

衡阳市一中秉承“办有温度的教育”理念，让爱和温暖弥漫学校，让激情与活力充满课堂，让感恩和责任铭记心中。一大批优秀学子从这里走向全国，走向世界……近年来，该校已有 17 人被清华、北大录取，有的已进入哈佛大学、伦敦帝国理工学院等世界名校。正是这种“有温度的教育”——

让每名学学生成长为“最好的自己”

■本报记者 向吟吟

4月，植物在市一中的校园里蓬勃生长，空气中弥漫着淡淡的馨香，教室里有着一群求知若渴的莘莘学子，讲台上有着辛勤耕耘的园丁，操场上有着风一样奔跑的少年。漫步校园，琅琅书声，盈盈笑语，不愧是一方读书学习的理想园地。

作为湖南首批省级示范性高中，市一中在衡阳教育史上写下了浓墨重彩的一笔——不仅跻身于“中国特色学校”“中国教育综合实力百强学校”，且教育教学质量连年攀升。学校先后斩获全国足球特色学校、全国青少年五好小公民主题教育活



汪紫菱在英国伦敦获评优秀艺术奖



蒋阳现为美国哈佛大学博士生



赵宏博现为美国麻省理工学院博士生

近年来考入清华、北大的学生及初中毕业学校

伍 珍，北京大学，衡阳县潮江中学
谢耀庭，清华大学，衡阳县金兰中学
颜 伟，清华大学，衡阳县英陂中学
汪紫菱，清华大学，衡阳市第十四中学
刘双龙，清华大学，衡阳县曲兰中学
颜云霞，北京大学，衡阳县英陂中学
李文姝，北京大学，衡阳市船山实验中学
蒋 阳，清华大学，衡阳市船山实验中学
欧明栋，清华大学，常宁市合江中学
崔治权，北京大学，衡阳市船山实验中学
廖 威，北京大学，衡南县宝盖中学
李新斌，清华大学，衡阳县蒸阳中学
刘 剑，清华大学，衡阳市船山实验中学
赵宏博，清华大学，衡阳市船山实验中学
林志航，清华大学，衡阳市船山实验中学
李祝祺，北京大学，衡阳市船山实验中学
邱奕翔，清华大学，衡阳市船山实验中学

动示范校、省生态文明示范校等 100 多项荣誉。2016 年，该校在湖南省示范性普通高中督导评估中获全省最高分，被评为“省优秀学校”，并荣获“湖南省高中较高水平足球运动队建设基地”。在市教育局年终目标管理考评中再次评为“市优秀学校”，并获得衡阳市普通高中教育教学质量优秀奖。

尤其是近年来，校长李仲辉总结学校百年来的文化积淀，对办学思想进行了高度提炼和创新表述，提出了“办有温度的教育”，让爱和温暖弥漫学校，让激情与活力充满课堂，让感恩和责任铭记心中。并倡

他们共同的心声：学校处处洋溢着爱和温暖

林志航，337 班学生，进校时成绩排名全市第 429 名。当时班主任老师发现他聪明好学，各科发展平衡，便主动找他谈话，让他把目标定为清华、北大，努力挖掘他的潜力，各科老师合力培养他，帮助他每个知识点都学深学透。在老师的鼓励和帮助下，再加上那种从小就不服输的个性和韧劲，林志航学习成绩直线提升。高考时更是不负众望，以全市理科第二名的成绩考进清华大学，现在清华读博。谈及高中三年，林志航感谢学校为他的学业打下坚实基础，以及恩师的耐心教诲。

汪紫菱，2006 届艺术生，以 1050 分的高分（专业成绩+文化成绩）被清华美院录取，2011 年研究生毕业于英国伦敦艺术大学中央圣马丁艺术与设计学院。她热爱文学，钟情艺术。这位姑娘和培养了她的一中一样，沉静，朴实，却有着浓厚的文艺气息。她现在在英

他们最深的记忆：课堂充满激情与活力

蒋阳、刘双龙，典型的学霸，高中三年，他们勤奋、谦逊、踏实、热心，次次考试名列前茅，学科竞赛频频获奖，各项活动独领风骚，是班里的标兵，是同学眼中的“传奇”，毕业时均以优异成绩被清华大学录取。如今，一个在哈佛大学攻读博士后，一个在伦敦帝国理工学院攻读博士后，并在各自领域小有成就。刘双龙在 2012 年还获得了欧盟玛丽-居里研究奖学金，赴英国林肯大学计算机学院，担任“智能机器人”的研究和设计”的助理研究员，研究课题 2015 年受邀在机器人领域最顶级会议 IROS 2015 上做特邀报告。

他们最大的收获：心中始终铭记感恩和责任

刘剑和赵宏博是 342 班同班同学，一进校，班主任李成欣老师就为他们量身定制了学习规划和目标。为了营造良好的学习氛围，李老师还让他们俩坐同桌，强强联合，共同提高，共同冲刺清华、北大名校，结果双双如愿。现在分别在英国伦敦和美国波士顿留学。

谈及这两个得意弟子，李成欣坦言，他们很全面，目标也很明确，在校期间就立志成为科学家。高中三年，他们爱学习，但不是埋首纸堆，学校鼓励怀疑和争论，无论是课上课后，这对小伙伴既互相鼓励，又不停止辩论，他们一起用不同的方法解一道数学题，比谁的解法最简单；围绕一个历史人物展开讨论，看看谁的观点最有力。最终将课本上的知识内化为心中的信仰。

不仅如此，他们还积极参加各类运



校长李仲辉和学生们在一起

他们共同的心声：学校处处洋溢着爱和温暖

不仅如此，学校还推行学生成长“导师制”“联系学生制度”，让教师陪伴学生成长，为学生的学习规划、心理疏导、品质养成、职业选择等问题提供指导。关爱留守学生和特困生，学校创办“县区班”，制定“帮扶联系手册”“帮扶联系卡”，让学生在这种有温度的平等师生关系、多元的导师组织、互动的教育形态、共进的发展目标中切实感受关怀，感受温暖。

为了让学生做温暖幸福自信的一中人，学校聘请了学生校长助理，让学生参与学校民主管理和决策；并通过打造志愿者团队，开展各类社会实践活动，开阔学生视野、放飞学生心灵。

为了满足学生的兴趣爱好，促进学生全面个性化发展，学校开设 30 余门可供学生自主选择的选修课程和 42 个社团，涉及文学、体育、艺术、科技、生活等各个方面。并与美国 Penn Forster（潘·福斯特）高中合作开设中美

他们最深的记忆：课堂充满激情与活力

在他们眼中，市一中就是有志少年奋发和腾飞的加油站。三年的高中生活，记忆最深的就是充满激情和活力的课堂。让他们在学习知识的同时，养成了踏实的学风，掌握了高效的学法，积蓄了成功的潜能，为今后的学习和发展奠定了坚实的基础。

一所好的学校一般都会别具匠心地针对学生个体发展，大力推行课程改革。近年来，市一中不断探索创新育人模式，把课堂还给学生，把学习的快乐、创造的惊喜留给学生，充分激发了他们的学习热情和潜能。

2006 年开展“同课异构，聚焦课堂”活动确立“少讲·多思·精练·互动”的课堂教学基本要求，成功构建了有效教学课堂教学模式，让学生发挥潜能，主动学习，自主探究，勇于质疑，善于拓展，大胆创新，切实改变了低效或无效教学的状况。

2012 年，为了进一步提高教育教学质量，增加有“温度”的课堂，市一中又在“有效教学”的基础上又提出了“345”高效课堂改革。这一课改，教学由被动的“输入式教学”变为主动的“思维产出式教学”，让学生敢想、敢问、敢说、敢做；因此，课堂成了学生自由质疑、快乐探究、合作交流、展示才华、张扬个性、大胆创造的激情舞台。

同时，学校还开创了新课改环境下的

他们最大的收获：心中始终铭记感恩和责任

足实践、感恩励志活动，让感恩和责任始终铭记心中。去年寒假，他们结伴回到母校，为学弟学妹作励志感恩教育讲座，并传授学习经验。期间，他们说的最多的就是感谢，感谢母校的教育和培养，感谢老师的关爱和帮助，也希望学弟学妹们要学会感恩身边的人。

一直以来，感恩与责任担当教育始终被列为市一中德育教育的核心。学校紧紧围绕“以感恩启心，以励志促学”这一主题，开展多种形式的感恩励志教育活动，努力让学生从内心深处懂得知恩、感恩、报恩。学校先后开展了“我为母亲洗一次脚”“我为乡村孩子献爱心”“助残一日捐”“远足雨母山”“成人仪式宣誓活动”“演讲赛”等活动，引导学生树立感恩意识。同时，利用清明节、感恩节、植树节、教师节、

课程实验班，与美国波士顿三一私立中学、日本岛田学院等签订了合作办学协议。

每到社团活动时间，学生们打乱班级界限，各自走向不同的教室，寻找志同道合的学习伙伴，结识新朋友，学会与更多人交往。而这时，教师们都退居幕后，让学生唱起主角。学校自由、宽松的成长空间，教育者宽容而放手的态度，给了学生们实践公共事务管理的最好契机，也为学生成长为具有个性特长和突出竞争优势的现代人打下了坚实的基础。

对此，李仲辉表示，办有温度的学校，必须尊重人性、关注人情、体现人文、塑造人格，“在我们手中是许许多多正在成长中的希望，每一名学生都如此不同，每一名学生都如此重要，他们对未来充满着憧憬和梦想，都依赖我们的指引、塑造和培养，才能成为最好的自己和有用的公民！”

他们最深的记忆：课堂充满激情与活力

新的教学常规：个别辅导、“面批面改”制度，老师、学生面对面解决学习中遇到的困难，加深学生印象；学生“纠错本”制度，将易错问题记录，时时翻阅，避免错误屡犯；“周周清”制度，将各种重难点、易错点每周清理一次，及时巩固；同时学校特别注重尖子生的培养，为尖子生量身打造学法指导、培优方案、应试指导……这一系列举措，无不蕴含着师生间的温暖，无不显示着课堂内外适宜的“温度”。

如今，市一中的课堂有情感、有活力、有温度，所以显得更为生动，充满着各具特色的美。市一中也因此成为全省高效课堂研究基地。

他们最大的收获：心中始终铭记感恩和责任

母亲节以及五四、七一、九一八、十一等特殊节日开展校园节日文化活动，将感恩意识渗透到学生的内心。在帮助学生懂得感恩的同时，一中还努力让学生明白：存有感恩之心就要树立强烈的责任感，善于负责、勇于担当才是更高层次的知恩感恩。

一代又一代的一中人表示，当责任与感恩铭记在学生的心中时，校园之中流淌的是“温暖”的气息，学校德育工作不再是了无生机，而是春意浓浓。学生也才能在今后的征途上走得更远更踏实。

其实，像林志航、刘剑、刘双龙这样的学生还有很多，比如 2013 年考上北大的李祝祺、2014 年考上清华的邱奕翔，还有中美课程实验班的陈钰林、黄莎、陈柏霖……他们还没毕业，就凭借优异的国际课程成绩和全面的综合素质被海外名校录取。他们的故事，正是一个个普通的一中人的成长故事，带着对世界懂懂认知来到这里，在美丽而有温度的校园里学习，和美好的人与事为伴，最终成为这美好世界里闪亮的一部分。

“学校不会要求学生去成为某一种人，而是鼓励学生成为各式各样的人，鼓励你去进步，成长为‘最好的自己’！”——谈起母校的培养，同学们袒露了共同心声。三年时间，沐浴着有温度的教育，通过努力学习和奋斗，他们的羽翼更加丰满，不仅取得了学业的丰收，更得到了一笔宝贵成长财富，如今都已成长为各自领域的精英和佼佼者。他们不仅是温度教育的实践者和受益者，更是传承者。相信在未来的日子，还会有更多满怀爱心，懂得感恩与责任的学生从这里扬帆起航，迈向更加灿烂辉煌的远方。