。

北京十二中朗悦学校少先队入队仪式： “红领巾，我为你自豪”

六一儿童节来临之际，北京十二中朗悦学校成功举行了建校以来第一次少先队员入队仪式。46名新队员在全校师生的见证下加入了少先队，成为了光荣的少先队员。

在庄严的入队仪式上，在激动人心的《中国少年先锋队》队歌中，46名新队员双手接过了老队员授予的红领巾，也相当于接过了老队员互帮互助、共同进步的作风。

从戴上红领巾的那刻起，他们成为了一名真正的少先队员。在鲜亮的队旗下，他们响亮的宣誓声响彻整个校园。

“入队是一次自我挑战、入队是一次理想起航，我们将时刻铭记队章队训，时刻严格要求自己，无愧

于胸膛的红领巾。”一(1)班董雅琪同学代表所有新少先队员表达了能加入少先队这个组织的骄傲和自豪，分享了自己激动、开心的心情。

最后，大队辅导员代表大队部对新少先队员的加入表示了欢迎与祝贺。并对全校少先队员提出了新要求——提高素质、塑造新世纪少先队员的形象。

本次活动很好的培养了学生们的荣誉感、责任感和使命感。他们是充满朝气、充满幻想、充满希望的少年儿童。他们是新世纪的雏鹰、他们是新世纪的主人，他们是新世纪的未来和希望。相信朗悦学校会因他们而更加美丽。让我们所有师生共同携起手来，为朗悦学校的美好明天而努力。

我校获得北京市足球传统校初中女子组第七名

2016年4月-5月，我校女子足球队首次参加了北京市足球传统校比赛，获得了北京市足球传统校初中女子组第七名的成绩。

此次比赛赛程的排列非常的紧凑，一个周末有时会有两场连着的比赛。在长达两个月的赛期中，女足同学们顶着酷暑坚持跟随刘培老师利用业余时间刻苦训练。在面对高强度的紧密赛程，每一个人都毫无怨怼得努力拼搏着。她们在比赛中懂得尊重对手、尊重裁判，在比赛中增进友谊，提升了技战术水平。每场比赛都包含教练的倾心指导，球员们的努力拼搏和学校、家长的大力支持。此次比赛成绩的取得将会吸引更多的学生在足球的陪伴中成长！





“快乐六一、幸福童年”

——北京十二中朗悦学校庆六一社团汇演活动

六月是童年的摇篮,是童年的梦乡;六月更有童年的沃土、童年的太阳。6月1日清晨,北京十二中朗悦学校师生及家长欢聚一堂,共同举办了“快乐六一,幸福童年”社团汇演活动,为孩子们庆祝自己的节日——“六一儿童节”。

本次活动得到了房山区教委领导的高度重视,教委顾成强主任一行来到我校观看了活动进程,并通过校领导转达了对孩子们的殷切祝福。活动中,顾主任不时点头称赞为孩子们的表演鼓掌喝彩。

伴随着整齐高亢的口号,跆拳道社团的同学们率先登上舞台,拉开了汇报演出的序幕。他们在动感音乐的伴奏下,一招一式都舒展豪放、洒脱自如,充分展示了跆拳道无穷的魅力和深刻的内涵。

健美操是健康与美的集合,是活泼快乐的代表。舞台上的他们如一群翩翩起舞的彩蝶,张扬而炫丽。动感的韵律之中,健美操社团的小演员们给大家带来了清新的气息,生命的脉动。

“我的家,一个小小的家,有淘气的我,勤快的妈妈,风趣的爸爸;我的家,还有一个大大的家……朗悦是我家,我爱我的家。”诗朗诵《我的家》中,小演员们伴着优美的旋律,用稚嫩的嗓音自然流畅地表达出对父母的感恩和对学校的热爱,再看看他们投入朗诵的样子,家长、老师们都给予了赞许。

拉丁舞表演柔美而奔放,热情似火,欢快洒脱,拉丁舞的小演员克服刚接触拉丁时的羞涩,伴随欢快的韵律大胆展示,动作舒展,美妙的拉丁展现了朗



拉丁舞社团展演

悦学生以坚定的信心和毅力去面对考验与挑战的决心。

合唱团的小朋友上台,给歌声插上了翅膀,带我们进入了美妙的音乐世界。小演员们面带微笑,跟随指挥的节奏,用纯净、优美的“天籁之声”唱响了《卢沟谣》、《春晓》,让家长和老师心旷神怡。清纯、率真、明快的合唱,体现了朗悦学校朗琴嘉悦艺术团的独特魅力。

伴随着欢快的合唱声,“欢乐六一·幸福童年”活动逐渐接近尾声。此次活动以异彩纷呈、形式多样的社团展示为主线,以“我参与、我快乐”为原则,让每一位同学都有登上大舞台的机会,小演员们用行动实践艺术,用心灵感悟美好,抒发着心中的喜悦。汇演中一个个童心飞扬的节目搏得了老师和家长们的阵阵掌声,也为朗悦学校首届六一庆祝活动画上圆满的句号。

科丰校区举行六一表彰暨初一离队建团主题活动

2016年6月1日,北京十二中科丰校区初一年级在学校报告厅举办的离队建团活动圆满结束。本次活动分为两大环节:“追寻身边榜样”六一表彰暨离队建团活动以及“奔向青春岁月”拓展活动。

表彰及离队仪式简洁明了,支部授旗庄严肃穆。出少年先锋队队旗的三名旗手步伐稳健、身姿挺拔;在表彰环节中,勤奋、自律、诚信、阅读、友爱五项星评选,共120名获奖者上台领奖,为初一的同学们树立了榜样。

赵晨鸽等五人朗诵的《少年中国说》声音嘹亮、意气风发。“少年富则国富,少年强则国强,少年胜于欧洲则国胜于欧洲,少年雄于地球则国雄于地球。”他们的朗诵不仅把同学们带回了那个时代,更让同学们体会到了青年一代所肩负的责任。扛起了责任,摘下了红领巾,全体少先队员在主持人的指挥下,摘下胸前飘扬了六年的红领巾,并珍重地收藏起。

随后团委苏老师在讲话中讲到索取和奉献同在,付出与回报并存。他要求同学们要懂得“责任”二字,对自己负责,对家人负责,对集体负责,对社会负责。活动的高潮是团委老师宣布初一年级12个团支部建立后,24名推优入团的成员走上台前,接过校领导授予的支部旗帜。

当他们接过旗帜后,台下来传来了雷鸣般的掌声。至此第一个环节结束了,在老师的指挥下,同学们整齐的来到操场,准备进行“奔向青春岁月”拓展活动。

拓展活动在心理李老师以及12名班主任的共同努力下,顺利进行,12个班级按照场地分为两组,进行不同的游戏,其中1-6班在操场中心进行“巧渡沼泽”的游戏,7-12班在操场南北两侧进行“极速60秒”的游戏。在游戏实践当中,同学们体会到了相互合作,相互鼓励,相互沟通的重要性。

活动最后年级主任吴老师对同学们提出新的希望,希望同学们在摘下红领巾的那一刻应该意识到,从今以后他们就成长为一名真正的青年了,要肩负起对自己、对家人、对社会的责任。初一年级的所有同学都已告别了童年时代,每个人都会以崭新的面貌迎来一个新的时期,向自己的目标奋斗。





我校高一年级话剧《雷雨》展演圆满结束

2016年6月3日下午15点20分,由北京十二中高一年级主办、校戏剧班及戏剧社承办的话剧《雷雨》展演在报告厅拉开帷幕。近三个半小时的演出可谓精彩纷呈,演员们的精彩表演得到了广大师生的一致认可,在观众们热烈的掌声中,本次展演落下帷幕。

本次展演在得到了北京十二中学校领导的大力支持。前来观看展演的领导有:李有毅校长、阮守华副校长、崔茂华副校长以及校团委杨靖老师、冯佳宝老师。在高一年级语文老师 and 各科老师、学校相关部门老师的鼎力配合下,在校外戏剧老师专业的指导下,在学生们辛勤付出下,演员们圆满地完成了本



次戏剧展演。尤其值得肯定的是,学生们在本次展演排练过程中表现出了良好的精神品质:他们在面临巨大的学业压力的同时,牺牲自己的休息时间,认真排练,直到很晚,却没有一个人叫苦叫累,最终用他们辛苦的汗水给观众们呈现出了一台别具匠心又独具魅力的演出。

本次演出突出了以往的剧本演出模式,采用了“戏中戏”的结构,从角色扮演到最后的谢幕都体现了创作团队独特的匠心。他们这种与众不同的表现形式和真诚的情感表达为语文课堂、为戏剧艺术注入新鲜的血液,他们让经典定格在我们身边,让青春岁月充满新的活力。



启程！高一年级京外社会实践教育活动

6月11日,北京十二中高一年级全体学生组成5支分队,在老师和家长志愿者的带领下陆续从学校出发,分赴河南南阳一中、湖南株洲九方中学、辽宁大连开发区八中、江苏无锡南菁高级中学、安徽合肥一六八中学等校,开展为期一周的京外社会实践教育活动。

此前,学校分别召开了学生和家長座谈会,通过问卷征求安全出行意见。学校制定了周密的活动方案,向每位师生印发了《2016年高一年级京外实践教育手册》。详细列出了实践内容、人员安排、行程计划、安全预案、注意事项等内容。每支队伍均由学校领导带队,教师和家长志愿者随行服务。

本次社会实践教育活动的主题为“开展实践活动 践行价值教育”。活动期间,老师们将与当地学校教师联合开展“同课异构”课堂教学交流活动。学生们则以班级为单位划分为4-6人的研学小组,完成

预先制定好研究课题。考察过程中会随时做考察日记,记录当地地质地貌、风土人情、历史文化等,返校后进行考察汇报。

他们将与当地友好学校学生同吃同住、同学习、同讨论,并组织篮球赛、乒乓球赛、辩论赛、联欢会、主题班会等交流活动和参观纪念馆、博物馆、劳动体验、生态考察等研究性学习活动。学生们将走进社会、亲近自然,感悟地区特色文化,体验兄弟学校学习生活,探索真知真情,在交流中学习,在实践中成长。

“学生每学年必须参加一周的社会实践。”

——《普通高中课程方案(实验)》

“积极开展研究性学习、社区服务和社会实践。注重知行统一,坚持教育教学与生产劳动、社会实践相结合。充分利用社会教育资源,开展各种课外、校外活动。”

——《国家中长期教育改革和发展纲要(2012-2020年)》

“读万卷书,行万里路”,社会实践教育是学生成长的重要组成部分。自2012年北京十二中首次成功组织京外社会实践活动以来,迄今已经五届,成效显著。如今,十二中每年一度的京外社会实践活动已经成为学生期盼、家长称赞的学校品牌教育活动之一。





【2016 京外实践教育活动纪实报道一】

6 月 11-12 日 各支分队活动

各路显英雄,八方尽人才,同为中华根,齐表祖国爱。

——李有毅校长寄语

高一年级各支分队在 6 月 11 日向实践活动地点进发,6 月 12 日完成了第一天的实践活动,学生们收获良多。让我们一起来分享他们快乐而充满意义的旅程吧。

安徽合肥分队实践活动纪实

带队教师:阮守华(领队) 刘刚 浦仕毕等

参与班级:高一(1)班 高一(8)班

实践地点:安徽省合肥市

友好学校:合肥市一六八中学

6 月 11 日下午 7:00 我分队在办公楼前集合,在老师们的组织下,全体同学在办公楼下留下第一张合影。李有毅校长亲自来给师生送行,并给予殷切期望。然后我们乘车前往北京站,火车十点启动,载着同学们对这一次实践活动的向往朝合肥进发。

6 月 12 日上午 7:00 左右,合肥分队顺利抵达目的地。即便火车上不适应、行走劳累,北京十二中安徽合肥分队的老师和同学们仍克服疲惫,全身心投入到与合肥一六八中学一整天的友好交流中。

上午 9:00,一六八中学的校领导向大家介绍了这一天紧凑而有意义的安排,友校师生为了迎接北京十二中师生做了充分的准备,让我校师生十分感动。

上午 10:00,一六八中学的物理老师章洲和我校浦仕毕老师进行了物理学科同课异构的展示。同时,一六八中学的数学老师史传奇和我校刘刚老师进行

了数学学科展示。不同学校的老师们以各自特色的讲课风格,让同学们有了不一样的收获。学生在同时听取双方教师不同风格、不同教学手法的课之后,对两校的校园文化之间的异同有了更加深刻的认识。

下午 2:00,在报告厅,一六八中学历史老师任杰为我校学生进行了关于合肥文化的讲座。在学到知识的同时,对于评价淮军等问题,同学们也表达了自己的看法。讲座结束后,两校迎来了激动人心的辩论赛。此次辩题为“传承与创新哪个对校园文化发展更重要”,双方就此展开了激烈的论辩。双方在辩论赛中都表现出良好的团队合作精神和机智的临场应变能力,难分伯仲。随后,两校学生来到操场,进行了友谊篮球赛及足球赛。梅雨季节,闷热而烈日当头,队员们身姿矫健,配合默契,赢得了场下师生的阵阵喝彩。



任杰老师合肥文化讲座

晚上 7:30,两校学生精心筹备的联欢晚会拉开序幕。我校学生展示了校内特色项目,包括 cups、自

编舞等。我校的朗诵节目以及民乐演奏都取得圆满成功。一六八中学的同学们为我们呈现了舞蹈、相声、话剧等精彩节目,受到了大家的热烈欢迎。

鉴于一六八中学要为即将开展的中考做大量工作,我分队配合性地将校内交流安排在京外社会实践的第一天。尽管旅途劳顿,对校园不熟悉,两校同学之间还不够了解,相关工作也缺乏准备时间,我分队师生仍然努力克服种种困难,表现出十二中人的风采。

江苏无锡分队实践活动纪实

带队教师:杨靖(领队) 李俊峰 兰宁静等

参与班级:高一(3)班 高一(9)班

实践地点:江苏

友好学校:南菁高级中学

初识月亮城——扬州

6月12日,北京十二中江苏无锡分队的同学顺利抵达扬州火车站,从这里开启了长达一周的京外实践旅程。

清晨,同学们在老师和导游的带领下来到了扬州久负盛名的瘦西湖。绵绵的细雨虽然打湿了同学们的衣襟,却也为瘦西湖的风光带来了别样的风韵。同学们跟随者导游依次领略了二十四桥、莲花桥、白塔、钓鱼台等特色古迹,从中了解了这些古迹背后鲜为人知的故事,之后的淮扬特色菜肴,令同学们在视觉上和味觉上都体验颇丰。



瘦西湖莲花桥

午后,同学们乘车来到了扬州博物馆和扬州中国雕版印刷博物馆。首先,同学们跟随着博物馆的讲解员参观了扬州历史展,在欣赏一件件精美的馆藏的同时了解了扬州古城的沧桑历史,体会着扬州城的变迁。然后,同学们来到了国宝馆,这里仅展出了扬州博物馆镇馆之宝元代青底白龙纹梅瓶,国宝的精美风致令人震撼。最后,同学们还在雕版印刷博物馆里了解到扬州印刷的历史,并欣赏了清代宫廷中御用的印玺。博物馆之行,让同学们大开眼界,收获良多。

傍晚,两个班的同学来到了此行的友好交流学校——江苏省南菁高级中学,南菁中学的老师和同学们对我们表示热烈的欢迎,并邀请我们欣赏了一台精彩绝伦的体育舞蹈晚会。在接下来的几天里,十二中的同学们还将与南菁中学的同学们展开更多的交流活动,共同畅想青春。

相信在接下来的社会实践活动中,两个班的同学能保持愉快的心情,在实践中学到更多知识。

辽宁大连分队实践活动纪实

带队教师:朱春平(领队) 张桂霞 田祥彪等

参与班级:高一(4)班 高一(7)班

实践地点:辽宁

友好学校:大连开发区八中

走进浪漫之都 感受人文情怀

2016年6月12日,辽宁大连京外社会实践小分队的同学们怀着对大连的美好憧憬,踏上了这片美丽的土地。

一下火车,大连清新的空气令人更想和这个城市亲密接触。接下来,我们来到劳动公园。一进公园,园内庄严肃穆的钟声引起我们的好奇。导游王姐和我们说这钟声是祈祷各方佛祖保佑平安健康,所以这个钟叫做“祈福钟”。

接下来,我们来到大连现代博物馆。在这个博物馆内,我们感受到厚重的历史气息,领略到时代的风云变迁。



辽宁大连分队高一(4)班参观劳动公园合影



湖南分队参观岳阳楼

炎炎夏日，我们来到星海广场——一个现代与传统文化结合的地方。南边的百年城雕是一本翻开的书，寓意深刻。城雕前，一千双脚印揭示了大连一步一个脚印地走过了百年。在城雕上踱步，眼前不尽的大海奔流不息，让人期待大连日后的发展。

下午，我们来到大连自然博物馆。这是一座综合性自然科学博物馆，其中海兽标本在亚洲也实属罕见。

大连第一天的实践活动到此结束。我们来到友谊学校——大连开发区八中，开始了在这里的学习和生活，同时也期待明天更加充实愉悦的活动。

湖南分队实践活动纪实

带队教师：王岭(领队) 白雯 潘亚欣等

参与班级：高一(5)班 高一(6)班

实践地点：湖南

友好学校：湖南株洲九方中学

清晨六点半，带着期盼与愉悦，高一五班、六班的同学到达了湖南岳阳站，开启了第一天历史文化学习之旅。

首先，同学们来到了历史悠久的江南三大名楼之一——岳阳楼。由于初中时学习过范仲淹的《岳阳楼记》，所以此时参观岳阳楼倍感亲切。在导游的带领下，我们了解了岳阳楼几次重修的历史。站在楼上，眺望远方的洞庭湖，领略到“巴陵胜状”的壮丽，

感悟到范仲淹忧国忧民的伟大情怀。在岳阳楼下，高一五班的同学们还进行了齐背岳阳楼记、岳阳研究性学习等活动，对中华文化又多了一丝敬仰。

接着，同学们乘船来到了与岳阳楼隔湖相望的君山岛，参观了二妃墓、柳毅井等景点，并且了解到了许多传说故事。

下午四点左右，同学们到达了汨罗市，怀着崇敬的心情参观了屈子祠，再次感受到了古人给我们带来的历史文化气息。

晚上八点，经过了三个小时的车程，同学们终于来到了湖南株洲九方中学。这里的学校给我们提供了丰富的晚餐及很好的住宿环境。带着游览了一天的满足与对第二天的期待，愉快的一天结束了。

河南分队实践活动纪实

带队教师：崔茂华(领队) 赵虹华 邹志宇等

参与班级：高一(2)班 高一(10)班

实践地点：河南

友好学校：南阳市第一中学

2016年6月11日，悠悠书卷情，丝丝沁心；慢慢火车路，步步催行。下午13:30，高一(2)和高一(10)班共73位同学，在7位老师和2位家长志愿者的带领下，准时在学校雄伟的办公楼前集合，即将踏上2016年高一年级社会实践的征程。李有毅校长亲自来给师生送行，并给予殷切期望，祝福南阳社会实践

会动圆满成功。14:00,在湛蓝天空的映衬下,心情如阳光般耀眼灿烂的82名团队成员,踏上远赴河南社会实践活动的征程。

下午16:16,开往河南南阳的火车从北京站缓缓启动。17:00,同学们自觉开始了“列车晚自习”。大家或坐在椅子上,或趴在床上,无一例外,都在专心致志地学习。这也是我们这两个班集体第一次京外为期一周的实践活动,每个人既期待又珍惜。可是,即使心中有着再多的兴奋,一想起回校之后的会考,每位同学都格外珍视每一分每一秒的复习时间。火车的颠簸,狭窄的环境,依然不能阻挡他们学习的热情。大家学习的气氛十分浓厚,除了列车行驶的轰鸣声外,十分安静。

“火车上还学习,真努力!”列车上乘务员阿姨忍不住称赞道。车上的其他乘客也被同学们学习气氛感染,主动保持了安静,为学生们保留了学习的净土。学习无需环境的静好,无需他人的监督,只要心静,就可保持积极的学习态度,为自己而努力。

千年古都叹史今 武侯医圣通宛城

6月12日清晨,高一(2)班和高一(10)班同学交流着、谈笑着,青春的热情充满整列车厢,飞转的车轮带我们驶向远方。经过一路崎岖,一路颠簸,终点由模糊变的清晰,直到最终达到南阳车站。一下火



参观武侯祠

车,历史古都的文化气息就扑面而来。大家怀着期盼的心情开启了一天的行程。

首站我们来到了武侯祠——中国唯一的一座君臣合祀祠庙和最负盛名的诸葛亮、刘备及蜀汉英雄纪念地,也是全国影响最大的三国遗迹博物馆。平时仅仅停留在书本上的三国之战就在此缓缓揭开,这也是我们京外实践活动的意义,进行走出学校的社会学习。此地便是曾经诸葛亮隐居躬耕之地,《出师表》中写到“臣本布衣,躬耕于南阳”。此次参观,我们从大量的牌匾、对联、石碑等资料中更深入了解到诸葛亮的为人、处事各方面都非常值得后人学习。

下一站,便是馆藏最为丰富的汉代画像石博物馆,这里收集着大量精美的汉代石刻绘画作品。夸张的人物神态各异,呼之欲出;神化了的动物造型大气,镌刻出泱泱华夏悠悠历史。在南阳汉画博物馆里,我们从石碑上真实的看到到祖先生活、文化及充实而浪漫的想象力,汉文化与艺术在这里碰撞出美丽的火花。

吃过午饭,大家都整装待发,去往下一站——医圣祠。下午的行程,同样充满着历史的厚重感。来到医圣祠,便可见到闻名于世的医圣张仲景一生的缩影。著名的《伤寒杂病论》让医圣成为万世传送的医学大家,悬壶济世的医者仁心更是世人学习的楷模。医圣祠的庭院,簇拥着各种各样的名草树木,中医学的氛围不言而喻。参拜完医圣的陵墓,我们对博大精深的中医学和渊源流长的华夏文明更加肃然起敬。传承发扬中华文明、实现伟大复兴之梦的路上,我们一起走在路上。

下午3:00,我们来到美丽的南阳一中。站在校门外,我们就看到宏伟的学校建筑群和热情洋溢欢迎我们的老师和同学。身处在如此优秀的学校,我们也被学校同学的认真和热情所打动,用心感受着这所拥有一百多年历史的文化名校。

博文约礼,成德达才,文化之旅,造就人才。



【2016 京外实践教育活动纪实报道二】

6 月 13 日各支分队活动

6月13日,安徽合肥分队走进中国科技大学,带我们感受科技文化的魅力;辽宁大连分队带我们走进金石滩海洋公园,领略奇幻的3D艺术和独特的海洋风光;河南分队和江苏无锡分队分别在友校体验校园文化,共同交流,相互学习;湖南分队在水田中体验劳动,往韶山缅怀领袖毛主席。每个分队的师生们都在充实而精彩的一天中获得收获。

安徽合肥分队实践活动纪实

带队教师:阮守华(领队) 刘刚 浦仕毕等

参与班级:高一(1)班 高一(8)班

实践地点:安徽省合肥市

友好学校:合肥市一六八中学

感受科技文化,提升科学素养

6月13日,京外社会实践安徽合肥分队第二天的活动围绕科技这一主题开展,同学们在活动中体验到科技的魅力,增加了对于科技探究的兴趣。

7:30,两班同学准时集合,乘车前往国内著名学府中国科技大学,同学们都对这所形象低调而实力雄厚的高校充满了好奇和期待。到达目的地后,同学们首先参观了科大校史馆,通过讲解员的解说,了解中科大建校以来的辉煌历程,使我们对这所名校有了更加深刻的认识。紧接着,我们来到中科大著名的少年班学院,了解了少年班的发展历程和卓越成就。看到一位位从少年班走出来的杰出科学家,想到他们与我们同龄时,所做的不懈努力和拥有的非凡智力,同学们不禁敬佩不已。

随后,一行人来到中国科学院量子信息重点实验室,聆听了杰出青年科学家韩正甫教授的题为“奇

妙的量子世界”的讲座。韩教授运用大量的比喻和事例,对量子科学进行了深入浅出的讲解,他幽默风趣的演讲内容让同学们对量子科学产生了浓厚的兴趣。讲座上,大家积极听,用心记,感受到了量子科学的神奇和奥妙,收获颇多。在科研人员的带领下,同学们还参观了量子科学实验室,感受前沿科学研究的魅力。

下午13:30左右,一行人从科大乘车前往科学岛,参观合肥现代科技馆。科技馆包含光学、力学、天文学、材料科学、“人造太阳”等多个主题场馆。在场馆讲解员的介绍下,同学们纷纷尝试着进行科学仪器的操作,通过动手体验,加深对于科学原理的认识。

紧接着,我们返程回到中科大参观国家同步辐射实验室。巨大的圆顶实验室内,机器轰鸣,各种仪器设备有序运行,科研人员紧盯着屏幕上跳跃的数字,数年如一日地为科研做出贡献,这种刻苦的精神和坚持的毅力令同学们敬佩不已。

合肥分队第二天的活动围绕着科学展开,我们



参观科学岛 聆听科学知识

行走在国内顶尖的科研院所，聆听着各种专业的科学术语，感受着科学带给人类的便利和希望。科学是伟大的，更加伟大的是那些为科学做出贡献的科学家们，对他们，我们充满敬意！

辽宁大连分队实践活动纪实

带队教师：朱春平(领队) 张桂霞 田祥彪等

参与班级：高一(4)班 高一(7)班

实践地点：辽宁

友好学校：大连开发区八中

身临奇幻世界，领略海滩风光

6月13日，北京十二中京外实践辽宁分队参观了大连金石滩海洋公园。早上八点，我们从大连开发区第八中学出发，迎着朝阳，开启了一天全新的旅程。

在金石滩海洋公园我们首先参观了3D奇幻体验馆，同学们亲身体验了3D艺术无限的魅力与乐趣。

接下来，我们有参观了奇石馆，观看了4D球幕电影。

下午，生命奥秘体验馆使我们在忙碌的生活中用片刻时间了解了身边这个奥秘的世界。“同一个地球，同一个家”并不只是一句口号。让我们明白的在这颗美丽的地球上，生命都是平等的，可爱的。剥去华丽的外衣，呈现的是最本质，最珍贵的生命的意义。所有的生命都相互依存，相互映衬。也正是因为此才会出了色彩斑斓的生命画卷。每一个生命的诞生，都为地球之家的繁荣带来了一份生机与活力。

接着，同学们穿越千年时空在蜡像馆与自己心



辽宁大连分队同学在参加拓展活动

中的伟人见面。

然后，我们到了海边，进行了集体的拓展活动并欣赏了美丽的海景。

最后，在欢声笑语中我们结束了一天的行程，带着无限的期待，我们憧憬着明天的旅顺之行。

河南分队实践活动纪实

带队教师：崔茂华(领队) 赵虹华 邹志宇等

参与班级：高一(2)班 高一(10)班

实践地点：河南

友好学校：南阳市第一中学

南阳历史深探究 两校文化促交融

6月13日，清晨的微光从窗外洒下，伴着学校的铃声，我们从梦乡醒来，踏上新的一天——南阳一中学习之旅。今天大家要完全遵照南阳一中的作息表体验该校的学风文化。

走在去往早自习教室的路上，显而易见的看到满校园的同学都拿着手中的扫帚打扫着属于自己班级的一块卫生区。同学们饱满的热情和自主劳动的态度，使我们感受到即使是校园里小小的一份子，也能很好的奉献自己的一份力量。回想我们平时在学校时候的表现，有些同学心中略带惭愧。不少同学暗下决心，誓向南中学的学生学习。

上午8:00于南阳一中阶梯教室准时召开南阳历史文化讲座。南阳一中的徐老师从九千万年前恐龙的世界讲起，以时间轴为顺序，让我们意识到脚下的中原大地正是中华楚文化和汉文化的发源地，南水北调中线工程也由此展开。可谓“渠首龙首居宛，渠尾龙尾居京”。如此悠长的文化历史在这节课之前想必大部分同学都对此不得而知，而经过讲座的一系列讲解，启发了我们对历史、地理等文化类课题的研究性学习方向及为我们的课题研究提供了第一手资料。时间如白驹过隙，转瞬即逝。下课铃响起，只是我们仍旧陶醉在这座古都的魅力文化之中，就如妙曲唱罢，余音绕梁。我们领会所到之处文化的源远流长，的确不虚此行。

接下来是“同课异构”环节。“同课异构”是学习交流的一项重头戏。赵虹华老师为我们讲解了电解



赵虹华老师同课异构展示课

池的相关内容,课堂内容含量大,环环相扣,实验演示简洁清晰,教学引人入胜。由南阳著名历史人物张衡作为出发点,告诉同学们科技的重要性,从而让大家投入到课题的学习中。

吕华涛老师为我们精心准备了学案,以“第一次工业革命”为题,大量图文并茂的教学方式,仿佛又把我们带入工业革命的历史长河里,活跃的课堂氛围。课上同学们认真听讲积极回答问题,教室后方的南阳一中老师们也全神贯注,进行交流探讨。

下午烈日当空,却挡不住同学们学习的热情。每个小组选择自己感兴趣的课程,深入到南阳一中的课堂,与不同班级的同学一起感受知识的魅力。通过这节课的学习,我们都感受到北京十二中与南阳一中教学风格不同,但也是各有千秋。聆听自己或熟知或陌生的知识,大家都努力探究,随师钻研。

接下来的活动是我们期待已久的篮球友谊赛。从双方队员认真而坚定的眼神中看出他们对比赛的重视。我校的三名男同学虽然不占身高优势,随着紧促的一声哨响,选手们立刻进入状态,开场就进了两个球。随着比赛的进行,南阳一中的队员们渐渐配合得默契起来,抢、传、投一气呵成。不久,我们就大比分落后。然而,我们的队员没有放弃,更加冷静下来,动作放松了很多,传球更加准确了,很快扭转局面。大家脸上洋溢着灿烂的笑容,啦啦队员也按捺不住心中的喜悦,大喊着“十二中加油”不断地给他们加油鼓劲。最后比赛是 24:24,这场以平局结束的篮球友谊比赛,不仅反映出了双方队员的水平和团队协作精神,更是让彼此都感受到了关键时刻不能丧失信心,更要静下心来,相信自己,才有可能创造出无限可能。

19:30,我们在南阳一中阶梯教室迎来了期待已久的友谊辩论赛。正反两方就“传承与创新哪个对校园文化建设更有利”展开激烈辩论。融汇着大十二办学理念 and 校训精神的个性化开场,一把全场师生带入辩论的情境中。同学们才思敏捷,妙语连珠,激情澎湃,落落大方。在言语中迸发锋芒,在思维中闪烁智慧,掌声阵阵,激动人心。

邹志宇和吕华涛老师的点评,立意新颖,引人深思。通过此次辩论赛,同学们对校园文化、中华文明的传承与创新有了更加深刻清晰的了解与感悟。同时,大家也在这次交流后和南阳一中的同学们建立起更加深厚的友情。比赛结果并不重要,重要的是在南阳一中的这次辩论赛一定会为两校学生留下深刻而美好的回忆。

江苏无锡分队实践活动纪实

带队教师:杨靖(领队) 李俊峰 兰宁静等

参与班级:高一(3)班 高一(9)班

实践地点:江苏

友好学校:南菁高级中学

6月13日,同学们在友好学校江苏南菁高级中学展开了一天的交流活动。

首先进行的就是大家期待已久的同课异构了。同课异构,就是十二中的师生与南菁中学的师生在同一间教室中上同样的课,三班和九班的同学分别进行了物理、地理和政治学科的学习,课堂上,来自不同学校的老师和同学们亲切的互动,课堂秩序井然,气氛融



江苏无锡分队同课异构

洽,同学们积极回答问题,老师悉心进行讲解,课后,教室里响起了热烈的掌声。之后,同学们还旁听了语文、数学和英语课,亲身体会到了南菁中学严谨的学风。

接下来的南菁中学与十二中联谊会激动人心。南菁同学的歌曲串烧拉开了小联欢的序幕。十二中的同学也毫不示弱,以一曲街舞《今天我们开始》来展示我们的青春活力;相声《口吐莲花》紧跟其后,用妙趣横生的语言欢乐全场。来自南菁的特色剧种锡剧《让青春绽放美丽光华》成为本场演出的一大亮点。歌曲《绿光》和武术表演《菁园飓风》同样赢得了两校同学的阵阵喝彩。古典舞《蜀绣》将传统文化带入校园,而最后的诗朗诵引入经典,共同唱响生命之歌。这次演出成为一捧甘泉,将友谊的种子灌溉。

随后,友好学校的双方就“传承与创新哪个更有利于校园文化建设”这一辩题展开了激烈的辩论。我校同学作为正方,认为传承更有利,南菁同学作为反方,则认为是创新。在六轮的唇枪舌战中,双方引经据典,据理力争,巧设问,妙作答,不仅在一次次的犀利言语中做到真正的口吐莲花,也在辩论的过程中结交了朋友,收获了知识。

下午,我校和南菁的篮球联谊赛如火如荼地展开了。开场时南菁的同学以一记扣篮引燃了这场没有硝烟的战争。一次次的传球伴随着整齐划一的加油声,一个个落入篮筐的球赢得阵阵尖叫。最后,南菁篮球校队以极强的实力赢得了胜利。虽然我们输掉了比赛,但我们赢得了友谊,这场比赛,我们虽败犹荣。

晚上,南菁中学的贾老师热情地邀请并带领我们参观了南菁中学引以为傲的沈鹏艺术馆,在展馆中,贾老师如数家珍般地为我们讲解藏馆中一件件珍贵的文物,这些文物中大部分是沈鹏先生的手稿或真迹,还有一部分是先生无私捐赠给学校的个人藏品,其中不乏一些闻名遐迩的大家的作品,同学们在大开眼界的同时,也从贾老师精彩的讲解中了解到了更多藏品背后的文化和故事,展馆虽小,却样样精品,短短一小时的参观令同学们收获颇丰。

之后,我们还参观了南菁中学的校史馆,在之前的了解上对南菁中学有了更直观和更深入的了解,使同学们对这所百年老校留下了最为深刻的印象。

湖南分队实践活动纪实

带队教师:王岭(领队) 白雯 潘亚欣等

参与班级:高一(5)班 高一(6)班

实践地点:湖南

友好学校:湖南株洲九方中学

体验劳动生活 缅怀伟大领袖

6月13日,北京十二中高五一班六班的同学们,亲身下到稻体验了插秧劳作的辛苦,下午来到韶山毛主席故居,悼念伟大领袖。

13日上午十时许,同学们一个接一个踏入泥泞的水田,跟着农民伯伯学习如何移栽水稻。以什么样的姿势拔出育好的苗,以什么样的方法清洗幼苗根部,大家都学的有模有样。

再踏入种植的另一块水田,小苗一簇一簇被插进田里,整齐笔挺。尽管脚上手上甚至衣服上都沾满泥水,可劳动的快乐战胜了辛苦。回到土地上,喝着农民伯伯自家熬制的凉茶,享受这一刻的畅快。

午饭后,我们来到著名的红色教育基地——韶山。带着花圈,踏上毛泽东纪念广场,庄严的铜像下,为伟大领袖毛泽东主席献上我们最崇高的敬意。长廊下,简短的仪式中,两个班的同学共同朗诵了主席的诗歌,表达我们对革命先烈学习的决心。

随后,跟随着老师,我们参观了毛主席的故居,这一刻我们仿佛回到123年前,见证毛泽东同志从出生到成长为一代伟人的历程。

入夜,汨河两岸灯火辉煌,古朴的气息中有着现代的繁华。临街漫步,听着年级主任王老师的讲解,书本的知识和真实的体验相互冲激,我们品味着吊脚楼的人情味。



湖南分队师生一起插秧(2)



【2016 京外实践教育活动纪实报道三】

6 月 14 日各支分队活动

寻访历史文化名城,体验农地劳动生活,缅怀志士先烈英雄,学习先进科技文化。6月14日,高一年级师生们度过了独特而充实的一天。

湖南分队实践活动纪实

带队教师:王岭(领队) 白雯 潘亚欣等

参与班级:高一(5)班 高一(6)班

实践地点:湖南

友好学校:湖南株洲九方中学

碧水青天游凤凰 唇枪舌剑增校谊

6月14日,伴着清晨的缕缕微风,湖南分队的同学们踏上了游览凤凰古城的旅程。

早8点左右,伴随着习习凉风,我们泛舟沱江,欣赏着沿途秀丽的风景,渡过优美的沱江,前往凤凰古城。沿岸房屋的样式,保留了民国时期凤凰城的建筑风格,高挑的吊脚楼矗立在江边,这也正是沈从文先生在《边城》中所写的河街旁供人们观看龙船竞赛的吊脚楼。



游览凤凰古城

进入凤凰古城景区,我们首先参观了凤凰民俗文化馆,由苗族导游为我们介绍了18世纪中期到20世纪初凤凰古城的历史变迁及当地民俗。其中还包括生长在此城的当代著名画家黄永玉先生的个人画展。

在初步了解了当地民俗文化后,我们真正走进古城,嗅着古朴的气息,穿梭在重叠交错的屋檐下;站在虹桥上一览山水环绕的古城;漫步在城墙上,感受古城绮丽柔情的唯美意境。

沈从文先生15岁以前居住在古城中,其作品《边城》正是以凤凰古城为蓝本创作而成,书中描绘了世界上最淳朴的感情,全书没有一个反面人物,但却隐含着一种淡淡的凄凉。同学们通过夜游古城以及参观沈从文故居,逐渐体会到了先生心中所向往的生活方式。

中午11点,我们离开古城。12点左右,用完午饭,乘坐大巴车赶回株洲九方中学。

晚上7点半,我校四位同学与来自株洲九方中学的四位同学展开了激烈的辩论会,辩题为“传承与创新哪个对校园文化的创新更有利”,我校为正方,即传承更有利。我校四位辩手注重逻辑而轻实例,对方则举出大量事例而轻逻辑,从企业文化到社会文化,论述清晰。最后,由我校白老师宣布比赛圆满结束。

辽宁大连分队实践活动纪实

带队教师:朱春平(领队) 张桂霞 田祥彪等

参与班级:高一(4)班 高一(7)班

实践地点:辽宁

友好学校:大连开发区八中

体验务农生活,缅怀志士先烈

6月14日,北京十二中京外实践辽宁分队车程两小时来到旅顺,开启了我们在大连第三天的感悟历史之旅。

7:30我们准时从大连开发区第八高级中学出发,首先来到东鸡冠山北堡垒。在那里我们参观了日俄作战时俄军驻扎的暗堡、指挥所以及日军胜利后留下的碑文。

紧接着,我们来到玫瑰美羊庄园,同学们分成八个小组,以比拼的形式拔草务农。即使条件艰苦,同学们也没有因此抱怨,喊苦喊累。

然后同学们在庄主的带领下放羊,在此过程中下起蒙蒙小雨,而同学们兴致依旧,羊儿、细雨、蓝天构成了一幅唯美的图景。结束了务农生活,我们品尝了农家饭菜,劳动过后,这样的饭菜吃起来格外鲜美可口。这一上午的劳动体验让我们感受到了农民的辛勤与不易,懂得粮食的珍贵。



同学拔草成果

下午的时光我们先在旅顺博物馆中度过。铜器、玉器、珐琅彩、东亚陶瓷等琳琅满目,同学们开阔了视野,为古人的智慧所折服。尤其令我们印象深刻的是关于箸与筷的展览。在展览中,我们了解到了古代箸的演变以及现在筷的使用,让我们深深感受到了中华传统文化的博大精深。

之后,我们去了旅顺口。我们了解到了273米的旅顺口只允许一艘军舰通过,这样天然形成的地理环境使得旅顺口成为军事要地。

最后,我们来到旅途的终点站日俄监狱。正如韩龙云的《雪夜》所写:“四山围狱雪如海,衾寒如铁梦如灰。铁窗犹有锁不得,夜闻钟声何处来。”这里曾是一座人间地狱,这里曾有一段不堪回首的往事。

今天的日俄监狱宁静古朴,可谁又知道这里曾发生过多少惨绝人寰的往事。是什么让监狱中的志士不像恶势力屈服?沈熏写道:“在这活生生的监狱里没有一个人不遭受苦痛,任何人的眼神中都未能看出后悔和悲伤,反而却散发着犹如启明星一般的光芒。”这光芒正是信仰!

安徽合肥分队实践活动纪实

带队教师:阮守华(领队) 刘刚 浦仕毕等

参与班级:高一(1)班 高一(8)班

实践地点:安徽省合肥市

友好学校:合肥市一六八中学

感受先进科技,全面提升素养

6月14日,早上7:30,北京十二中京外社会实践合肥分队乘车前往合肥工业大学,聆听了吴迪老师“新能源汽车的发展现状与展望”的主题讲座,从中同学们了解到新能源汽车的发展背景、种类、关键技术及发展展望,理解到新能源汽车在当前社会背景下意义重大。吴老师还向大家介绍了合肥工业大学的历史,特别是车辆工程专业的发展历史,车辆工程专业作为全国重点专业,培养了一批汽车制造业的精英,引领中国汽车制造业的发展。

11:00,一行人来到位于合肥市近郊的江淮汽车制造厂,参观总装车间。车间内干净、整洁,工作区与休息区相邻,供工人读书、下棋等。汽车装配过程自动化程度高,安全高效。同学们在这里第一次与汽车生产过程零距离接触,看到当今国产汽车的发展现状,对自主品牌振兴民族汽车工业充满信心。



参观江淮汽车制造厂总装车间



14:00,合肥分队抵达具有“中国声谷”之称的科大讯飞股份有限公司。讲解员为我们介绍了科大讯飞团队研发的“灵犀”语音识别系统。“灵犀”具有实时语音转化为文字,自动识别语音含义,人机语音交互等功能。这一拥有自主知识产权的智能语音技术,在国际上享有盛誉。科大讯飞还将此技术应用到智能家居和智能教育中,利用科技将小说中常出现的场景转化为现实。当讲解员用语音控制使窗帘打开时,同学们都感到吃惊。在科大讯飞的纪录片中,董事长刘庆峰的在接受采访中讲述了当年作为大学生的艰苦创业、创业中的失败经历,鼓舞创业的年轻人要勇于创新、敢于坚持,他的精神也鼓舞了在座的同学们。刘庆峰将2016年作为人工智能的元年,将来的机器人不仅能听会说,还会像人一样思考。工业如今朝着人工智能化的方向发展,引领着世界文明的进程。

17:00,合肥分队抵达蜀山烈士陵园,同学们克服一天的疲惫,沿台阶拾级而上,瞻仰烈士丰碑。登高望远时,道路旁柏树森森,安静肃穆;远处高楼林立,汽车川流不息。

在这里,我们体会到动静结合的美感,这也是这座城市内敛与繁华结合,传统和科技辉映的体现。

江苏无锡分队实践活动纪实

带队教师:杨靖(领队) 李俊峰 兰宁静等

参与班级:高一(3)班 高一(9)班

实践地点:江苏

友好学校:南菁高级中学

体验农地生活,感受太湖文化

6月14日清晨,伴随着朝阳的升起,北京十二中无锡分队的同学们开始了新的一天的旅程。

怀着好奇与期待,同学们来到了位于太湖湖畔的踏青农庄,了解农用知识,体验农地生活。农庄的庄主热情地接待了我们,带领着我们环游农庄。庄主自豪而又耐心地为同学们介绍他收藏的农具,例如石磨、水车、耕犁……农具虽然古朴,却令我们为其中凝结的我们祖先的智慧而赞叹。同时,李俊峰老师还根据自己的经验,和同学们分享自己的务农经历,同学们听得津津有味。



同学们下地体验农活

之后,庄主开始为同学们分发镰刀、锄头等农具,并带着我们来到了菜地。经过庄主简单的讲解,同学们开始体验砍除杂草。炎炎烈日照在地上,也照在同学们的脸上,虽然体验的时间很短,但同学却对“粒粒皆辛苦”这样耳熟能详的诗句有了切身的体会和认识。

接着我们来到太湖湖畔,在老师的引导下对当地的常见生物螺蛳进行观察,同学们互相交流各自的认识,在交流中逐步对未知的知识进行探讨。之后,同学们不惧泥水弄脏衣裤,下到湖边采撷螺蛳。湖边的螺蛳如点点珍珠散布在湖岸上,同学们的裤脚被潮水打湿,同学们的鞋深陷淤泥之中,面对未知的艰辛,我们的笑语之间始终萦绕着快乐。

体验了辛苦而富有意义的农庄生活之后,我们一路驱车环绕着太湖前往横卧在太湖北岸的一个半岛——鼋头渚。一路上海天相连的茫茫壮阔伴随着导游对江南文化诗词的讲解,动静相生,情致相宜,将那种自然的美深深地印在我们的心间,而鼋头渚上神龟昂首的自然风物之美在两岸植被的交相辉映之下,更是将江南风景中的柔美兼济壮观的特点发挥到了极致。

岛上的风光可谓是山清水秀,浑然天成,杨柳乘着微风,游船来来往往络绎不绝,仿佛二者把这样的静美更加生动化了,加之郭沫若先生“太湖佳绝处,毕竟在鼋头”的赞美之词,让同学不时发出连连惊呼,潜移默化的将诗人的底蕴刻在了自己的心头。

在渚上乘兴饱览了一番之后,我们乘坐游船向鼋头渚中最有名的景色——太湖仙岛驶去。泛舟于太湖之上,同学们登上甲板,近距离和这些景致进行

精神上的共通,心中也都收获了一种广阔的心境,仿佛和古时那些大文豪一同泛舟湖上。

上岛后,我们在导览下,对岛上的宗教文化进行考察,有研学任务的同学更是细心的研读石碑上的经文并进行摘抄记录。同学们在领略了江南风光之美后,又进一步了解了江南独特的文化之美,那些佛教人物的石像静静的伫立在岛上,不同的宗教类别和不同的人物形象,都体现着这里兼容并包的文化遗风,也是对这里多元文化氛围最好的印证,同学们在一路游览过程中,就自己感兴趣的问题相互讨论,和老师深入交流,对自己校内所学的知识更是加深了印象,可谓是收获颇丰。

结束了鼋头渚的行程,同学们来到了无锡地名的发源地——锡山脚下的惠山古镇。青石板路,粉墙黛瓦,古镇的点点滴滴都体现着江南独特的建筑风格。惠山古镇被称为无锡历史文化的露天博物馆,这里不仅汇集了历史上无锡众多的祠堂、宗庙,还集聚了各式各样的无锡地方特产。同学们在这里游览古迹,品尝小吃,体验别样的无锡文化,真是不亦乐乎。踏上归途,同学们恋恋不舍地离开了古镇。在锡山茂林修竹的映衬下,伴随着火红的夕阳,惠山古镇,用它最美丽的一面,给我们留下最美好的印象。

河南分队实践活动纪实

带队教师:崔茂华(领队) 赵虹华 邹志宇等

参与班级:高一(2)班 高一(10)班

实践地点:河南

友好学校:南阳市第一中学

往古今学校,慕远近英雄

6月14日,迎着南阳灿烂的朝阳我们继续出发。经过两个小时的车程,于9:30来到了南阳市的九重实验学校。这是一所农村九年一贯制学校,办学条件比较艰苦,我们受到九重实验学校师生热烈的欢迎。欢迎仪式后,十二中同学们和老师以组为单位走进课堂和办公室,与该校五到九年级同学及老师进行零距离交流。从一开始的不熟悉、羞涩,逐渐彼此一步步敞开心扉,讲自己的成长故事,分享宝贵的学习经验,课堂氛围逐步活跃起来。耐心给初三同学传授

备考经验,鼓励小同学勤奋读书,在交换联系方式的环节,整个班级的氛围更是走向高潮,交流的内容也越来越广泛,趣味性也增加了不少。最后,全组签名寄语的一本本书籍送给小同学。简短的交流,结下一生的友谊。此时此刻,北京和河南心仿佛连在一起。

告别了九重实验学校的师生,我们来到了浙川南水北调工程纪念馆。烈日炎炎,我们热情不减。在参观的过程中,同学们了解了南水北调工程的历史和现状,充分再现了整个浩大工程的波澜壮阔。整个展馆内容图文并茂,大大补充了同学们的地理知识和历史理解,让我们很自然的就把南阳和北京联系在了一起。饮水思源,我想,当我们在享受便利的时候,真的应该心怀感激,感恩这些为南水北调工程做出贡献和牺牲的英雄和乡民们!

下午我们访了千年历史的花洲书院。花洲书院是著名散文《岳阳楼记》的诞生地,也是北宋著名政治家、文学家范仲淹任邓州知州期间的心血。一路上,同学们从花洲书院走廊到藏书楼,仿佛跨越千年的历史长河,对花洲书院的历史以及书院中内含的邓州文化进行详细了解,同学们受益良多。随后,观赏了岳阳楼记中名句的石刻文字。虽登山之路不一,但望巅之月相同,有感于此,同学们换上了汉服,在春风堂前齐诵《岳阳楼记》,书声琅琅,身临其境,叹时光,何匆忙?

今天最后一站来到了邓州编外雷锋团展览馆,通过图文并茂、丰富真切的史实资料,同学们更深入的了解、学习到雷锋及其战友身上闪耀的伟大精神。愿雷锋精神能代代相传,永远温暖人间。



南水北调工程纪念馆前合影



【2016 京外实践教育活动纪实报道四】

6 月 15 日各支分队活动

在实践中学习，在实践中感悟。我们访过的名城，看过的风景，见过的朋友，做过的努力，都会变为成长的力量。6月15日，又一段精彩的时光。

辽宁大连分队实践活动纪实

带队教师：朱春平(领队) 张桂霞 田祥彪等

参与班级：高一(4)班 高一(7)班

实践地点：辽宁

友好学校：大连开发区八中

师生集体展风采，两校文化共交融

6月15日，伴随着嘹亮军号声，同学们陆陆续续从睡梦中醒来。5点半的阳光平和温柔，轻轻地安抚着仍旧困倦的我们。但今天的课程安排却是浓烈精彩。在大连八中这座学校中即将闪耀着一颗颗璀璨的明星，他们准备已久，等待着最美的绽放。

走进八中的教室，摆放着左右两排整齐桌椅，学生们都是面对面坐。一场别开生面的晨会，让我们感受到八中学生对于学习生活的细致与热情。就像他们的办学宗旨一样：人文 精致 卓越。

随后，八中的语文王老师和地理陈老师分别给我们上了一堂课。身处异地课堂，聆听着相同的知识，使我们对此印象深刻。王老师用生活中的例子让我们感受当时辛弃疾的悲愤情怀，课堂气氛活跃、表现力强。陈老师通过生动的案例与我们分享了振兴东北老工业基地的系列措施，理念先进，生动活泼。我校顾志宏老师和高嘉敏老师为开发区八中的老师讲授了地理课和语文课，八中的同学和老师们给予了高度评价。

同学们被分为八个组随班听课。当蓝白校服穿

插在红色校服之间，同学们的交融愈发和谐融洽。授课内容与十二中的内容相似，同学们个个都积极参与课堂。八中同学们脸上洋溢着快乐的笑容，似火一样的热情，正如一朵朵鲜艳美丽的花朵。

接下来是参观校园。我们漫步在雨后泥土芬芳的小路上，深层了解了大连八中。八中秉承“尊重生命本真，激活生命潜能，涵养生命情致”办学理念和“让生命怡然绽放”的办学宗旨，以及“走进八中，走向成功”的办学口号，注重学生们的综合发展，开展了各种各样的活动，尤其以美术方面极为优秀。八中有着优越硬件设施和许多精致建筑，在继承中创新，有着自己的特色，如孔园、类似图书馆的教学楼等。

我们在一张张快乐美丽的合照中结束了上午的行程。

下午我们来到了报告厅，聆听了关于大连历史的讲座。我们了解到了大连有着悠久的历史，在大连的骆驼山发现哺乳动物的化石，且其中许多都是喜暖动物。从讲座中我们也学习到了东北的民族文化和地理知识。

之后，在报告厅中，同学们怀着激动而期待的心情观看了八中精心准备的心理剧。这是一个关于亲情与成长的故事：高中生文笙的父母工作繁忙，经常无暇陪伴女儿，姐姐文墨也上了大学，常常留下文笙一人独自在家，无人关照。在学校她看到同桌赵凯的妈妈对他无微不至却使赵凯厌倦的关怀，心中有说不出的酸楚。她渴望着也有家人的陪伴照顾，哪怕是给她送一袋水果，在某个不知名的黄昏接她放学，但是没有。什么都没有。压抑许久的她终于按捺不住心中的火焰，在一次周末的晚饭上与父亲发生了争执，



赵校长赠送书法作品

她不理爸爸的解释,妈妈的苦口婆心,与家人陷入了冷战。然而在翌日清晨,文笙看到赵凯妈妈为了工作,为了给赵凯更好的生活,对别人低声下气。她终于体会到家长们的不易。就在这时,现场的同学们身临其境,我们仿佛与主人公文笙一起成长着,“这时我才发现,父亲身体上的变化,这是时光带来的,永恒的变化。”是啊,父母为了我们更好地生活,让辛劳染白了他们的头发,让流年冲洗出他们的皱纹。泪光映照着这感人至深的一幕,也永恒地记录下十二中与大开八中同学一起感受亲情与成长的感动与欣慰。这是大开八中同学在心理剧节自编自导自演的节目,准备得十分精心,颇似十二中的电影节。最后大开八中副校长表示希望与十二中同学再次在北京见面,感受十二中的电影节文化。这是美好的憧憬,也是两校友谊的见证。在雷鸣般的掌声中,全场师生沉醉在这深厚的情谊里。

6月15号下午,北京十二中与大开八中友谊辩论赛成功落下帷幕。赛场气氛紧张热烈,双方辩手引经据典、侃侃而谈,场下观众激情澎湃、掌声连连。双方队伍旁征博引,参赛队伍乘风破浪,气势如虹,自由辩论环节将比赛气氛再次推向高潮,金句连连,掌声不断,现场气氛迅速升温。

本次友谊辩论赛,不仅锻炼了我们的的辩论能力和合作能力,还提高了同学们语言组织能力、应变能力和逻辑思维能力。辩论赛这一良好的沟通平台,充分展示了大开八中与我校学子的非凡风采。

时间如流水般转瞬即逝,我们在大连的生活也

已接近尾声。回想这些天的京外生活,我们收获了很多同时也体会到了别具风味的生活。今天一整天我们都将在大开八中里度过,感受他们特色的校园文化并和他们一起展现我们两校同学们的英姿与活力!

为了增进两校同学的友谊,方便同学们的学习与交流,贵校展开了一次友谊篮球赛。同学们的心情都无比的激动,情绪十分高昂。两校队员也都十分重视这次学习与交流的机会,想从中与对手进行切磋从而提高自己的球技。

紧张的篮球赛在一声哨音中拉开了帷幕。我方队员全力奔跑,在篮球场上挥洒汗水,他们的表情十分紧张与凝重,他们拼尽全力夺得投篮的机会。场下的同学们同样激动无比,大家用欢呼呐喊和激烈的鼓掌声来为我们的队员们加油助威!对方的队员实力也十分强大,他们的速度如箭一般飞快,队员们的配合也十分默契。可见篮球场上配合是至关重要的。

这次友谊篮球赛举办的十分成功,我们不仅在这其中切磋了球技同时还使我们北京十二中和大开八中的友谊更深了一层。我们一定会记住这一次美好的回忆,将其深深的藏匿在内心深处。

在当天晚上,我们与大连开发区第八中学的同学们进行了精彩的晚会展示,晚会刚开始,主持人惊艳的出场就预示了晚会的精彩绝伦,北京十二中的同学们首先亮相,用深沉浑厚的嗓音唱出了我们对大十二最真挚的爱意。接着大开八中的同学们也毫不示弱,派出了两位相声表演者,他们的节目《说学逗唱》引得在场的同学笑声连连,惟妙惟肖的模仿和经典相声的双簧都给我们留下了深刻的印象。大开八中不仅在人文方面思想超前,在文体方面也有不少傲人的成绩,他们展示的舞蹈《风荷雨笠》曾在区级比赛中获得佳绩,姑娘们足尖轻点,点出圈圈涟漪,舞衣轻挥,挥出绵绵细雨。在大家还沉浸在清新的舞蹈中时,北京十二中同学带来的琵琶独奏《陈隋》让大家眼前一亮,禅静的音色让人陶醉其中,净化心灵。

歌曲《我好想你》让所有同学一起轻声合唱,伴着悠扬的旋律,大家消除了所有的隔阂,互相点头示



意。天下谁的,第一又如何,止干戈,我辈尚武德。有着现代爵士的动感,又有着中华武术的刚劲,当扇子的柔美与空手道的强悍相遇,又会擦出怎么样的火花,北京十二中给大家带来的舞蹈《霍元甲》完美将这些诠释。

大开八中的中阮齐奏,歌曲串烧和集体合唱都给大十二的同学们留下了深刻的印象。北京十二中又带来了舞蹈《这是什么事情啊》,男生们的活跃带动了现场激动的氛围,全场一起为他们欢呼。悠悠球的表演,让所有师生为之疯狂,动感的背景音乐配合娴熟的技术,无人不拍案叫绝。舞蹈《古典与现代》将惊鸿舞的柔美与恰恰的火热融为一体,让同学们的创新思维迸发的无比完美。金帆民乐团团长的二胡独奏《战马奔腾》让整体晚会的氛围有高涨起来,再一次迎来了晚会的高潮。最后大开八中的赵校长还以美术老师方孝恩的书法作品《心照神交》祝愿两校友谊亘古绵长。

安徽合肥分队实践活动纪实

带队教师:阮守华(领队) 刘刚 浦仕毕等

参与班级:高一(1)班 高一(8)班

实践地点:安徽省合肥市

友好学校:合肥市一六八中学

增强团队精神,了解合肥文化

6月15日上午7:20,合肥分队成员准时从学校出发。在导游的带领下,同学们首先来到了果园进行田间劳作。迎接我们的是当地盛产的油桃,品尝着新



三河古镇合影

鲜可口的油桃,感受到当地村民的热情招待,我们心中倍感温暖。随后,在村民的指导下,同学们进入葡萄果园除草,大部分同学都是第一次从事田间劳动,所以开始的时候有些无从下手,但渐渐地,同学们掌握了技巧,全身心投入,团结合作,最终完成了任务,得到了老师和村民的赞扬。

上午10:00,我们一行人乘车前往国家5A景区三河古镇,这里具有江南水乡的典型特征,碧水环绕,粉墙黛瓦,古色古香。在导游的带领下,我们参观了一人巷,万年台、刘同兴隆庄、杨振宁旧居等,脚踩长长的石板路,仰望古屋飞扬的檐角,穿梭在纵横交错的古巷,感悟厚重历史在这里留下的痕迹。

中午12:00左右,品尝了以米饺为代表的当地特色美食之后,我们来到了晚清军政大臣李鸿章的家宅。这座位于合肥市繁华步行街的旧宅,布局整齐,结构严谨,雕梁画柱,重现了晚清江淮地区民居特点。在讲解员的介绍下,我们浏览了大量珍贵的图片和实物,了解了李鸿章“少年科举,壮年戎马,中年封疆,晚年洋务”的一生。结合一六八中学任杰老师为我们介绍的淮军历史,我们对这位传奇的历史人物,有了更加全面和立体的了解。

下午3:00,同学们乘车来到了包公孝肃祠,无论是廉泉,还是铁面鱼、无丝藕,都在讲述包公忠孝的一生。历史虽已过去数百年,铁面无私的包公,仍用他的浩然正气,刚直不阿提醒世人“清心为治本,直道是身谋”。

在这一天里,同学们远离都市的繁华喧嚣,下田地,游古镇,重温历史人物的一生,对合肥“三国故地,包拯家乡,淮军摇篮,科教基地,滨湖新区,温泉之乡”的城市名片有了更加全面的认识。

河南分队实践活动纪实

带队教师:崔茂华(领队) 赵虹华 邹志宇等

参与班级:高一(2)班 高一(10)班

实践地点:河南

友好学校:南阳市第一中学

返璞归真游归零 山陕会馆增见闻

6月15日,踏着晨曦,我们的分队来到了南阳盛



豆浆制作中

名在外的归零文化村。一路欢声一路游，循林荫小道，访世外桃源。我们的队员深入田间、磨坊，了解小麦从生产到餐桌的全过程。全体师生共同亲手揉面、制作面点。揉面的过程就好比做人，急不得，要耐心，制作馒头要细心。同学们心灵手巧，做出的馒头形状各有特色。最后，做好的馒头上屉，抬到厨房，就等开吃啦！

接下来，导游将提前泡好的黄豆分盆，每两人一组分工合作，一人转石磨一人按照 1:2 的比例加豆加水。不久，同学们就磨出了一盆盆白色的豆浆原浆。

磨完豆浆，踏上乡间的小路，认识了很多常见时蔬在大自然中的美态，同学们也亲身体验了采摘红薯叶的艰辛。

我们在揉面的时候，老师们开始为我们做馅饼，用我们采摘的野菜，通过在厨房中的辛勤劳作，为我们带来了美味贴心的佳肴。吃着我们自己做的馒头，自己采摘的蔬菜，喝着自己磨的豆浆，感觉这些平凡的食物在浸染了我们的汗水之后显得更加美味。

下午我们前往有“天下第一 义冠古今”之誉的社旗山陕会馆，社旗山陕会馆坐落于河南省社旗县城中心，是山陕人在此“通商情，敬关爷”的场所。被誉为“中国第一会馆”。一进会馆映入眼帘的是刻在墙上的浮雕斑驳的痕迹象征着岁月的沉积，浮雕的中央象征着万事如意，四周的蝙蝠象征着遍地是福，故事总被人们赋予着美好的寓意。此刻，我们仿佛回到彼时，置身其中，那熟悉的戏台，那一个个享誉方圆的商贾巨富，他们以诚为信、秉忠正义、创造一个个中国古代商业历史的奇迹。

湖南分队实践活动纪实

带队教师：王岭(领队) 白雯 潘亚欣等

参与班级：高一(5)班 高一(6)班

实践地点：湖南

友好学校：湖南株洲九方中学

橘洲慕润之，麓山忆樊川 斜雨坛席洗，欢歌九方天

6月15日清晨，隐约雷鸣，阴霾天空，大雨打散了所有人的睡意。高一5、6班的师生们在雨中踏上去往橘子洲的征程。风雨是路，彩虹是心。

经过两个小时的车程及长时间的雨中漫步，同学们来到了青年时代的毛主席雕像下。看着主席年轻时代的风采，听着导游的讲解，我们了解到，主席曾五回韶山，或带着对父母的孝心，或含着满腔热血，或负着家国使命。这使我们更加了解一代伟人，也更比以前对主席充满敬意。

下午，同学们来到了世称“千年学府”的岳麓书院，身为中国古代四大书院之一，岳麓书院从内到外秉承“整、齐、严、肃”的学规。中轴对称的建筑群内，蕴含着千百年来英才辈出的历史事实。而同学们也在山雨之中领略了岳麓书院别样的风采，静谧、严谨、唯美。

带着对伟人、对古迹的敬仰，我们与长沙挥手告别。

晚上，我们与九方中学进行了增进友谊的联欢会，两校都是人才辈出，唱歌、跳舞、朗诵……参与表演的同学们让我们看到了与平时教室中不一样的他们。为了这次的联欢会，同学们都倾注了很多心血，



同学们在青年毛主席像下



在台下默默努力着，这才使得一个个节目给我们带来了震撼，也带走了我们的祝福。这次联欢会非常成功，这是九方中学赠与我们的一份青春记忆中的大礼。

江苏无锡分队实践活动纪实

带队教师：杨靖（领队） 李俊峰 兰宁静等

参与班级：高一（3）班 高一（9）班

实践地点：江苏

友好学校：南菁高级中学

探访名城同游拙政园

6月15日清晨，伴随着点点晨曦，无锡分队一行人驱车来到了苏州，慕名拜访中国四大名园之一的拙政园。一墙之隔，隔开了文化的幽静与外界的喧嚣。园外的墙壁上，拙政园的匾额便散发着浓重的文化气息，迈进园中，迎接我们的便是江南特有的婉约和灵动。一抹浓绿加以假山石的衬托，便开门见山般的将秀美这一江南园林的特点展现在游人面前。左右两门一归隐一入胜，将古人所追求的文化特质巧妙的仙化，更在这秀美中增添了一抹文化气息。那屏风，似是婉言的回避，却更胜无形的吸引。同学们一边观赏，一边似圣人般在院外深思。

踏入园中，典型的苏州园林这一建筑瑰宝便将自己的魅力发挥得一览无余。屋顶的四角高高的翘起，似大鹏展翅般直插云霄，那古典的，富集先人智慧的拱形建筑构造也令同学们啧啧称奇。最有意境的当属似剪花般的窗户。与北方的厚重不同，江南建



同学们在拙政园门前合影

筑给人的，是一种闲适，一种绵长，更是一种与自然的亲近，阳光似金子般透过窗户散了进来。被剪碎的阳光，让古典散发时代的光芒，那样的人类智慧与自然风光的结合，浑然天成，震古烁今。

同学们在园中一边讨论着江南与北方建筑的不同，一边用相机记录着自然风物的秀美。鱼儿的灵动，荷叶织成的绿网，动静相宜。古香古色的建筑和鸟儿驻足的清脆鸣声，更是相辅相成。这样一幅灵动的仙境，似桃花源般，让外人的来访成为了一种对清脆的打扰。幽静之美，体现在江南建筑中，而拙政园作为江南建筑的精华，更是让同学们的心中多了些宁静和对经典的细品意识。拙政园之美真是百闻不如一见。

“月落乌啼霜满天，江枫渔火对愁眠。姑苏城外寒山寺，夜半钟声到客船。”从小学我们就学习了这首诗，却从未真切地感受到其意境。而在今天下午，我们来到了枫桥夜泊。踏入那诗中所描述的景物，我们走进了张继所描述的世界。走在石板路上，体会百年的历史韵味；站在枫桥和江村桥上，眼观潺潺流水和两岸如水墨画般的房屋；漫步枫桥夜泊之中，感受江南风情。似乎是天公作美，下起了淅淅沥沥的小雨。在这濛濛的细雨中，枫桥夜泊中的一切都蒙上了一层薄薄的轻纱。朦胧中，隐隐约约看到了远处的小桥和亭子。这让我想到了两句诗：“沾衣欲湿杏花雨，吹面不寒杨柳风。”

离开枫桥夜泊之后，我们乘车来到了山塘古镇。这里有一条条幽长的小巷，巷的两侧排布着各种各样的小店铺。我们从巷的一头开始自由活动，在山塘古镇中闲逛。同学们走进了一家小店，店中陈列的物品或精致秀美，或是些贴近民俗的小玩意。我们在这古镇中品尝了江南的某些地方特色美食，江南与华北的差异也在口中那不大相似的味道中透露出来。

大约下午六点，在点点细雨中，我们踏上了回程的车。经过一天的行程后，同学们略感疲惫，车上的睡意渐浓。望着雨雾中的江南风光，我在心中暗自叹于她的美。

【2016 京外实践教育活动纪实报道五】

6月16日各支分队活动

6月16日,高一年级社会实践活动完成了最后一天的行程。学生们带着满满的收获,带着心灵的成长,不舍的离开友校、离开实践所在地,陆续踏上返京的列车。

辽宁大连分队实践活动纪实

带队教师:朱春平(领队) 张桂霞 田祥彪等

参与班级:高一(4)班 高一(7)班

实践地点:辽宁

友好学校:大连开发区八中

带着自信入眠

文 / 田祥彪

这段小路弯弯

印着脚印串串

大连轻风阵阵

留些记忆用做怀念

时光伴我欢喜或快乐

只愿你

带着自信入眠

——献给社会实践的北京十二中的学生们

不舍离别大开八中 感受虎滩异地风情

6月16日,是十二中团队在大连的最后一天,带着留恋与不舍的心情,享受着在大开八中的最后一次早餐。迎着清晨的曙光,两校师生在校园门口挥手告别,互相祝福。十二中团队将满腔不舍化为了感谢和欢迎:“感谢八中领导,感谢八中老师,感谢八中同

学,欢迎你们到北京做客,我们北京再相见。”

来到老虎滩海洋公园,同学们在这里开始了对海洋生物多样性的探究。

到活珊瑚馆,形态各异的不同品种的珊瑚向我们展示了一个五彩纷呈的奇妙海底世界。在同学们享受前所未有的视觉盛宴的同时,又收获了关于珊瑚的很多宝贵知识。比如珊瑚的类别、珊瑚的习性、珊瑚的繁殖方式等。

成群结队、五颜六色的鱼儿,憨态可掬的海龟、仿佛艺术杰作般的海星……这些多姿多彩的海洋精灵无一不在向我们述说着海洋这个伟大、神秘的美丽神话。

来到极地馆,摇摇摆摆的企鹅,笨拙又可爱的北极熊吸引了大家的眼球。同学们还了解了许多关于极地动物的知识,也纠正了许多长期存在于同学们思想中的错误观念。比如说北极熊的毛发是透明中空的,而不是同学们一直所认为的白色或是黄色。它



最后留念



中空的毛发冲入空气,可以起到抵抗严寒的作用。

除了自主参观外,同学们还观看了两场精彩绝伦的演出。这两场演出的主角分别是海狮和海豚,看着饲养员和海洋动物充满默契而又十分精彩的配合,同学们在捧腹大笑的同时,也认识到了海洋生物的灵动与智慧!

接下来我们走进鸟类王国,感受灵性之美。鸟语花香,是我们所追求美的意境之一。鸟语林,是一个实现这意境的地方。

下午进园,入目的是鹈鹕群,丹顶鹤,黑天鹅等不常见的鸟类。同学们的目光被它吸引,相机的咔嚓声频频响起。而远处的一抹火红强行挤入视线,那是火烈鸟和鸵鸟的区域。同学们又近距离感受了火烈鸟的火红的热情与鸵鸟庞大的身躯。

而鸟语林中的主要表演是一些极富智慧的精灵们——鹦鹉。举重,滑滑梯,骑单车等与最经典的语言交流为大家带来了欢乐。

旅行已经到了最后一站,大连俄罗斯风情街。同学们漫步在大街上,温暖的阳光撒在走道上,心情也随之荡漾。时钟指针仍在继续奔跑,同学们也在奔跑,奔跑着想要留住更多的时光。而身影,永远留在这美丽的地方,在同学们心中珍藏。

晚上我们去了到大连吃的第一顿饭的地方吃饭,仿佛在哪里开始就在哪里结束。大连这座城市,仿佛什么都没变,也仿佛什么都变了。大连没了同学们还是那样,没变,但同学们来了大连,心情、经历了。这就是成长,在不知不觉中成长,长大!

晚间的脚步悄悄来到,同学们离开大连的时间同样也即将到来。不舍,怀念,回忆,同样也十分珍惜,珍惜这次同学们一起去京外学习与锻炼的机会。

时间定格在晚上的 8:02,同学们拉着自己的行李,用依依不舍的目光来与这座美丽的城市告别。与此同时同学们在火车上拿起笔尽情抒发自己对于大

连的感受,写的都非常认真、投入。同学们对于这次大连之旅的情感溢于言表。把这份感情深深的埋藏在内心中最为美好的那个角落,作为今后最为纯真的回忆!

当回到熟悉的北京站,当再次沐浴到火热刺眼的阳光,当望见亲切美丽的校园时……同学们完美结束了这次的辽宁大连之旅,并且收获满满的快乐的平安抵达。

安徽合肥分队实践活动纪实

带队教师:阮守华(领队) 刘刚 浦仕毕等

参与班级:高一(1)班 高一(8)班

实践地点:安徽省合肥市

友好学校:合肥市一六八中学

踏归程师生不舍,念皖地人杰物华

6月16日早上7:30,合肥分队准时集合,开启京外社会实践最后一天的行程。迎着初升的太阳,同学们开始了在滨湖湿地公园两小时的徒步行走。参天的树木林立在路边,细密的晨光透过枝叶投影在湿润的地面上,雾气里的青草香也唤醒了一行人的感官,去除了多日以来的疲惫。路边有很多介绍各种珍禽走兽的牌子,偶尔还可以看见外形奇特的小昆虫等生物,让同学们感到真正融入了大自然,体会身心放松的感觉。



森林公园长走

上午 10:30 左右,合肥分队一行人抵达渡江战役纪念馆。纪念馆坐落在合肥滨湖新区烟波浩渺的巢湖之滨,主体建筑犹如乘风破浪的战舰,蓄势待发。在馆内,讲解员为同学们详细介绍了渡江战役前后的一系列史实,逼真的场景还原为渡江战役“钟山风雨起苍黄,百万雄师过大江”的气度。地下一层,战役中牺牲的八千余名烈士姓名遍布纪念厅四壁,而更多无名的英雄长眠于战场之中。同学们为他们的敢于牺牲深深感动,愿现世太平能告慰他们的亡灵。

随后,一行人参观了安徽名人馆。名人馆介绍了远古、秦汉、唐宋、晚清以及现代的数百位安徽名人,从有巢氏,到曹操、包拯,再到陈独秀、李鸿章等。他们在历史中留下足迹,推动历史的发展,这也体现了安徽的物华天宝和人杰地灵。

下午 15:00 左右,合肥分队来到位于天鹅湖畔的安徽省地质博物馆。讲解员循循善诱,为我们介绍了地球结构、海陆变迁、化石奥秘、生物演变、岩石矿物方面的各种知识。在这里,同学们深刻体会着大自然鬼斧神工的艺术手法,打造了震撼人心的种种奇观,对此同学们感到敬畏与叹服。

晚上 19:30,同学们收拾行李,打扫宿舍,准时从一六八中学出发前往合肥火车站,将乘坐 Z227 次列车返京。一路上,同学们既有对合肥一六八中学的依依不舍,也有即将归家的兴奋。此次,京外社会实践活动合肥路线画上了圆满的句号。在这几天时间里,我们每一个人都在成长着,大家变得勇敢,更加具有凝聚力,明白何为坚持,何为集体。这必将是一段难忘之旅,茫茫中华土地,又有了一个承载美好回忆的地方。

湖南分队实践活动纪实

带队教师:王岭(领队) 白雯 潘亚欣等

参与班级:高一(5)班 高一(6)班

实践地点:湖南

友好学校:湖南株洲九方中学

展现师生风采 感受株洲速度

6月16日,高一5、6班的同学们与九方中学的同学们一起坐进课堂,分享学习成果。下午我们又走进盼望已久的株洲机车厂,感受了八十年发展速度。

上午,北京十二中高一5、6班同学深入体验九方中学的校园生活,从早读、上课到课间操,从官方安排到学生间的自发交流,让两校学生的友谊更加深刻。

第一节课,九方中学的谢校长热情洋溢的为我们介绍了校史。1956年成立的九方中学,至今已有60周年的历史,逐步形成了三大特色:一、校企合作。从株洲电力机车子弟学校演变为今天的九方中学,学校保留了与中车集团密切联系的优良传统,株机的技术人员定期会到校与学生交流,学生也定期要到公司内感受企业文化。今天的“九方”二字正是株机公司的企业文化核心。二、国际视野。九方中学与美、法、德等国已有多年学业交流。三、宏志班。这使品学兼优的贫困学生有了接受优质教育的机会。

第二、三节课,同学们分为两个班,分别先后领略了两校语文和政治四位教师的课堂风采。九方中学的尹莉梅老师如婉约风格的李清照,十二中的潘亚欣老师如豪放派的苏东坡,把哲理随笔《人是一根会思想的苇草》在语文课堂上用不同的风格演绎的同样淋漓尽致。课堂气氛十分活跃,两校的同学都积极踊跃地发言。

同是国际关系内容,十二中的王红梅老师从知识入手,以时政热点为载体,让学生们的思维在对热点问题的分析、解决过程中尽情奔跑;九方中学的范小凤老师则立足课标,从国际关系入手,层层设问,深入浅出的为同学们讲解了国际关系。

第二、三节课间,我们还与九方中学高一年级的同学一起上操。做广播体操时,同学们模仿着动作,像模像样地完成了课间操。



参观株洲电力机车厂“和谐号”

第四、五节课十二中的同学们五人为一组，分别进入高一班级十个班听课。同学们相互学习，友好交流，从对知识的理解、问题的探讨，再到北京湖南两地的节日文化与高考形势。上体育课的同学们还与友校打了一场排球友谊赛。

下午，在九方中学校领导的努力下，同学们成为株洲大暴雨灾害后第一批参观株洲电力机车厂“和谐号”火车头生产车间的“客人”，亲身感受到了GO FRONT(向前)的企业文化，即分别是“green”“open”“free”“rapid”“new”“time”。

傍晚，圆满完成了所有实践活动的我们按时坐上了归途的火车，带着满满的收获踏上了回家的路。正如有些家长在微信群中所表达的那样：这次实践活动到了伟人故里，橘子洲头，岳麓书院，凤凰古城，对孩子们的成长意义非凡。这是一次成长之旅，更是难忘之旅。感谢十二中的校领导和老师们！感谢孩子们！青春万岁！

江苏无锡分队实践活动纪实

带队教师：杨靖(领队) 李俊峰 兰宁静等

参与班级：高一(3)班 高一(9)班

实践地点：江苏

友好学校：南菁高级中学

告别无锡友校 祭奠南京英灵

6月16日清晨，随着同学们渐渐从睡梦中醒来，无锡分队迎来了他们行程的最后一天。同学们都早早地起床，收拾行李，并且整理好了宿舍卫生。

在和南菁中学的校领导告别之后，他们踏上了前往南京的旅程。在车上，导游向他们详细介绍了南京的地理环境、文化习俗等，同学们也积极地和导游互动。到达南京后的第一站是钟山风景区，著名的中山陵就坐落于此，埋葬着著名的革命先驱孙中山先生。中山先生奋斗了一生，把自己的鲜血和宝贵的经历奉献给了他所热爱的民族解放事业。他的陵寝面朝祖国的大好江山，这是人们给这位斗士最好的礼物。

在导游的带领下，同学们来到了孙中山先生的灵堂，向孙先生表达了敬意。灵堂两侧的墙上刻着孙中山先生的主要事迹，中间立着一尊他的雕像，那雕像庄严肃穆，他面容消瘦，坚定的眼神里，透露出前进的决心。这样的力量在百年后的今日依旧散发着闪耀的光辉，他心灵的高度远远超出了这逶迤的高山，直插云霄。只见他若有所思的看着他面前的卷宗，似是思考，似是对未来前景的迷茫。在他的身上，少了一些党派的纷争，多的是几分对民族的思考和对团结各民族共同奋斗的意识，这就是两岸人民在一起拜谒中山先生的原因。孙先生自从在檀香山建立了中国同盟会之后，成为了鲁迅眼中第一个摇起革命大旗的斗士。

那时的社会，如同铁笼般让人的思想压抑，让整个国家丧失了应有的斗志。即便是有力量去改变中国的人，也因为旧社会的束缚而无法迈步。而孙先生的奋斗，是唤醒人们心中民族斗志的最强音，更是那些无法前进的人们最好的引路灯，这就是他的伟大之处。这天的祭拜活动，同学们深切感受到身为未来力量的责任感。这样的活动，意义非凡。

南京不愧是历史最好的诉说者之一，这里既有

六朝古都的风光,更有着民族国难耻辱的见证。这样的民族历史,让这个城市多了几分责任感,少了几分浮躁和迷茫。领略了中山先生民族责任的理念之后,我们便怀着一种沉重的心情,来到了侵华日军南京大屠杀遇难者同胞纪念馆,这里肃穆透着一种压抑,一种凄凉,更有一种力量。

刚进大门,那一尊高大的石像直入我的眼睛,震撼心灵。那是一个女人受到了日寇奸淫之苦后,无奈而悲愤的抱着自己被杀的孩子的情景。底下的碑文赫然在目:“母亲保护不了你,我的孩子,天啊,这还让人怎么活啊!”那种对天地的愤慨,对禽兽的恨之入骨,无一显露着国家的凋敝和人民的深重苦难。重现这样的情景,这怎生不让人压抑,怎生不让人心痛。

接着,无锡分队的各位同学和老师们举行了对南京大屠杀遇难者的祭奠活动。聆听着主持人杨宇轩和王云锦同学富有力量的演说,我们仿佛回到了那个苦难的年代。国难和悲剧历历在目,我们的心情无比沉重。此时,苏骏同学和刘宇昂同学肩扛花圈,缓慢而沉重地将其立在了我们面前,上面写着“北京十二中高一三、九班全体师生敬挽,沉痛悼念南京大屠杀遇难者同胞”。面对花圈,我们脱帽默哀一分钟,同学们心中都在主持人杨宇轩同学的庄严宣告下,回想着那个年代的时代悲歌,我们要铭记历史,振兴

中华。

祭奠活动结束后,我们通过主展馆的大门,通过指引一路看着国难的点点滴滴。同胞临死前那痛苦的神情,杀戮者魔鬼般的嘴脸,还有那刺眼的血迹,都刺激着我们的神经。我无法直视,同胞们悲天悯人的神情;我无法直视,那些魔鬼挥舞屠刀的快感;我无法直视,那斑斑血迹所映射的国家的耻辱。这些都已成为事实,成为近代中国抹不去的耻辱。还有那斑驳的碑上,刻着遇难者,300000的标记,底下是闪烁着红烛。这刺眼的数字,让我们的心情无比沉重,这仿佛向人民诉说着日寇罄竹难书的暴行。每一个亡灵,都刻着祖国的耻辱,每一颗红烛,都在点亮着祖国前进和富强的道路。这样的苦难,无疑让每一个处在和平世界的同学们,更加懂得和平的珍贵。那祭奠碑和其前面的和平碑对视着,仿佛是从历史的惨痛向现今的和平的过渡。这样的过渡,需要我们这一代人不懈的努力。这正是我们这一代人之于民主进程的奋斗目标,这就是一种前进了力量,这就是唤醒那些社会上的行尸走肉最好的一记强针。民族所在,就是力量的源泉,为了捍卫民族,无数先辈走上了抛头颅洒热血的革命道路;为了捍卫民族,当今的我们必须要走上武装头脑,献身民族的道路,这是祖国的出路,也是人民必须走上的道路。

在南京最后的时刻,我们来到了南京著名的夫子庙,同学们品尝了南京著名的美味:鸭血粉丝汤,同学们品味着美味,更是品味着文化,一种城市饮食文化。最后,我们漫步在夫子庙的繁华之中,感受着这座城市少有的快节奏,这是南京繁华的记号,也是南京复苏的例证。

告别了夫子庙,我们结束了五天的京外社会实践之旅,我们品味了文化,知晓了历史,更给自己明确了前进的方向。我们还在民族前进的进程上,我们还在传承着这国家遗留下来的文化,我们还在路上。



北京十二中学生为南京大屠杀遇难者敬献花圈



北京十二中朗悦学校特色班会活动展示

——“好习惯伴我成长”主题班会

一位哲学家说过:播下一个行为,你将收获一种习惯,播下一种习惯,你将收获一种性格,播下一种性格,你将收获一种命运。6月13日,北京十二中朗悦学校二(2)班开展了“好习惯伴我成长”主题班会。

本次班会活动由班主任陈芳老师主持召开,首先陈老师通过设问、引导学生观看了我国经典影片《没头脑和不高兴》,这部影片讲述了“没头脑”做事总是没头脑,“不高兴”做什么事都不高兴。长大后,“没头脑”造了999层的少年宫,结果忘了造电梯。“不高兴”演戏,只顾自己,结果他演的老虎打起了武松。从影片中学生认识到做事没头脑,就会马马虎虎,丢三落四,想事不周到。做事总是不高兴,不听别

人意见,只顾自己,那一定会失败。可见习惯对我们的影响之大,因为习惯在不知不觉中影响着我们的效率,左右着我们的成败。养成好习惯非常重要,好习惯从小就应该养成。

班会最后,学生们畅所欲言,纷纷举手讲述了自己的好习惯以及坏习惯,同时还发表了自己的看法,并保证今后会更加注重自己的习惯养成,力争从小养成好习惯。通过这次班会同学们对好习惯已经有了一定的认识,大部分同学也都开始注重培养自己的好习惯了,好习惯的养成需要一天天地坚持。此次主题班会使同学们树立了从我做起,从身边的小事做起的意识。

朗悦学校“食品和药品”安全健康进校园教育活动

夏季炎热,这是容易出现饮食问题的高发期。为了加强学校食品安全教育,增强学生的食品安全意识和自我防范能力,教育和引导学生培养良好的饮食习惯,建立科学健康的生活方式,6月13日上午,北京市房山区食品药品监督管理局走进学校,向学生进行了“食品和药品”安全健康教育。

来访监管人员现场向学生发放了精心编印的食品安全知识手册和安全用药知识手册。

从手册中学生学习到了食用垃圾食品的危害、

如何辨别垃圾食品、疾病防控和安全饮食健康、营养食品均衡搭配等方面的知识。学校希望孩子们把食品安全知识牢记心头,将学到的知识转化成自觉的行动:不到校外私营餐馆用餐、不食用过期食品、不暴饮暴食、不食生冷食品和不买“三无产品”。加强自身的锻炼,以提高自身的防病意识等常识。

通过这次宣传活动,学生对平时生活中关于食品和药品安全的知识有了更详细的认知,也知道了日常生活中要养成良好生活饮食习惯的重要性。

朗悦学校参加北京市中小学 啦啦操比赛展现风采

6月11日,北京市中小学生啦啦操比赛在北京市地坛体育馆举行。朗悦学校健美操社团组织一、二年级学生参加了“规定花球16版”项目小学组的比赛。

为了准备本次参赛,小队员们排练了近一个月时间。排练过程虽然辛苦,但小队员们从不抱怨,比赛中更是精神焕发、队形变化有序、动作优美舒展,充分展示了朗悦学子朝气蓬勃、奋发向上的精神风貌和团结协作、活泼友爱的团队精神。

本次参赛任务在薛辉、苏跃、严宇教师的带领下顺利完成,小队员们既在活动中收获了乐趣,又获得了参加大型比赛的经验,得到历练。此外,从排练到参赛都离不开学生家长的大力支持,家长们全程跟随帮助小队员们换装、化妆,组织队伍等。



参赛队员与领队教师合影

正是有了这样和谐的家校沟通和合作,才让朗悦学校不断开展和参与到丰富多彩的课外活动中来,才让朗悦学子不断朝着求真、崇善、唯美的目标发展。

我校刘哲凯同学在亚洲青年田径锦标赛 和全国少年田径锦标赛上连创佳绩

2016年6月1日至6月6日,我校田径队高一学生刘哲凯代表中国国家田径队,参加了在越南胡



志明市举行的第17届亚洲青年田径锦标赛。今年16岁的他在男子标枪项目比赛中与18-19岁年龄组的各国优秀运动员同场竞技,投出了66.88米(800g)的个人最好成绩,收获第八名,同月10日,刘哲凯和闫苏京教练奔赴山东济南,代表北京队参加全国少年田径锦标赛,并在男子标枪项目比赛中一举夺魁,成绩为惊人的75.80米(700g)。

值得一提的是,此次刘哲凯同学在一个月内的两场重大赛事中连续创造出了个人最好成绩,且均达国家一级运动员标准,为祖国、为家乡北京、为母校争得了荣誉。



我校学生在第五届东盟 10+3 初中科学 奥德赛中获得金奖

国际舞台显身手 自古英才出少年

——我校学生在第五届东盟 10+3 初中科学奥德赛中获得金奖

6月12-19日,由我校初二年级董睿、于涵、傅恒、郝鑫霖、赵珮雯、赵江寒六名学生组成的A、B两组中国代表队,在李辉和马玲老师的带领下,代表中国参加了在菲律宾马尼拉举行的5TH ASEAN Plus Three Junior Science Odyssey(第五届东盟10+3初中科学奥德赛)。中国代表队在13个国家和台湾地区的共26支代表队中脱颖而出,在总共三个项目的比赛中获得了两个项目的金奖和两项铜奖。我校这次取得的成绩是此活动举办5届中,中国队获得金牌和奖牌最多的一届!

本届比赛参与的国家有东盟10国和中国、韩国、瑞典以及台湾地区,学生年龄要求13-15岁。主办方是韩国科学英才东盟10+3中心,比赛主题是气候变化与热带雨林,比赛项目包括:课题研究成果(海报)展示和答辩、科学性实验(包括物理、化学、生物)、各国混合小组的研究方案设计,每项比赛均设金银铜奖。

我校由郝鑫霖、赵珮雯、赵江寒同学组成的B组,在课题研究成果展示项目中,因科学性强和陈述精炼、清晰,在26支队伍中脱颖而出,获得课题成果展示项目金牌;由董睿、于涵、傅恒同学组成的A组同学获得了生物实验技能、化学实验技能两项比赛的铜牌;董睿同学参加的混合组获得了研究方案设计项目的金牌。指导教师马玲老师在大会上介绍了我校科技课程的设置和活动的开展情况,引起了与会者浓厚的兴趣。

此次比赛由于接到通知的时间晚,我校师生面临时间紧、任务重、压力大等众多困难。据了解其他国家(地区)早在3月份就得到了活动通知,有更充裕的时间进行准备。在二十多天的时间里迅速完成了学生选拔、指导教师组队、选定课题、进行课题研究、请专家指导、实验培训、英语强化训练、设计制作海报、办理护照签证公证保险购机票等出国手续、准备文化交流内容等一系列工作。

全校从校长到指导教师,到学生家长,通力合作,辛勤付出。由一批特级教师、博士教师、硕士教师组成的强大指导教师团队,利用中午、放学后、选修课时间、社团活动时间、周末、高考放假和端午假期,加班加点、夜以继日地给学生进行辅导和实验培训。

中国队是各支参赛队伍中平均年龄最小的,同时也是准备时间最短,能获得如此成绩,实属不易。参赛的六名初二同学,还没有学习化学,物理也只是刚刚开始学习,专业知识和实验技能有很多空白,对主题中的热带雨林相关知识比较陌生。他们在不耽误正常上课、学习的情况下,投入了大量时间和精力,强化学习,表现出很强的学习能力和巨大的潜力。

在各国文化的展示交流阶段,我校学生表演的功夫扇、武术、太极拳、书法吸引了各国老师和学生。武术冠军于涵表演完就成为了大家争相合影的偶像。

通过比赛,学生们收获了成长,开阔了视野,锻炼了合作力和领导力,与各国同学建立了深厚的友谊。

原生态“常规”课堂怎么不见了

曾经亲历这样的情况，教师和学生正陶醉在多媒体课件的优美画面中，突然停电，一节设计精细、准备充分的公开课戛然而止，任课教师无奈地简单补充了几句，就提前下课了，这样的课无异于虎头蛇尾。这不禁让人发问，难道离了多媒体，优质课就无法完美呈现吗？纵观时下的公开课、优质课，很多时候让人如“雾里看花”，一些表面的浮华热闹遮蔽了对实际问题的探讨。部分教师过度依赖甚至滥用多媒体，致使课堂信息量过大，学生囫圇吞枣或疲于应付，而真正的知识点却如蜻蜓点水，留在学生记忆中的仅仅是浮光掠影。这样“秀”出来的课并不符合常规的课堂教学规律，常规的课堂教学应是“原生态”的，而不是刻意雕饰的，这种课程改革中涌现出来的新问题应引起更多人的关注。

在我看来，课程改革应当多做减法——减掉那些附着在教育躯体上的各种外衣，让教学内容以自己的真实面貌呈现。多媒体以其独特的优势进入课堂，迅速取代了一张嘴、一支粉笔、一块黑板的传统教学方式，为课堂教学带来了的生机与活力，为进一步提升教学质量提供了新的空间。但在这个过程中也出现了很多问题：部分教师过度依赖多媒体教学，投入大量的精力设计、制作精美的课件，使课堂呈现出一种表面繁荣的景象；有的教师完全依靠设计好的教学流程，在课堂上只是轻点鼠标，以此来引领学生进行学习，而忽略了师生之间情感的交流。多媒体课件确实能使一些难于理解的知识在学生头脑中形成鲜明的印象，对掌握知识有着巨大的作用。但它只是课堂教学的一种辅助手段，而不是评价教学的标准。

我们说课堂回归“原生态”，并不是要拒绝声光电，并不是对现代教学媒体简单地说“不”，而是要选择真正适合我们的教学手段。用人用其长，使用教学手段也是如此，一定要扬长避短，注重实效。在利用多媒体时，要正确处理多媒体和粉笔、黑板、普通教具、语言表达之间的关系，特别要考虑时间因素，正确处理好多媒体教学时间（操作时间）与适时的课堂讲解、板书、师生交流、学生反思时间的关系。不要搞

形式主义，使课堂教学变成各种电教手段的演示会。负责任的课堂教学，应以教学效果为准绳，充分发挥传统教学手段和多媒体教学手段各自的优势，力避两种教学手段的不足。只有这样，才能真正实现课堂教学的“多快好省”。

自主、合作、探究式学习已普遍应用到各学科的日常课堂教学中，如果一节课没有应用自主、合作、探究式学习就是不完整的。许多课从教学经验和教学形式上看，充分体现了新课标精神，教师不是把知识直接灌输给学生，而是通过学生的探究最后得出结论。然而细细品味，许多探究活动演变成了验证知识的活动，更甚者把一些简单的“活动”变成了复杂的“探究”，给学生增加了不必要的麻烦，提高了学习难度，这无疑走入了刻意追求形式而故弄玄虚的课堂教学误区。开展探究教学的重要条件是选题或学习的材料必须立足于常识，同时具有一定的难度、挑战性，探究的问题必须具有意义，否则，便失去了探究的价值。

苏霍姆林斯基说：“教育的技巧并不在于能预见课堂的所有细节，而在于根据当时的具体情况，巧妙地在学生不知不觉中做出相应的变动。”大部分教师每节课都做教学设计，但在实际的教学中，谁都无法预料课堂会发生什么情况。一旦学生的反应不在自己的预设之内，很多教师就要想方设法把他们拉到计划之中，生怕学生的思维过于活跃而无法掌控，甚至会不加分析地公布“标准答案”。忽视了学生在课堂上的发展，只是教师渲染课堂气氛的一种装饰，这样的课堂只是换了一种形式的“灌”而非“引”。

总之，“原生态”教学并不只是课堂形式上的返璞归真，也不是简单地对现代多媒体教学说“不”，更不是排斥自主、合作、探究式学习，而是在教学思想上真正的回归本原，在教学形式和教学手段上真正切合、尊重学生实际，在教学过程上更加追求和谐，使我们的课堂教学呈现出“清水出芙蓉，天然去雕饰”的真美！

（本文源于中国教育新闻网，作者：朱海建，工作单位：山东省惠民县胡集镇月杨小学）



毕淑敏：告诉孩子，并不是只有 比别人优秀才会更幸福

什么是幸福？

成绩好就能幸福？成功了就是幸福？最近，热播电视剧《虎妈猫爸》中，赵薇饰演的毕胜男，因为事业与生活中遇到挫折，哭着跟爸爸说，我成绩好又怎么样，你知道我每天晚上做噩梦吗，你知道我现在是一部工作的机器吗，你知道我生活不幸福吗？

亲，你怎样看待孩子的幸福、梦想与成功？你是否在让孩子更有出息还是更幸福中，变得极度纠结呢？你是否愿意让你的孩子做一个幸福的普通人呢？

成功是为了什么，成功之后又将如何？

人们对于成功的理解越来越功利，以至于成功标准最终都可以简化成挣钱的多少。这是社会出了问题，而这个问题再折射到子女教育和后代发展上来，就变得非常畸形了。

现在的孩子从幼儿园、小学、初中、高中到大学一路拼杀而上，在一个大的社会范围内经历着严酷的竞争，好像只有最优秀的人才能被整个社会承认，才是成功者，而绝大多数人都成为失败者，这样的评判标准是错误的。

成功是为了什么，成功之后又将如何？其实这个问题经不住几次追问，事实上，每个人尽己所能、把自己的能量发挥出来就是成功。

在中国，最重要的是把“成功”二字破解掉，建立起这样一种观念——让孩子做自己感兴趣的事情，不为外界的评价所困扰，产生自给自足的幸福感。

要让孩子从小懂得并不是只有考第一才会更幸福

人活着总在追求幸福，那么自给自足的幸福感从何而来？有钱就是幸福吗？女孩儿一定要长得漂亮才能幸福吗？接受最好的教育就是幸福吗？

这些都是不能画等号的，但是人们一窝蜂地把这个问题简化成为“永远的第一”就是幸福，但世界上的“第一”是没有穷尽的，真正的幸福应该是有意义加上长久的快乐。因为快乐是一种停在表层、比较短暂的人生体验，吃喝是快乐的，但还不等同于幸福，不等同于有意义。

怎样让孩子体验到幸福？一定要让孩子在特别小的时候就有感知幸福的能力，打破世俗的标准，让孩子明白并不是不出类拔萃就没有资格享受幸福，并不是只有最优秀的人才能被社会认可，并不是只有比别人更好才会更幸福。

现在的网络和电视媒体不加区分、一股脑儿地将各种成人的问题赤裸裸地展现在孩子面前，以至于孩子对“幸福”产生了诸多困惑，十一二岁的孩子甚至也会问“人活着是为什么”。我觉得，类似问题不是孩子思考得来的，而是现代媒体立体化地灌输给孩子的，他们的心智还不足以思考这些问题，不论是正面的还是反面的。这些问题的答案要孩子自己慢慢去寻找，人生是一个过程，忍耐和等待是它的必修课，撒下一粒种子，不懂得等待，是不会看到它开花结果的那一天的。

爱孩子，请给他更多可能性

中国的作文从来不是一个让人说真话的地方，

它只是应试教育下的一个技术。中国不乏对应试教育中技术化、程式化的东西掌握得很好的学生,但是大学生开始找不到工作是一个转折的信号,它让人们逐渐领悟到:一个人在社会上立足的根本是真实的本领,而真实的本领不是来源于技术,而是热爱,一个人不热爱自己所做的事情,又怎么能超越他人呢?

因此,父母要帮助孩子找到自己真正的才能和兴趣所在。真正爱自己的孩子、与孩子朝夕相处、观察他的一举一动,做到这一点并不是那么难,很多家长为此焦虑是因为他们封死了很多可能性,过于急功近利,当一个孩子说他想当救护车司机时,往往被家长断然否定了。

我觉得一些家长为孩子设计人生之路本身并没有错,但是孩子有权利选择其他道路,当孩子与父母的意见不统一时,应该尊重孩子的选择,不要让家庭环境恶化到无药可救的地步:你怕什么,孩子就来什么,孩子有时候会不惜自毁来反叛父母,所以一定要尊重孩子。

有些精英阶层的想法非常微妙,他们本身是高等学历的受益者,有些人来自农村,他们把自己的人生经验简化为“我之所以有今天就是因为学习好”,因此他们竭力为子女选择最优教育的过程,实际上就是藐视自己出身的过程,是自己人生经验的一种投射,孩子可能从小就在他们的控制下失去了幸福童年。

如果是我有一个这样的孩子,我会让他就近上学。之后尽可能地拿出所有的时间去玩,去看博物馆、去接触大自然,和所有的小朋友和谐相处。

孩子的生命自有他该有的轨迹

一天,我和儿子面对面坐着剥豆。当翠绿的豆快将白瓷盆的底铺满时,儿子忽然站起身,新拿一个瓷碗放在自己的面前,将瓷盆朝我面前推了推。

我问:“想比赛?”

“对。”儿子眼动手剥,利索地回答道。

“这不公平。我的盆里已有不少了,可你只有几粒。”我说着,顺手抓一把豆想放到他碗里。

“不,”他按住我的手,“就这样,才能试出我的速度。”

一丝喜悦悄悄涌上心头,我欣赏儿子这种自信和大气。

一时,原本很随意的家务劳动有了节奏,只见手起豆落,母子都敛声息语。

“让儿子赢吧,以后他会对自己多一些自信。”这样想着,我的手不知不觉地慢了下来。

“在外面竞争靠的是实力,谁会让你?要让他知道,失败、成功皆是常事。”剥豆的速度又快了起来。

儿子手不停歇,目光却时不时地落在两个容器里。

见他如此投入,我心生怜爱,剥豆的动作不觉又缓了下来。

“不要给孩子虚假的胜利。”想到这些,我的节奏又紧了许多。一大袋豌豆很快剥完了。一盆一碗,一大一小,不同的容器难以比较,但凭常识,我知道儿子输定了。

我正想淡化结果,他却极认真地拿来一个碗,先将他的豆倒进去,正好一碗,然后又用同样的碗来量我的豆,也是一碗,只是凸起来了,像一个隆起的土丘。

“你赢了。”他朝我笑笑,很轻松,全然没有剥豆时的认真和执著。

“是平局,我本来有底子。”我纠正他。

“我少,是我输了。”没有赌气,没有沮丧,儿子的脸上仍是那如山泉般的清澈笑容。

这样的小事中,我有了不小的感悟——觉得自己瞻前顾后,实在是小心得过分了。

孩子的生命,自有他该有的轨迹,该承受的,该经历的,他都应有完整的体验。失望、失误、失败,伤痛、伤感、伤痕,自有他的价值,不必人为地营造一片虚假的生存空间,因为生活是实在的,生命也要经过磨难才真实。

本文源于中国教育新闻网



习近平：创新的事业呼唤创新的人才

党的十八届五中全会提出：“坚持创新发展，必须把创新摆在国家发展全局的核心位置，不断推进理论创新、制度创新、科技创新、文化创新等各方面创新，让创新贯穿党和国家一切工作，让创新在全社会蔚然成风。”创新的事业必须由创新的人才来干，人才是创新的核心要素。习近平指出：“人是科技创新最关键的因素。创新的事业呼唤创新的人才。我国要在科技创新方面走在世界前列，必须在创新实践中发现人才、在创新活动中培育人才、在创新事业中凝聚人才。”

一、在创新实践中发现人才

“日新之谓盛德”，中华民族爱学习、善学习，敬知识、崇创新，在灿烂不熄的文明长河中创新人才不断涌现，持续书写着东方大国的创新史。习近平指出：“创新是一个民族进步的灵魂，是一个国家兴旺发达的不竭源泉，也是中华民族最鲜明的民族禀赋。”因此，在全面建成小康社会的实践中、在民族伟大复兴的进程中，一定会涌现出更多更好的创新人才，我们需要及时发现这些人才并用好这些人才，使他们在创新发展战略中发挥更大的作用。习近平指出：“创新的事业呼唤创新的人才。实现中华民族伟大复兴，人才越多越好，本事越大越好。知识就是力量，人才就是未来。中国要在科技创新方面走在世界前列，必须在创新实践中发现人才。”

“得人则安，失人则危。”只有得到创新人才，才能顺利开展创新事业。因此，在全面建成小康社会的

各项事业中，必须优先考虑创新人才的开发。习近平指出：“我国科技队伍规模是世界上最大的，这是我们必须引以为豪的。但是，我们在科技队伍上也面对着严峻挑战，就是创新型科技人才结构性不足矛盾突出，世界级科技大师缺乏，领军人才、尖子人才不足，工程技术人才培养同生产和创新实践脱节。‘一年之计，莫如树谷；十年之计，莫如树木；终身之计，莫如树人。’我们要把人才资源开发放在科技创新最优先的位置。”今年3月21日中共中央印发的《关于深化人才发展体制机制改革的意见》指出：“坚持人才引领创新发展，将人才发展列为经济社会发展综合评价指标。综合运用区域、产业政策和财政、税收杠杆，加大人才资源开发力度。”

要建立良好的选人用人机制，将真正的创新人才选出来、用起来，形成广纳贤才、人尽其才的制度体系。《关于深化人才发展体制机制改革的意见》指出：“优化财政支出结构，完善人才发展投入机制，加大人才开发投入力度。调整和规范人才工程项目财政性支出，提高资金使用效益。发挥人才发展专项资金、中小企业发展基金、产业投资基金等政府投入的引导和撬动作用，建立政府、企业、社会多元投入机制。”

要站在世界之巅开发创新人才，完善创新人才的引进机制。不管是黄皮肤、白皮肤还是黑皮肤，只要是我们需要的创新人才，尽可能想办法为我所用。以前，我们在选拔人才、特别是创新人才方面，视野

不够宽、站位不够高,前新加坡资政李光耀曾说:“中国是从13亿人中挑选人才,而美国是从70亿人中挑选人才。”今后必须改变这一现状。《关于深化人才发展体制机制改革的意见》指出:“实行更积极、更开放、更有效的人才引进政策,更大力度实施海外高层次人才引进计划(国家‘千人计划’),敞开大门,不拘一格,柔性汇聚全球人才资源。对国家急需紧缺的特殊人才,开辟专门渠道,实行特殊政策,实现精准引进。支持地方、部门和用人单位设立引才项目,加强动态管理。”这将进一步增强人才政策开放度,敞开大门招四方之才,彰显我们面向全球引才聚才的博大胸怀。习近平强调:“外国专家主管部门要继续完善外国人才引进体制机制,切实保护知识产权,保障外国人才合法权益,对作出突出贡献的外国人才给予表彰奖励,让有志于来华发展的外国人才来得了、待得住、用得好、流得动。要遵循国际人才流动规律,更好发挥企业、高校、科研机构等用人单位的主体作用,使外国人才的专长和中国发展的需要紧密契合,为外国专家施展才能、实现事业梦想提供更加广阔的舞台。”

二、在创新活动中培育人才

要在创新实践中发现人才,更要在创新活动中培育人才,要把培育创新人才作为人才培养的首要任务,只有这样才能保证创新人才不断涌现,创新事业兴旺发达。

首先各级党政领导必须高度重视创新人才的培育,树立创新人才是创新事业第一资源新理念,让创新人才培养成为真正的“一把手”工程。实践证明,只有党政领导、特别是“一把手”高度重视创新人才的培养工作,才能又好又快地培养创新人才。

其次要创新人才培养模式,让各行各业都能不断培育出创新人才。《关于深化人才发展体制机制改革的意见》指出:“突出经济社会发展需求导向,建立

高校学科专业、类型、层次和区域布局动态调整机制。统筹产业发展和人才培养开发规划,加强产业人才需求预测,加快培育重点行业、重要领域、战略性新兴产业人才。注重人才创新意识和创新能力培养,探索建立以创新创业为导向的人才培养机制,完善产学研用结合的协同育人模式。”

第三,要建立创新人才合理流动机制。“人才者,求之则愈出,置之则愈匮。”对于创新人才一定要放在最适合的位置上,充分发挥他们的作用。“十三五”规划纲要指出:“促进人才优化配置。指出建立健全人才流动机制,提高社会横向和纵向流动性,促进人才在不同性质单位和不同地域间有序自由流动。激励人才向基层一线、中西部、艰苦边远地区流动。开展东部沿海地区与中西部地区、东北等老工业基地人才交流和对口支援,继续实施东部城市对口支持西部地区人才培训工程。”

第四,要创新人才培养的体制机制,在体制机制上保证创新人才培养体系化、科学化。要改革原有不适合、不科学的创新人才培养体制,勇于创新人才培养、引进、保留、使用的政策制度,完善创新人才评价标准和评价方式。要加大对新兴产业以及重点领域、企业急需紧缺人才支持力度。支持新型研发机构建设,鼓励人才自主选择科研方向、组建科研团队,开展原创性基础研究和面向需求的应用研发。《关于深化人才发展体制机制改革的意见》指出:“更大力度实施国家高层次人才特殊支持计划(国家‘万人计划’),完善支持政策,创新支持方式。构建科学、技术、工程专家协同创新机制。建立统一的人才工程项目信息管理平台,推动人才工程项目与各类科研、基地计划相衔接。按照精简、合并、取消、下放要求,深入推进项目评审、人才评价、机构评估改革。”创新人才培养不是一蹴而就的,需要科学的方式,稳定的政策,长效的机制。习近平指出:“实现‘两个一百年’奋



斗目标,必须深化人才发展体制机制改革,加快建设人才强国。”

三、在创新事业中凝聚人才

发现创新人才、培育创新人,目的是为了留住人才、使用人才,要用民族复兴的伟大事业凝聚创新人才,要让创新人才能够在中国特色社会主义建设的创新事业中充分施展才华,实现其理想抱负,让每一位创新人才都有人生出彩机会和出彩舞台。习近平指出:“要以更加开放的视野引进和集聚人才,加快集聚一批站在行业科技前沿、具有国际视野的领军人才。”

要用优良的环境凝聚创新人才。首先全社会都要尊重创新人才,让创新人才成为明星,让每一位创新人才都拥有大量创新粉丝。其次要为创新人才创造良好的工作与生活环境。尽量创造出让创新人才发挥最大效率的工作条件,提高他们的创新生产率,让他们工作舒心。要让创新人才生活上没有后顾之忧。要改善创新人才的住房、医疗、交通、通讯等生活条件,尽可能帮助他们解决户口、家属安排、子女入学就业等生活中的实际问题。“十三五”规划纲要指出:“完善工资、医疗待遇、职称评定、养老保障等激励政策,完善人才评价激励机制和服务保障体系,营造有利于人人皆可成才和青年人才脱颖而出的社会环境。发挥政府投入引导作用,鼓励人才资源开发和人才引进。完善业绩和贡献导向的人才评价标准。保障人才以知识、技能、管理等创新要素参与利益分配,以市场价值回报人才价值,强化对人才的物质和精神激励,鼓励人才弘扬奉献精神。营造崇尚专业的社会氛围,大力弘扬新时期工匠精神。”习近平指出:“环境好,则人才聚、事业兴;环境不好,则人才散、事业衰。”人才与环境的关系就像树木与土壤的关系,人才成长与社会环境息息相关,离不开社会环境的

滋养和哺育,中外实践都证明,人才发展环境的优劣已经成为当今人才竞争的关键要素。

要加强创新人才的创新成果保护工作,让创新人才的合法利益不会轻易受损。《关于深化人才发展体制机制改革的意见》指出:“加强创新成果知识产权保护。完善知识产权保护制度,加快出台职务发明条例。研究制定商业模式、文化创意等创新成果保护办法。建立创新人才维权援助机制。建立人才引进使用中的知识产权鉴定机制,防控知识产权风险。完善知识产权质押融资等金融服务机制,为人才创新创业提供支持。”同时还要为创新成果转化创造便利条件,加大对创新人才的支持力度和激励力度。《关于深化人才发展体制机制改革的意见》指出:“赋予高校、科研院所科技成果使用、处置和收益管理自主权,除事关国防、国家安全、国家利益、重大社会公共利益外,行政主管部门不再审批或备案。允许科技成果通过协议定价、在技术市场挂牌交易、拍卖等方式转让转化。完善科研人员收入分配政策,依法赋予创新领军人才更大财物支配权、技术路线决定权,实行以增加知识价值为导向的激励机制。完善市场评价要素贡献并按贡献分配的机制。研究制定国有企业事业单位人才股权期权激励政策,对不适宜实行股权期权激励的采取其他激励措施。探索高校、科研院所担任领导职务科技人才获得现金与股权激励管理办法。完善人才奖励制度。”

习近平指出:“人是科技创新最关键的因素,创新的事业呼唤创新的人才;创新驱动实质上是人才驱动。”“十三五”时期,我们要在创新中发现人才,培育人才,凝聚人才,为全面建成小康社会和实现中国梦提供强大的人才支撑。

来源:学习中国公众号关于“习近平科技创新论述专题”

感恩, 母亲

高二(9)班 赵鹤麟

昨天是五月的第二个星期日,也是2016年的母亲节。自1907年美国安娜·查维斯夫人倡导并成立母亲节以来,108年里,全世界人民用不同的形式庆祝这个赞颂母爱的节日。

一束康乃馨,一个微笑,一份发自内心的感激,一颗感恩的心。从我们出生的那一刻开始,我们的母亲为我们付出了太多太多。当我们第一次哭泣时,母亲给予了我们生存的权利;当我们牙牙学语时,母亲便交给我们做人的道理;当我们嬉戏玩耍时,母亲给予我们无尽的关怀;当我们行游远方时,母亲给予我们真挚的思念。我们在母爱中学习,在母爱中生活,在母爱中成长。母爱是伟大的,是无私的,世上每一个生命都浸润在它的光辉之下。

时光流逝,忽然间母亲的黑发之中逐渐夹杂着白发,纤纤素手上逐渐出现了裂纹,眼角悄悄多了几道皱纹,背也不再像年轻时那样挺拔。我们在一点点成长,母亲在一点点衰老,母亲为我们做了许多,我们为母亲做得却太少太少。感恩二字,我们常常挂在嘴边,但真正能时时刻刻践行的人,似乎还是太少。

那我们能做什么呢?每天一个问候,一份关怀,

一个眼神,一句祝福,一个拥抱,甚至是一杯水,一杯茶……一件件小事,却足以温暖那颗美丽的心灵。感恩不需要轰轰烈烈,不需要惊天动地,但是它一定是发自内心的,一定是真诚的。

母爱,不全来自于妈妈,还来自那像母亲一般陪伴着我们的,一位又一位的女老师。他们大多有了自己的家庭和孩子,但是她们仍然将极大的心血倾注在我们身上。老师,谢谢您。所以,请同学们不要因为老师的严格要求而不满。无论是鼓励与批评都基于她们对我们关爱。

“女子虽弱,为母则强”无论是妈妈还是老师,她们在绝无平坦而言的人生旅途,都以爱,以温情,以慈悲,以善良,以微笑,对着人生,对着我们!没有母亲,生命将是一团漆黑;没有老师,社会将失去温暖。

同学们,昨天康乃馨的芳香还没有散去,我们对母爱的感恩从未停止。母亲节虽然已经过去,我们对母亲的爱永没有尽头。感谢每一位母亲为我们付出的一切,您们辛苦了。

再次,祝我们的女教师们母亲节快乐!



品味端午,传承文化

高二(9)班 李子涵

端午节,又称端阳节,龙舟节,是我国四大传统节日之一。最初为古代百越地区部族举行图腾祭祀的节日,后因战国时期的楚国诗人屈原在该日抱石跳汨罗江自尽,人们为了纪念他的爱国精神,将端午作为纪念屈原的节日。

时至今日,端午节仍是一个隆重的节日。由于地域广大,民族众多,各地有着不尽相同的习俗。如悬挂菖蒲、艾草,佩香囊,赛龙舟,吃粽子等。

随着端午假期的设立,各式各样的庆祝活动层出不穷,端午的节日气氛也越发热烈。但是,人们对端午节的态度却越来越远离了端午节的真正精神及其文化传统。

在中华民族的历史上,端午节是一个传统文化情感与厚重的家国情怀的载体。然而,随着时光流逝、社会变迁,插艾挂菖、祭龙祭屈这些传统的过节形式与现代生活渐行渐远。除了几个粽子、一天假期,很多人淡忘了端午背后的历史文化内涵。

端午节因为纪念屈原而盛行,龙舟与粽子也是我们表达对屈原“亦余心之所善兮,虽九死犹未悔”的爱国之情的追念。屈原爱国忧民,却因小人谗言不

得重用、屡遭放逐。但是,他对故土故国的深厚感情始终如一。他的《离骚》《九章》等作品都体现并诠释了他悲天悯人的爱国主义情怀。另外,他“举世皆浊我独清,举世皆醉我独醒”的不屈气节,他“路漫漫其修远兮,吾将上下而求索”的探索精神,无不值得我们敬仰学习。

端午佳节,欢庆节日固然是必要的,但作为中学生,我们更应追思屈原“上下求索”的家国情怀。从爱家,到爱校,再到爱国,用我们自身的行动,来继承前人的风骨精神。同时,我们也应回归蕴含于端午节的文化传承和传统美德。我校每年举办传统文化节,其目的就是让我们了解并发扬传统文化。传承传统文化听上去很大,却要从我们生活中的一点点小事做起,从了解我国的历史,践行我国传统美德做起。而了解传统节日就是其中的一部分。在端午节,我们不仅需要粽子和假期,更需要精神的充盈。当节俗被时代改变,节日的内涵却需要我们用新的形式来不断激活、不断发扬。端午节,追思行吟泽畔的屈子,体味时令节气的变迁,发扬我国传统文化,让我们把节日过得更有价值。



前程似锦，来日方长

高二(9)班 郭漪桐

当六月的脚步逼近，夏日载着狂热与梦想走进我们的生活，更走近了你们——高三的学长学姐们。

如《浮士德》中所言，已经逝去的又变得栩栩如生。当你们回顾三年高中生活时，是否回想起那琐碎的点点滴滴——春季的玉兰，夏季的浓荫，秋季的银杏，冬日的飞雪，以及四季轮回中身边老师同学们熟悉的面容，年华的累计，你们的成长，都将成为自己心中永不磨灭的足迹。而在你们即将扬帆起航，赴往心中瑰丽的梦想时，这些充满情谊的回忆，将成为载你们前行的海浪，汹涌澎湃。

回顾这一年的努力，在这即将抵达梦想彼岸的时刻，它们也将成为你们前行的动力。这一年，做过的每一张试卷，解决的每一个问题，许下的每一句誓言，用过的每一支笔芯，蜿蜒的每一行字迹，流过的泪，洒下的汗，点过的灯，熬过的夜，喝过的咖啡，翻烂的笔记，折页的课本，都在这一刻，成为你们宝贵的财富。艰难困苦，玉汝于成。当你们被备考的辛苦磨掉了躁动散漫，多了坚强和担当，羽翼渐丰，终于有穿越漫长黑夜迎接白昼的力量。

无数次，我看到你们在楼道里热烈地讨论着考试和作业；无数次，我在楼梯转角处看到你们匆忙的身影。无

数次，我在回宿舍的路上看见教学楼里依然明亮的灯光。无数次，我惊愕于你们桌上厚重的书籍与试卷。无数次，我听着你们考试的铃声，仿佛看见你们在拼命书写，感受到你们紧张的心跳。无数次，我远远看着你们，在你们身上看见高三逐步向我们走来。

认真谨慎，不懈拼搏，热血沸腾，壮志豪情。你们用自己的行为，将属于高三的精神传到了校园的每一个角落，你们的拼搏也激励着我们勇敢地迎接即将到来的奋斗，不退却，不犹豫，勇往直前。

再过两周，你们就要步入高考的考场，为高中画上句号。于知识的海洋中奋力前行，为一个梦想而拼搏，为一个灿烂的前程而努力。

我们相信，寒窗十年，你们定能划上一个完美的句号。我们相信，此刻的你们，内心满怀希望，渴望着最后的战场。我们相信，这一路风雨兼程，而未来正熠熠生辉，梦想照耀现实。

请你们带上我们的祝福整装出发，冷静以对，取得佳绩。祝愿你们拥有灿烂的前程，美好的未来。

最后，让我们一起，用最热烈的掌声，预祝高三的学长学姐们旗开得胜，创造辉煌！



严以律己,做遵守校纪的中学生

高二(9)班 刘雨涵

俗话说:“没有规矩,不成方圆。”国有国法,家有家规,校有校纪,一切活动和生活都必须要有“规矩”。简而言之,纪律是生活中具有强制性的行为准则,对学校而言,就是每个学生必须遵守的规章制度。有了纪律,学校教育目标的实现才有了可靠的保证。苏联教育家马卡连柯说过:“纪律是集体的面貌,集体的声音,集体的动作,集体的表情,集体的信念。”实践证明,良好的学习环境,严格有序的教育教学秩序,是学好科学文化知识的必备条件。

随着学校常规纪律教育的加强,由于老师的谆谆教诲,学校的严格管理,更由于全体同学的自觉自律,学校的校风校纪有了可喜的变化,全体同学尊师守纪、勤学向上,奋发有为。但我们也应该清醒地看到,不遵守纪律的人还大有人在,严重违反校规校纪的现象还时有发生。为了营造良好的学习氛围,更为了同学们的自身发展,每位同学都要深刻认识到遵守纪律的意义,自觉遵守《中小学生守则》、《中学生日常行为规范》和学校的各项规章制度,养成良好的

行为习惯。落实到具体的行动上,我们每位同学都必须做到以下几点:

一、严格遵守学校的作息制度,不迟到,不早退,不旷课。二、严格遵守课堂纪律,课堂上要认真听讲,尊重老师和其他同学;午自习要安静、安心,合理地安排中午的时间。三、讲究卫生,爱护绿化,节约水电,爱护公物,确保校园环境的整洁优美。四、严格遵守学生考试守则,要诚实守信,不作弊,不帮助别人作弊。五、注意个人仪容仪表,不染发、不烫发,严格遵守《中学生日常行为规范》中的有关规定。

同学们,生活就是一方沃土,我们播下什么,就会收获什么。播下一种心态,收获一种思想;播下一种思想,收获一种行动;播下一种行动,收获一种习惯;播下一种习惯,收获一种命运。从现在开始,让良好的习惯成就我们的未来。守纪能成人,苦学能成才。希望同学们都能从小事做起,成为德才兼备的人才!



整理行囊继续前行

高一(5)班 林晓琳

考试结束的铃声响起，一张张布满字迹的答题卡从眼前掠过。有的人凑成一堆兴致勃勃地对答案；有的人把卷子一折进行下一门复习；有的人激动地大叫，有的人逢人就抱怨，走廊里一片喧闹……

对于这样的情形，同学们一定不会感到陌生。是的，就在前不久，我们经历了一场期中考试。面对最终得到的、令我们满意或是不满意的分数，我们应该理智地面对，及时调整好心态。考得好的同学不要骄傲自满，不能因为一次成功而变得浮躁；考得不理想的同学不要否定自我，从此一蹶不振。

当然，我们说不要因分数产生过大的情绪波动，绝对不等同于忽视、漠视成绩，因为它对我们半个学期学习成果的综合评定，是对学习素养的客观反映。拿到成绩，我们首先应该想一想自己为什么拿到了这样的分数：考场上做错的题，现在知道原因了吗；考场上不会做的题，现在弄懂了吗？然后，抓住机会查漏补缺，错了的知识点再看几遍，不擅长的题型再练几道。学习是一个连贯的过程，如果任凭漏洞发展扩大，就可能会影响今后的进一步学习。最后，回

顾一下半个学期以来的学习方法，是否科学、正确，是否适合自己。一个好的学习方法可以让我们事半功倍，用最短的时间达到最好的效果。我们也可以借鉴优秀同学的方法，对自己进行调整、改善。

反思过后，大家一定对自己增添了一份了解，对未来多了一份期待，也许还会说几句壮志豪言，期盼着在下一场考试中一展风采。这样的进取之心固然好，但我们更应该做的是列一个目标和一份切实的计划，以此来监督我们的实际行动。在制定目标的过程中，我们应该立足长远，大到未来职业，小到每一次考试，都可以纳入我们的计划。古人云：凡事预则立，不预则废。要端正学习态度，就必须明确目标和现在的位置，只有有了目标，我们才能有动力，才能不断地进取。

同学们，不管我们现在的成绩是名列前茅，还是暂居人后，都要以必胜的信心，发奋的努力，扎实的作风，坚韧的毅力，为自己书写人生的辉煌，为自己书写光华的篇章。让我们整理行囊继续前行！



庭有枇杷

“庭前那棵枇杷树，是我妻子去世那年我亲手栽下的，如今已是亭亭而立，茂密相当。”

冷清庭院中，一棵繁茂如伞的枇杷树投下大片阴凉，微风吹过，树影斑驳，却惹得一旁孑然而立的男子泪眼朦胧。时间带走了你的音容笑貌，却在我的回忆里深深刻下那你侬我依的短暂时光。

归家本是个大家族，却在我父亲这一代渐渐步向衰败。你出身富贵人家，却放弃安稳生活嫁入我这“阁子”，还向娘家人炫耀这阁子的珍贵。我无法带给你花前月下，只得发奋苦读考取功名。然这仕途难行，我屡屡受挫，挑不起兴复归家的重担，不免总黯然神伤。你却从未责怪过我，始终视我为师长般尊敬的人。

你最喜欢在我读书之时悄悄踱进阁中，探头看着我诗书上的文字，葱白的手指指向书上一处——“相公，这是什么故事？”你梨涡浅浅，灵动的眼里满是纯真。我咳嗽两声，向你解释起这一桩桩旧事。你起初还听得认真，渐渐的却偷瞄起我来，被我逮个正着，脸颊蓦地飞上一抹红霞，羞得小跑出门去。过不了多久，又在门口探头探脑的，问你做什么，你兴致勃勃的说要学书法。我无奈轻笑，任由你伏在桌旁，学着我执笔、蘸墨，落下歪歪扭扭的几笔，细看，却是我的名字。

院中的无名花开得正好，浅浅的香气随着微风萦绕在阁中。周围静悄悄的。你带笑的眼眸中映着我的身影，想必我的也是这样，不然，怎会让两人对望着出起神来呢……

那是最好的时光，也是我将穷尽一生不断回望的岁月。

后来，忘了自己是以何种心情栽下那枇杷树，或许只是企图种下一份眷恋与归宿。我没有心情打理庭院、照顾草木，任由它生长着。直到今日蓦地发觉，那树已参天，厚重如伞的树冠似是可以为我们的回忆挡下风雨尘埃。炎炎夏日，树下一片清凉，分明是对酌小憩的好地方。今日你若仍伴我身侧，见此光景，定是言笑晏晏，满庭增色。

可与我相伴的你呢？你在哪里？

如今，再好的景致也平添了几分萧索。这般凄凄，如何不叫人无语凝噎。

睹树思人。树犹如此，人何以堪。

提笔，笔尖微微颤抖，我稳住心神，缓缓落下最后一笔。

“庭有枇杷树，吾妻死之年所手植也，今已亭亭如盖矣。”

高二(10)班 王君玺 指导教师：牟颖

遥记山间青城

在我很小的时候是在依山傍水的乡间长大,就像沈从文笔下宁静朴实的小城一样。清凌凌的沱江水绕着每一户人家流过,它润着每一个孩子宝石般清澈的双眸,高高的吊脚楼倚着连绵的青山,向深山放眼望去永远看到的是在飘渺的白色水汽间若隐若现的青色山脊。

在我的印象里,江面上永远是热闹却不繁忙的。皮肤黝黑的船夫拿长长的竹竿和木桨撑起一只摇摇晃晃的小船,拉着自家酿制的米酒子沿江边叫卖,沿街妇女听了挎着刚买的糍粑远远叫住船夫,交易很快就在两人的谈笑间结束了。江面上时不时游过一两只土鸭,扎着头巾的黑脸妇女就沿江边的石台

上洗着衣服,她的几个小孩就在不远的浅滩上戏水。

离江很近的地段有一系列小吃铺子。清晨笼罩在小镇上的水汽还没散尽炊烟又升起,出来上工的小伙子们涌进铺子里,不一会儿拿着几个热气腾腾的早点赶去上工。等到小镇上的水汽散尽也就是这座小城运动起来的时候了。赶去上学的孩子们三三两两结伴,操劳家务的妇女们也出来挑选新鲜的食材。到了周末,孩子们还会结队到山里去探险,老一辈的人们害怕发生意外却怎么也无法阻挡对未知的山林有极大好奇心的孩子们,只好编出山神山妖这样神神叨叨的故事来吓唬他们,就这样儿时的我总和同龄的孩子们坐在门前的青石板上用带有好奇和敬畏的眼神望向那雾蒙蒙的山林。

这两年,江面越来越窄了,依江而建的吊脚楼也一间间破败了,孩子们的目光更愿意投向那些从城市里来的新鲜玩意儿,有谁还会讲那种神神叨叨的有趣故事?又有谁还会用那种带有好奇和敬畏的目光望向那烟雾弥漫的山林呢?恐怕只剩下我们这一辈儿人了吧。

高二(7)班 张昱蕾





在路上,总有那么一盏灯

不知为何,我的记忆总是与夜、与黑暗联系在一起。仿佛在某些浓黑的夜里,在那样冥晦的寂静中,才有容我喘息与深思的余地。而在那些宁静而又漫长的夜里啊,总有那样一盏灯,恰似一点星火,予我以希望,使我握紧手中飘散却又坚定的勇气,不至深深陷落、坠入无边的夜网中。

幼年时的夜晚,是寂静小院中阵阵飘入窗口的蝉鸣与槐花香,是页脚蜷曲泛黄的《唐诗三百首》,是每次抬头撞上对面爷爷深邃而又慈爱的眼神,是祖孙二人共用那张斑痕累累的红木书桌上立着的那盏旧式台灯。那灯虽不明亮,却固执地用自己微弱的光照亮我面前的书页,犹如使出全身气力,在那些看似枯燥无味的横竖撇捺、之乎者也中,颤巍巍地为我提笔悬腕画下一幅幅丹青水墨,为我缓缓推开一扇扇通向幻妙与奇趣的大门。

长大一些后,关于夜的记忆,都是从学琴处归家的那条阡陌小路的泥泞坎坷与漫长崎岖。爷爷一手拎着沉甸甸的琴盒,一手牵着我。路上的每一处坑洼似乎都被爷爷烙在了心上,一遇到,便攥紧我的小手,

而在平坦处,爷爷又用他皴皴的手不住地摩挲着我指尖上的厚茧。我不经意地抬眼,恰巧看到路旁一盏孤零零的路灯沉默地把一片昏暗的橘黄弥漫在爷爷银白的发丝间,细细地洒在这漫漫的路与夜中。那时的我年纪尚小还不懂得什么叫做感动,只觉得爷爷在路灯下的身影是那样高大,疲惫与惶恐一扫而空,踏实与温暖洒遍全身。

后来,爷爷变成了一张黑白照片,静静地立在高柜上。一切来得是那样令人猝不及防,所有的震惊崩溃或哀恸思念,都化为一个又一个长夜里的静坐无语,与阵阵泪急涌眶的苍凉。猛然间抬首,相片前的蜡烛摇曳着淡黄的光晕,映着爷爷慈祥的笑脸,也一点一点地将我从无边的黑暗与冰冷中拖拽而出,温柔地烘干我湿漉漉的发梢与衣角,替我收拾好行囊,拍拍我的肩膀,轻声叮嘱我仍需怀着热情与希望走向远方。

在路上,总有一灯,虽微弱如豆,仍焰火烛天,燎亮心路。

高二(7)班 秦瑞瑄



价值引领是高效课堂灵魂

刘长铭

教育的终极目标是生活与人生

教育价值的终极目标是什么?我认为,是生活,是人生。生活不仅是教育过程,也是教育价值的终极指向。我们说教育要以人为本,就是说教育要全面关注人的生活。人类创造科学、技术、艺术和宗教的目的是什么?是为了改善人类的物质生活和精神生活,是为了使人类生活得更加美好,更加幸福。人类发展教育的目的是什么?是为了使人类生活和种族更好地延续。如果人类创造科学技术和发展教育的目的不是为了这些,如果人类没有把聪明才智用于增进生活的幸福美好,那就说明人类社会出了问题。这绝不是人类发展的主线和主流。同样,如果我们的教育不去关注人的生活,那就说明教育出了问题。在我看来,这样的教育将会把人类社会引向危险的未来。

教育不应当仅仅是生存技能的训练,它的宗旨和使命应当是引导和教会人们去追求幸福的生活,追求高贵的生活,追求有质量的生活,追求有价值的生活,追求有意义的生活。这里所谈的生活,包括个人生活、家庭生活、职业生活和社会生活,等等。这就决定了教育的目的不是要将人训练成为工具或机器。教育的目的是培养人。如果教育背离了这样的目的、宗旨和使命,就意味着教育的价值发生了扭曲。

无数人的生活经历和无数的历史事实告诉我们,教育的价值一旦被扭曲,将会给人类带来无法想象的灾难。所以十几年前,北京四中明确提出了课程建设的总目标,这个目标表述为“以人文教育为基础,以科技教育为特色,培养学生善良的人性和科学的理性,不断拓宽学生的国际视野,提高学生的文化融通能力”。其中,人文教育是通过学习与人文有关的各类课程及有效的教育途径和方式,使学生具有深情而广博的人文情怀,形成对生命、对他人、对家庭、对社会、对自然的正确的情感与态度,从而形成善良的人性。

40年前,在我刚刚做教师的时候,我国人均GDP仅数百元人民币。今天,我们已经迈入中等发达国家的行列。有越来越多的人摆脱了贫困,人们的生活从开始追求温饱到追求生活的质量,再到追求生活的意义。然而就基础教育来讲,与40年经济发展、生活提高和社会进步的相比,我们课程设置的科目类别和结构却没有太大的变化。我们的教育能够适应社会的发展和进步吗?我们的教育能够满足人对美好生活的需求吗?我们是否应当冷静地思考和研究,在人均GDP提高了上百倍、人们的收入和生活水平有了明显提高以后,人们对教育的需求发生了哪些变化?不少同行都曾考察过国外教育。我们通过考察和比较后知道,发达国家如欧美国家的学



校, 尽管课程设置的科目种类和我们没有太大的差别, 但是在他们的课程中, 人文、艺术、体育和社会学内容的实际比重比我们大得多, 而学习这些课程的学生人数比例也比我们大得多。这是为什么? 我想这反映出了社会 and 经济发展水平对人们生活需求产生的影响。我们要承认, 人文情怀、艺术修养和身心健康等等, 是决定和衡量人的生活质量的重要指标。社会的进步要求教育不仅要培养能工作的人, 还要培养会生活的人。我们说一个人会生活, 是指一个人不仅会享受物质生活的快乐, 同时懂得追求高尚的精神生活, 懂得追求有意义的生活。当社会上有越来越多的人具有这样的生活态度和生活目标追求的时候, 人类社会就会发展进步, 人类社会才能文明和谐。所以, 我们认为教育价值的终极目标指向是人, 是人的生命, 是人的生活。

教育价值体系构建优先于课程教材

教育的价值观念决定了教师的教育行为。教师行为模式的转变是一项长期任务。只有教师的行为模式发生转变, 教育改革才能真正取得实效。我们的教育不仅要关注学生的近期发展, 还要关注学生的终身发展; 不仅要使学生在学科知识与能力上达到优秀标准, 还应当体现对学生的终身关怀。引导学生学会做人, 归根结底是让学生学会正确对待生活、正确对待职业、正确对待社会、正确对待人生。以北京四中为例, 我们构建了以生活教育、职业教育、公民教育和生命教育为基本内容的教育价值体系, 这四个领域相互交织, 紧密相连, 不可分割。每个领域又分为四个层面, 即技能认知、情感态度、精神信仰和终极价值。这个价值体系是粗略的, 是不完整的, 是不全面的, 但其中的每一个元素都是一个重大的生活命题或教育问题。如: 正确理解亲情、友情、爱情、婚姻、家庭等, 正确理解成功、幸福、伦理、羞耻以及不

幸、苦难、挫折、死亡等等, 要使学生形成积极、乐观、热情、豁达的生活观和事业观, 形成淡定、坦荡、崇高的心灵。我们应当将这些教育价值和内容渗透到学科课程之中, 尤其要结合人文课程, 启发学生深入思考, 并组织相关的实践活动, 使学生获得真实的情感体验, 使学生逐步形成人性、理性、崇高、自觉、使命等精神境界与追求, 理解生活的意义与生命的价值。

我们之所以构建教育价值体系, 而不是构建课程、编写教材, 缘于我们对教育规律和人的发展规律的认识和理解。以往我们固有的思维习惯是学科分类模式。我们常认为, 要进行什么教育, 就要有什么样的课程和教材与之对应, 就要安排出专用的时间。多年的教育实践使我们认识到, 这种学科分立的教育方式是低效的, 往往不能使我们收到预期的教育效果。生活教育、生命教育、职业教育、公民教育都是如此。从来就没有脱离教育的纯粹的知识教学和活动, 也从来没有不依赖于知识与能力的教学活动的教育。我们构建价值体系的目的是提倡融通式的教育, 也就是要将教育的元素作为一种价值体现和渗透到教师的教学和学校的活动当中。这样的教育才是一种润物无声的教育。

高效课堂和有效教学离不开价值判断

许多人有这样的担忧: 在现在这样严峻的考试压力下, 教师还有时间和精力在教学中体现这些价值吗? 如果教师在教学中兼顾这些价值, 会不会占用教学的时间而影响考试的成绩? 其实这是对教育规律的误解。将重要的教育价值元素渗透到教学活动之中, 不是要刻意增加贴标签式的说教内容, 也不需要专门占用教学时间, 关键是教师要转变观念, 要根据教学的知识性内容, 自觉地将这些价值元素渗透到教学当中, 做到文以载道、教育无痕、润物无声。毫无疑问, 这是对教育者教育观念

和教学技能的更高的要求。

当我们真正认真思考教育的价值以后,当我们真正自觉地将这些价值元素渗透到我们的教学当中的时候,我们就会得到不一样的课堂,得到不一样的教育,得到不一样的效果。这样的教学并没有增加时间成本,也不会影响考试成绩。在我看来,这就是有效的教育和教学。

对教育价值的关注,使我们对课堂的教学效率产生新的认识和理解。近年来,新的教学方法层出不穷,新的课堂教学评价标准也五花八门。我时常想,我们今天所做的各种实践和探索,总结出的各种经验、理论、理念、思想、原则、观念等,有多少能经得起历史的检验和考验呢?30年后、50年后、100年后,我们的后辈教育者会怎样评价我们今天所做的事情?他们认为我们今天提出的各种经验、理论、理念、思想、原则、观念有价值吗?

对学校来讲,教师是最重要的因素。对教师来讲,教育观念指导下的教学行为、教学方法或教学过程最为重要。我常以为,教什么、学什么不是最重要的。在今天的技术环境下,知识的获得完全可以不依赖于学校和教师。而教师怎样教、学生怎样学才是最重要的。学习同样的知识,不同的教师采用不同的方法,培养出的学生特点会完全不同。今天,脑神经科学研究告诉我们,伴随着学习行为的发生,人的脑神经结构会发生剧烈变化,或者说,学习的过程就是构建脑神经结构的过程。学习方式和过程决定了一个人具有什么样的脑神经结构,而脑神经结构是产生思维方法的物质基础,简单地说就是,神经结构决定思维方式。如果我们接受了这样的理论,我们就必须承认这样的推论——并不是所有的教学都能使学生变得聪明,学生很有可能被我们越教越笨。所谓的聪明或者愚笨,是指人的思维方法能否适应未来工作与生活的需要。

究竟什么是高效的课堂和有效的教学?高效的课堂就是好的课堂,有效的课就是好课,好课就是使学生变得聪明的课……如此推想,这就产生了一个价值判断的问题。多年来,我们总是被教学的表面形式所困扰:“满堂灌”的课不是好课,那么,“满堂问”的课是不是好课?“满堂练”的课是不是好课?“满堂动(学生活动)”的课是不是好课?“满堂学生讨论”的课是不是好课?运用信息技术手段的课是好课,一根粉笔上下来下的课是不是好课?学生热热闹闹的课是不是充满了启发?教师娓娓道来的“一言堂”是不是就没有启发?等等。其实,教无定法。多年来,用教学的形式和方法来评判课堂教学,人们从来就没有达成过统一的认识。如果我们抛开课堂教学的表面形式,从对教育价值元素的考量上来评判课堂教学,也许我们更容易得出评价的标准,形成统一的认识。既然教育价值最终是指向生活,那么我们可以说,对人未来生活有意义的教学就是好的教学,这样的课堂就是好的课堂。所以,高效课堂不是指单位时间完成了多少学习任务,而是要看教师的教学在多大程度上关注了学生的生活,要看教师今天的教学对学生的未来发展在多大的过程中具有意义。

高效的课堂一定是学生喜欢的课堂。这样的课堂不仅要教知识,教方法,还要关注生活,提升人的精神境界。只有联系生活的教学才能培养学生对知识的亲切感。学生对知识的亲切感是学习兴趣和动力的重要源泉。学生感兴趣的知识,一定是他或她认为有用的知识。这里所谓的“有用”,绝不仅仅是迎合考试的要求,而是学生认为这些知识与他或她的生活密切相关。仅仅把知识与考试挂钩是一种价值迷失,这样的教学很快就会让学生厌烦。

价值引领而非考试导向的教学,会使学生获得主动



发展的不竭动力和热情。我们要培养学生的社会责任感,一条重要的途径就是引导学生关注知识在生活中的用途,了解知识在改变人类生活中的作用,激发学生运用知识来创造和改变世界的欲望和冲动,以此来唤醒学生的社会责任意识。这样产生的社会责任意识具有坚实的基础,而不仅仅是口号。价值引导的教学是潜移默化、润物无声的教育,胜过空洞的说教。

教育价值元素要靠教师落实到课堂

教学要提升人的境界。有境界的教师不会就事论事,不会就知识讲知识,不会仅仅关注学生的学习成绩。有境界的课堂教学会使学生感受到教师的超凡脱俗,从而在情感上对教师产生一个从依赖、到依恋再到崇拜的过程,这就是“亲其师”的过程。这样的教师在学生眼中是神圣的,是富有魅力的。这样的教师的课堂会更加有效和高效。教师职业成功与幸福的主要标志就是得到学生的爱戴与崇拜。学生对教师的认识和理解始于教师的教法 and 教态。一节好课展现的不仅是教师的口才和处理教材的技巧,还有教师的思想、情感、精神追求和人格魅力。我们认为后者更为重要。一个好的课堂,应当是充满正能量的课堂,是赋予了教师的态度、精神、生命与价值观的课堂,是充满了热情、激动、憧憬、情感激荡和心灵互动的课堂,是将精神和人格引向高尚的课堂。这样的课堂教学没有特定的模式。

打造高效课堂关键在于教师的教育理念,取决于教师怎样理解教育规律和教育价值。

实事求是地说,教师不会在每一节课上都能全面体现价值体系中的所有元素,我们也坚决反对贴标签式的生硬虚假的课堂说教。我们提倡教师要根据教学内容,联系和体现价值体系中的某些元素。这就如同烹饪美

食,我们不可能将全国各地风味美食的味道融于一道菜肴当中。教师在一节课上体现什么教育价值元素,这取决于教师对教学内容的准确理解,取决于教师对价值体系内容的把握,取决于教师的生活经验、人生感悟、文化修养和精神境界。归根到底,取决于教师对教育规律和人的发展规律的深刻理解,取决于教师对人的生活尤其是精神生活的关注。这样的教育才是润物无声、不留痕迹的教育。

近年来,信息技术迅猛发展。技术手段的发展无疑会给学校教育带来巨大变化。我曾聆听过一场关于人工智能技术的讲座,聆听过程中,我始终在思考,技术会给教育带来怎样的变化。坦率地讲,这些变化是巨大而深刻的,它会深刻地改变教师的角色和教师工作的内容和方式。但我认为,用技术取代教师,确切地说,是用技术来取代我们所理解的关于人的教育,这还是一个“遥远的传说”。我们要认识到,技术丰富了呈现知识的形式和方法,所以,那种“传声筒型”和“复读机型”的教师会越来越无法赢得学生的信任和青睐。只有那些对知识有独立见解与领悟的教师,那些能给知识赋予生命色彩与活力的教师,那些善于结合教学内容与学生分享生活感悟和阐释生活意义的教师,那些不断激发学生对生活的向往与自信的教师,那些对未来社会和人生充满希望和光明的教师,才能赢得学生的尊敬与崇拜。赢得学生的崇拜是教育者成功的标志和幸福的源泉。技术无法弥补教师的浅薄与平庸,它会给教师带来更大的挑战。

(本文来自中国教育新闻网,作者:刘长铭,系北京四中校长,第十一届全国政协常务委员,中国教育学会高中教育专业委员会理事长)



风景在路上

白雯

有人说“21世纪员工能享受到的最大福利就是进修，是单位给你提供了源源不断的学习的机会。”但让我万万没有想到的是，这样的机会却给了我这个初来乍到的新成员。这让我欣喜不已，毕竟能够第二次走进清华大学学习是我一直不敢奢望的事情。

本次培训内容十分丰富，既有专业范畴的教学艺术、语言艺术、礼仪，又有学校管理范畴的领导力和执行力、德育，更有开阔视野的经济、军事、政治、社会范畴的知识，很多同事大呼“过瘾”！我的感觉就像是经历了一次旅行，一路走来，风光无限！

一、换个角度看风景——最有价值的知识点

1、大数据不仅是技术，更是国家尊严。当你踮起脚尖看世界时，你已经走在了幸福的路上。这是覃征教授在讲课时一直强调的一句话，这也提示我思考看待问题要有高度。大数据时代的来临，让我们享受到了更多的前所未有的高效率，运用弹幕随时随地交流统计；“漫步”电商随时会得到自己近期关注商品的汇总信息。一秒钟上亿次的计算不仅显示了一个国家实实在在的科技力与生产力，更是国家综合国力的彰显。

2、我国的小麦大米玉米大豆4类农产品每吨比美国要贵近千元，肉奶油的原材料均来自于西方国家，这已经是造成我们食品不安全的主要因素了。李左东教授的一句话可谓惊心动魄。农业安全绝不仅仅是守住八亿亩耕地红线那么简单的事情，在西方国家的精心布局下，在市场经济的自发性引导下，主

要粮食作物的安全生产已经受到了严重的威胁，所以农业必须走规模化机械化现代化道路，所以国家必须走自主发展、自主创新的道路，所以我们的教育要培养出更多的袁隆平似的科学家，否则我们将没有出路。

3、先胜而后战，即在战前就有必胜的决心和目标；承认差异、接纳差异、欣赏差异、创造差异；君子隐恶而扬善。吴新华教授不但引经据典，更结合了日常工作中的很多事例，把领导学理论讲的生动有新意。这些观点告诉我提升领导力影响力要有决心、信心、包容心和智慧，特别是决心。其实，行走的速度并不重要，重要的是一直在沿着正确的方向行走。领导一个群体、一个班级，都需要有决心，这种决心来自于对方向的正确把握和对形势的科学判断，来自于对自己能力和方法的自信，来自于对于困难和挑战的充分准备，这些都需要在要自身修养的过程中实现。

二、停下脚步看来路——在反思中的感悟

每次坐进教室时候有种幸福感，如饥似渴。尤其是坐在清华大学的教室，重回母校倍感亲切。感慨于教授的深厚专业，侃侃而谈的气宇轩昂，尊师重道的文人情怀，心系国运的深厚情感……他们用满满的正能量感动着我，影响着我。

1、社会的发展太过迅猛，信息量庞大，内容繁杂，只守住校园、课本早已远远不够，只满足于网上冲浪、搜索也不足以追赶时代的脚步和学生的视野。



各类现象之间有着千丝万缕的联系，作为教师必须具备这方面的思考、判断、联系能力，才能面对和解决问题，帮助学生解惑释疑。

2、让自己成为能带领学生领悟的好老师

在学习《领导力与执行力》这一课程时，我以往的认识是领导要不断提高个人魅力，用制度留人、情感留人、待遇留人、事业留人，领导力就是影响力。那么通过今天老师的讲授我也得到了新的启示：一是目标与目的是既有区别又有联系的，别让目标代替目的；二是领导力公式中表明，放大能力差距、缩小心理距离都是有度的，而权力是必须的。但是权力对领导力和影响力发生作用时，有可能是正值也有可能是负值，不能滥用。三是做对的事很重要，所以做什么事都不能急功近利，之前都要先想明白。四是管理中什么人都会遇到，对于胡思乱想的有才人，努力不让他胡言乱语就能用好。

《领导者的语言艺术》这门课让我深刻的感受到语言交流在今天的社会越发重要，已经成为社会人必备的重要素质之一。在学校开设《辩论与演讲》选修课的过程中，我也时常在学习思考：高中生培养辩论口才才是知识更重要还是技术更重要？用什么能让学生快速成长？通过今天的学习，我对口才的理解更深刻，思维、认识永远是核心，也明确了培养的具体方法，非常实用。

《宏观经济形势分析》是一个大且复杂的话题，作为专业话题要综合各方面的数据，国家企业个人、三大产业、投入产出等等，公式繁琐，计算庞杂；作为历史话题，既要看前后发展，又要观左右进程，看周边国家的部署。今天老师用平和的语调娓娓道来，数据翔实、逻辑清晰，推理严谨，让我对宏观经济形势有了更为清晰的认识，特别是老师时常结合家庭理财、小定与大家、政治与经济的具体问题展开，非常受益且实用。

覃老师的大数据课信息量非常大，风趣、幽默又饱含情感，满满的都是正能量。特别是很多高深的知

识、尖端的科技都伴随着有趣有意义的故事，都浸染着覃老师深深地爱国之情。作为一位教师，专业过硬让人信服，语言有魅力让人喜爱，满怀爱国激情更让人钦佩。我立志做这样一位让学生钦佩、影响学生人生、助力祖国创新发展的好老师！

教师礼仪与交往艺术，一直是我们教师职业技能的一个重要要求，礼仪不仅是一种规矩，更是一种气质、心态、素养。教师的言传身教是本职素养，在日常生活中更要懂礼仪、用礼仪、教礼仪。

张学政老师的《教学方法教学艺术》课程确实做到了标题的水准：让课堂充满激情、智慧、欢乐。课程没有像以往那样长篇累牍讲述道理学术，张老师用一个又一个鲜活的事例、一个又一个富有哲理的故事、一个又一个精彩的机智应答诠释了一位好老师必备的基本素养，他是在实践当中真正研究课堂、懂专业、懂学生的好老师。

三、用心看风景——把学习感受化为行动

1、加强日常学习，多看多听多思考，让自己变得更加丰富有内涵；

2、按照《口才与演讲》课上的方法去训练，让自己的口语表达更加生动、风趣、信息准确，从而能够更加高效、更有魅力的吸引到更多学生；并带到校本课教授中去，探索如何与高中生辩论素养培养相结合，让更多学生的兴趣爱好成为特长。

3、把礼仪课的知识、德育原理应用到日常教学中去，用言传身教让孩子变得更加有内涵有正能量。

4、更加深入的学习和研究教学方法让课堂充满激情。

上海教育观察学者沈祖芸曾说，在未来，教师的专业竞争力不再仅仅是精湛的教学技艺，更需要拥有包括学生认知规律、学习问题归因、个体差异识别等在内的“学生知识”。未来的教师将是教育知识的发现者和建构者，其中教育知识的最重含量就是“学生知识”。我想这也是此次培训的重要内涵之一。



第五届东盟 10+3 初中科学奥德赛活动感受

李 辉

一、情况介绍

6月12-19日,由我校初二年级董睿、于涵、傅恒、郝鑫霖、赵珮雯、赵江寒六名学生组成的A、B两组中国代表队,在李辉和马玲老师的带领下,代表中国参加了在菲律宾马尼拉举行的5TH ASEAN Plus Three Junior Science Odyssey(第五届东盟10+3初中科学奥德赛)。

我校学生组成的中国代表队在13个国家和地区共26支代表队中脱颖而出,在总共三个项目的比赛中获得了两个项目的金奖(每项仅有一个金奖)和一个项目的两个铜奖。这是5届比赛中,中国队获得金牌和奖牌最多的一届!

本届比赛参与的国家有东盟10国和中国、韩国、瑞典以及台湾地区,学生年龄要求13-15岁。主办方是韩国科学英才东盟10+3中心,比赛主题是气候变化与热带雨林,比赛项目包括:课题研究成果(海报)展示和答辩、科学性实验(包括物理、化学、生物)、各国混合小组的研究方案设计,每项比赛均设金银铜奖。

我校由郝鑫霖、赵珮雯、赵江寒同学组成的B组,在课题研究成果展示项目中,因科学性强和陈述精炼、清晰,在26支队伍中脱颖而出,获得课题成果展示项目金牌;由董睿、于涵、傅恒同学组成的A组同学获得了生物实验技能、化学实验技能两项比赛的铜牌;董睿同学参加的混合组获得了研究方案设计项目的金牌。指导教师马玲老师在大会上介绍了我校科技课程的设置和活动的开展情况,引起了与会者浓厚的兴趣。

此外,此次比赛还进行了各国文化的展示、破冰游戏、交换礼物、植树等活动;学生还参观大学自然博物馆、国际水稻研究所(IRRI)、玉米种植中心、分子生物学与生物技术国家实验室。在各国文化的展示交流阶段,我校学生表演的功夫扇、武术、太极拳、书法吸引了各国老师和学生。武术冠军于涵表演完就成为了大家争相合影的偶像。通过比赛,学生们收获了成长,开阔了视野,锻炼了合作力和领导力,与各国同学建立了深厚的友谊。

二、个人感受

1. 学校管理机构有效的组织和平时活动的积累

此次比赛由于接到通知的时间晚,我校师生面临时间紧、任务重、压力大等众多困难。在二十多天的时间里迅速完成了学生选拔、指导教师组队、选定课题、进行课题研究、请专家指导、实验培训、英语强化训练、设计制作海报、办理护照签证公证保险购票等出国手续、准备文化交流内容级服装道具等一系列工作。据了解其他国家(地区)早在3月份就得到了活动通知,有更充裕的时间进行准备。东盟科技部长已经了解到我校学生是参赛学生中年龄最小的,当得知我们只准备了20天时,对我校学生如此突出的表现表示了惊讶和赞赏。

全校从校长到指导教师,到学生家长,通力合作,辛勤付出。由一批特级教师、博士教师、硕士教师组成的强大指导教师团队,利用中午、放学后、选修课时间、社团活动时间、周末、高考放假和端午假期,加班加点、夜以继日地给学生进行辅导和实验培训,



理化生实验室的老师们为我们准备了实验的器材和试剂。

在文化展示环节,学生们表演了扇子舞、武术、太极、书法等,得益于我校平时开展的各项选修课和社团活动等丰富课外活动。

2. 学生奋力拼搏,取得佳绩

中国队是各支参赛队伍中平均年龄最小的,同时也是准备时间最短的,能获得如此成绩,实属不易。参赛的六名初二同学,还没有学习化学,物理也只是刚刚开始学习,专业知识和实验技能有很多空白,对主题中的热带雨林相关知识比较陌生。他们在不耽误正常上课、学习的情况下,投入了大量时间和精力,强化学习,查阅了大量的资料,记录了大量的笔记。学生制作了课题研究成果(海报)展示中的数据和结果分析,并根据要求反复修改海报和答辩稿。在答辩时,由于评委要求将10分钟的讲解压缩为5分钟,同学们经过短暂商量之后,清晰完整地进行了讲解,并机智地回答了评委的问题,受到了评委们的一致好评,B组同学获得了该环节的唯一金牌;在科学性实验比赛时,学生存在年龄和学习经历的弱势,甚至有的专业名字都没有见过,但是小组成员之间互相合作,凭借20天内的积累,顺利完成了实验和结果分析,A组的同学获得了生物实验和化学实验的两项实验技能的铜牌。在准备混合小组比赛时,我校的6位学生积极参与小组的课题研讨,在各小组中承担了重要的任务,表现出了强烈的责任心、合作力和领导力,其中董睿所在的混合小组获得了唯一的金牌。在各国文化展示时,于涵和郝鑫霖两位同学带病参加了扇子舞和武术表演,演出获得了与会师生的一致好评。总之,通过此次活动,学生表现出了很强的学习能力和巨大的潜力。

3. 指导老师密切配合,指导学生课题和生活

在菲律宾,两位老师密切关注学生的比赛准备情况和生活情况。在比赛前,两位老师注意调动学生的积极性,让学生以最饱满的状态进行比赛。带领学生反复练习比赛的内容,对比赛中可能出现的问题及时进行预测,在混合小组活动准备时,帮助学生解答科学性的问题;在生活中,由于气候和饮食习惯的

差异,两位老师及时提醒学生注意吃饭喝水。在第四天很多国家的选手都病倒了,我校的于涵、郝鑫霖、赵江寒三位同学也病倒了,两位老师一位陪学生去医院,另一位陪学生在大学报告,并让出房间给学生休息。在老师的悉心照顾下,学生身体很快得到了恢复。在第四天国家文化展示时,老师们帮助学生排练准备的节目,根据学生的身体状况调整学生出场顺序,保证了学生表演圆满完成,获得了参会师生的一致好评。

4. 强烈的国家荣誉感和凝聚力

因为复杂的国际背景,这个活动是通过外交部、科技部、中国科协和北京青少年科技俱乐部委派我校两支队伍代表国家参加此次比赛的。在行前,各部门和我校分别进行了行前培训会,就仪表和举止方面对师生提出了要求,并鼓励师生尽最大努力取得成绩。在整个活动安排中,我们深刻感受到了中国作为大国,无论是在被介绍还是座位安排上,在活动中受到了很高的待遇。老师和学生们都有很强烈的国家荣誉感。在介绍我校学生设计的华容锁时,我们临时设计了一个提问环节,问了大家一个关于华容道的问题,由台湾老师回答并进行了解释了。展示了大陆台湾一家亲,咱们大中华的文化和凝聚力!我们还和台湾师生进行了教学和文化的交流,两岸师生之间建立了深厚的友谊!

5. 大会主办方的安排精心有序

此次比赛的主办方是韩国科学英才东盟10+3中心,是由菲律宾大学洛斯巴尼奥斯分校承办的。参会的还有韩国科学英才东盟10+3中心的领导,东盟秘书处的领导,菲律宾科技部的领导,菲律宾大学的校长,各国观察者等。虽然整个比赛竞争非常激烈,整个气氛比较轻松,主办方安排了丰富的活动,提供了贴心的服务,比如破冰游戏、交换礼物、文化展示、植树活动、参观自然博物馆、国际水稻研究所、分子生物学和生物技术国家实验室,并给每个国家派了一位志愿者服务。

总之,通过此次比赛,老师们积累了带学生比赛的经验,学生们收获了成长,科学思维能力、领导力、合作力都得到了锻炼。

遇见·清华——思考不再从零开始

侯爱琴

每一个中国孩子,都或多或少的有一些“清华”或“北大”的情结吧,因为在生命最初的那些年少时光里,父辈总会对年幼的子女说“好好读书吧,将来上清华(北大)”,亦或出于恭维或客气对别人家的孩子也会说“这孩子现在这么好,将来一定能上清华(北大)”。虽然在那场决定人生命运的选择里,没有被清华或北大选上,但对清华北大这一象征着知识、文化、时代精神的圣地,心里是充满敬意的——一直希望能深度地走进这两所高校,触摸她们的精神内核,领悟时代的悸动。

2016年1月24日——1月27日,作为北京十二中与清华大学合作的理论提升研修班学员,我们一行54人来到了清华园,开启了为期4天的研修。历经这4天的学习,我不仅开拓了新的视域,提升了自身的理论水平,而且催化了对自己日常工作的觉解与内省,并进一步思虑未来的工作和生活。特别感谢学校领导给予员工的这份福利——我想,学习和提升就是员工发展的最高福利,因为这是以“培养人”为终极目标的投入,同时也为自己能遇见这样有视野、有前瞻性、一心一意为员工着想的领导而感到庆幸,与此同时,我们团队54名学员在课堂上积极与教授互动:时而有困惑开解后的大笑、时而有对现实问题的争执、时而又对问题深入思考时的静默、时而有同伴讨论时的窃窃私语,在下课后学员与

同伴及教师深入交流讨论,整个学习过程,大家都热情高涨,思考、反省、自我规划就这样静静地于学习中悄然生成、改变、再生成、再改变……

这些天,我本人的收获颇多,记录如下:

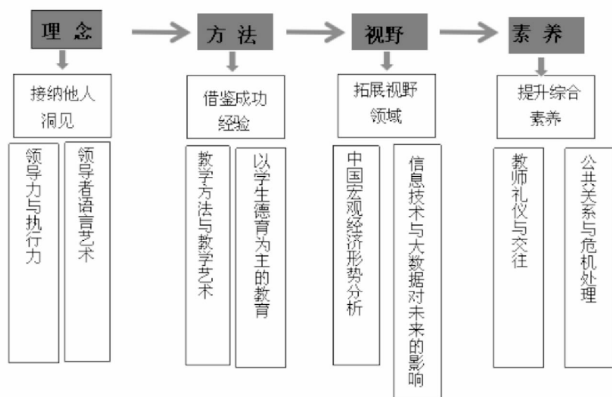
一、课程设置体现的价值诉求。

第一天入学,班主任张扬老师向我们介绍了本期培训班的课程。本期课程班共设计了理念、方法、视野和素养四个模块课程,每一模块8课时。理念模块共有领导力与执行力、领导者语言艺术两部分内容,设计的目的是引导领导者接纳他人、能洞见研究或工作领域人与事;方法模块共有教学方法与教学艺术、以学生德育为主的教育两部分内容,设计目的是引导教育工作者借鉴成功的事例,增加教育的专业性;视野模块有中国宏观经济形势分析、信息技术与大数据对未来的影响两部分内容,设计目的是拓展视野与知识,跨出教育领域回望教育的过往、当下与未来,引发对教育最本质的思考与反思;素养模块有教师礼仪与交往艺术、公共关系与危机处理两部分内容,设计目的在于提升学员的综合素养,提升学员作为社会人的通识及社会生活的品味。具体课程如下图。

拿到这样的课程表时,我是很疑惑的,有三:1.作为学校教师的培训,课表中有模块二方法,我是很理解的。作为干部培训,有模块一理念也很理解,但是



北京十二中与清华大学合作研修班课程



模块三视野和教师生活几乎一点不相关，为什么这样设置？2.模块四所说的“教师礼仪与交往”准确地说是在讲“政务礼仪与交往”，政务礼仪、教师礼仪和生活礼仪是否有差距？3.模块四中“公共关系与危机处理”与教师的生活有很多联系吗？在这么紧迫的四天学习时间里，难道安排这样的4课时的课真有必要吗？

当我真的学完这四天的课程之后，所有的疑问得到了解答。这个课程设计真实地体现了如今社会到底需要怎样的教师；亦体现了新形势下教师对自身的价值定位和社会予以教师的身份定位到底应如何共处？我想有三：

(一)大数据信息时代的到来，教师与学生、教师与社会、教师与家长、教师与学校的关系也必将发生根本性的改变，这种改变一改过去的课堂模式“我说你听”、一改过去的媒体模式“组织传播”、一改过去的沟通模式“单项沟通”、一改过去的思维模式“二元对立”，时代要求教师具有“教学中的艺术和持续的学习能力”以满足学生在大数据时代背景下所拥有前有前见，并为学生的未来发展最好引领与准备；这些改变需要教师具有跨学科的通识性知识，包括经济意识、信息意识、礼仪常识和应对公共关系中一般性危机的意识。

(二)今天的教师应该如何教育“未来的学生”。

如果说我们的教育教学工作属于当下，那我们自身所受的教育则属于昨天，而我们的学生必将属于未来，属于明天。如果我们自身的知识没有得到更新，那么我们今天的教育教学就相当于用昨天的知识去教未来的孩子，那我们的孩子在未来能不落后吗？所以教师知识的更新能力、学习能力和持续的反思能力是当代教师可持续发展的源动力。

本次课程中“信息时代与大数据对未来的影响”和“中国宏观经济形势分析”就是对教师的通识性知识补充，是对教师原有知识体系的更新建构，过去一二十年内的教师不懂经济生活、不懂信息技术可能还可以完成教育教学任务，但当下如果教师对经济知识、对大数据对教育行业的理念、思维和教学的冲击、不懂借助于大数据对学生的规律、认知规律的了解，则恐怕难以出色完成教育教学基本任务，更别提能够创造性地工作。

(三)知识之惑永无止境，多元的视角使进步成为可能。

应该说，学的越多、懂得越多，就会发现自己不懂的、存在疑惑的地方更多。同样的，只有我们了解了外部世界的多元性，才能够接受自己学科内的多元性、才能够理解并尊重学生的多元性。

给我们讲课的八位教授，就是风格迥异的人。吴新华、李真顺、覃征教授热情洋溢，满满的正能量；李左东教授严谨细腻，课堂教学有板有眼；而谢维和校长则睿智机敏，以简驭繁。如果是开放的心胸，我们会在他们的课堂上学到对所从事工作的热爱，这是深入血液的从内心深处迸发的爱，对知识、对学科本身所含蕴的伟大思想、对学生、对教育这一塑造人的事业的热爱——如果没有对事物本质的、深层次的爱，那么这种爱是不会长久的——所以，教育之爱也是需要注入理性的思考，不断充实新内涵的；同时，在本次培训中，我体会到要培育具有先进思想、文明

行为的公民,必是先培养人的私德。梁启超认为“人人独善其身者谓之私德,人人相善其群者谓之公德,二者皆人生所不可缺之具也。”只有私德备者,才可推及于公德。“故善能利己者,必先利其群……故能真爱己者,不得不推此心以爱家爱国……”“公德者,私德之推也。知私德而不知公德,所缺者只在一推;蔑私德而谬托公德,则并所以推之而不存也。故养成私德,而德育之事思过半焉矣。”所以,一个社会是否文明,要看社会中的公民是否进步;一个社会是否是开放的,必要看她的公民是否是开放的;一所学校的文化必是通过她的教师、她的每一位学生彰显的。在面对新时代各方观点相互竞放之际,我们秉持开放的心态、多元的视角观之,但我们的私德却是需要有定力的,有自己的价值准则,这样多元化视角和信息会引发我们自身认知冲突,因这冲突我们的思考不再从零开始,不再是表层的、感性的,于是我们将重构自己的认知体系,使自身的发展成为了可能。

二、文化品质是软实力。

到清华大学的早晨,刚迈入教室,就看到排放整齐的桌签,底色是清华标志性的紫荆紫,上面打印着项目的名称、学员的姓名,还有每位学员桌上均放有一本课程讲义,讲义的扉页上印着讲义的目录,包括:清华人文精神、清华大学简介、清华大学历史沿革及本次研训的讲义。

第一天我们举行了开学典礼,我们佩戴了清华的校徽、吟唱了清华的校歌,接受了学校领导的嘱托,从第二天开始,我们作为一个只有4天研训时间的班级,开启了班级文化的建设之旅——晨读,阅读的篇目有《我的祖国》和《荷塘月色》节选,我自己则背诵了《大学》节选,“我的祖国,高山巍峨,雄伟的山峰俯瞰历史的风狂雨落……”气势恢宏,“曲曲折折

的荷塘上面,弥望的是田田的叶子……”深情温婉,而我更爱“大学之道,在明明德,在亲民,在止于至善。知止而后有定,定而后能静,静而后能安,安而后能虑……古之欲明明德于天下者,先治其国;欲治其国者,先齐其家;欲齐其家者,先修其身;欲修其身者,先正其心;欲正其心者,先诚其意;欲诚其意者,先致其知……”就是在这样的一件一件很小的事情上,平日工作的琐碎逐渐淡出视野,中国文化的经典和清华“自强不息、厚德载物”的精神点点滴滴地深入到心田,学员的心灵感受到了充实,同时也为进一步的学习做好了心理上的准备。在研训期间,班主任多次说“进了清华门,就是清华人;出了清华门,带走清华魂”——我当然不会因为4天的研训,认为自己是清华大学毕业的,但是因为这4天的学习,得以一窥中国一流名校的办学理念和文化氛围——如是熏陶了4年的本科生或3年的研究生,他们心里必装载着对母校满满的爱与自豪吧?那么,我们也是一所学校,我们是否给我们的毕业生如此的感受和成长经历了呢?

本次课程中所有属于清华大学的教授都反复言说着他们本专业的先辈,先辈的事迹、先辈的故事,为什么会是这样呢?一所学校的故事后面,必将隐藏着一个人,隐藏着一种文化,隐藏着这所学校成员共同认可的价值观,所以流传下来的故事是一所学校公认的英雄事迹,也是一所学校公认的文化,所以有没有故事,有没有最具文化特点的英雄人物,真的也是一所学校的精神外显。

4天的研修真的收获很多,这些是可以表达的,还有许多是不能表达但已经内化于心的,希望这些收获能提升日后工作的品质,对与我相遇的人或事产生更深远的影响。

遇见清华,使我的思考不再是从零开始。