

“我也当过学渣”

宁波名校校长晒24年前的成绩单,激励中考生



陆琦给同学们上“校长班队课”。

科目	入学考试	第一学年		第二学年		第三学年	
		第一学期	第二学期	第一学期	第二学期	第一学期	第二学期
政治	82	60	68	70	73	76	76
语文	129	80	87	81	75	75	75
数学	129	55	60	60	52	57	57
物理	106	67	70	63	60	B	B
化学	106	68	65	50	50	B	B
生物	110	74	68	65	60	B	B
历史		69	70	71		C	60
英语		60		B			60
体育				75		B	
劳动技术							
总分		412	412	412	412	412	412

陆琦晒出高中时期的学习成绩单。



宁波市新城第一实验学校开设了“校长班队课”。

“你们想像陆老师一样‘逆袭’,从学渣成为学霸吗?”“要相信自己的潜能,要相信自己身上有着无穷无尽的能量!”……3月21日,距离中考还有93天。宁波市名校校长陆琦在学校班队课上,拿出自己24年前的高中成绩单,用自己的逆袭故事激励即将参加中考的初三学生。

“太励志了!这是我这辈子喝过的最浓的一碗鸡汤!”下课后,有学生跑到陆校长面前,这样说。

□现代金报甬派记者 钟婷婷

A 他给初三学生上“校长班队课”

陆琦,宁波市名校校长,宁波市新城第一实验学校党总支书记。近日,他在忙着做一件事,就是给该校初三年段的每个班级上一堂“校长班队课”,主题是“中考,我们如何应对”。

“你可能爱看漫画,现在这个不重要了。你可能爱打游戏,这个暂时不重要了。你爱画画、爱唱歌,这些也暂时不重要了。现在最重要的一件事

是什么?提高你的中考成绩!最后一学期的努力、付出,将会决定你初中三年80%的收获。”课上,他鼓励学生:掌握“二八法则”,实现人生逆袭。

“二八法则”,也称为二八定律,是19世纪末20世纪初意大利经济学家帕累托提出的。“二八法则”的核心在于把精力集中在关键的20%上,这20%将产生80%的成效。

最后一学期,该如何快速提高学习成绩?陆校长告诉同学们:“很多人一直在回避困难,他们用大量的时间做自己会做的事,至于困难的部分,要么胡乱对付一下,要么干脆无视掉。在学习中,难点才是积累知识的起点。把有限的时间用在难点学科上,抓住难点学科的20%进行突破,是快速提高成绩的好方法。”

B 他拿出了自己24年前的成绩单

为了激励同学们在剩余的90多天全力冲刺,陆琦甚至放下校长身份,拿出了自己24年前的高中成绩单。

高三第一学期,语文75分,数学57分,外语68分……年少时,陆校长也很爱玩,兴趣爱好广泛,没有把过多精力放在学习上,期末考试成绩处于年级倒数。但在高考前的最后半年,他明确了自己的目标,全力攻克原本不喜欢的数学学科。最后,高考数学成绩110多分。跨越式的提升让他成功考进了本科院校。“我也当过学渣,

你们想像陆老师一样‘逆袭’,从学渣成为学霸吗?”课堂上,陆琦这样问同学们。

这一“现身说法”激励了在座的每一位中考生。901班卢佳怡同学说:“这是我们第一次听陆校长的课,也将是我难忘的一堂课。接下来,我会抓住自己薄弱的科目,不再逃避,勇敢面对!”陈偲淇同学说:“我之前对自己不是特别自信,陆校长用自己的例子让我感受到,每个人的潜力是无限的。我们要对自己充满自信!”

这堂班队课上,陆校长“金句”频出,为中考考生加油鼓劲。再分享几段他的话:

“蒙上眼睛,不要去想未来怎么样。把握好每一个‘今天’,是你们每一个人要做的事情。要相信自己的潜能,要相信自己身上有着无穷无尽的能量。”

“不想未来,坚定走好脚下的一步!相信自己,你远比你以为的更伟大!不要放弃,我们永远为你喝彩加油!”送给每一位正在备考的学生!

全省“我最喜爱的思政课老师”名单公布 江北区实验中学虞链丽榜上有名

本报讯(现代金报|甬派记者 马亭亭 通讯员 宣佳含 刘雨)3月20日,由中共浙江省委宣传部、浙江省教育厅主办的第四届“思政星课堂”我最喜爱的思政课老师推介宣传活动颁奖仪式在杭州举行,现场揭晓了全省10名“我最喜爱的思政课老师”和10名“优秀思政课老师”名单。其中,来自江北区实验中学的虞链丽从全省众多老师中脱颖而出,荣获“我最喜爱的思政课老师”称号,系宁波市唯一。

如何让思政课“活”起来? 她探索出了好方法

作为浙江省优质课一等奖获得者,虞链丽秉持“勤思、勤学、勤做”的教育精神,深度研究教学,关注自身专业发展。她在“学习—实践—反思—改进—再实践—再学习”的长期探索中,形成了独到的教学观念和独特的教学风格。

虞链丽发现,很多学生觉得思政课无聊、死板,学习兴趣不高,是因为课堂内容不够鲜活,缺少互动,导致学生不愿意听、不愿意去思考。经过学习、实践,她探索出了好方法——将学生成长

过程中需要明白的道理蕴藏在时代故事里。

在非洲媳妇Rose应对“网暴”的故事里,虞链丽和学生一起思考如何增强法治观念、提高个人修养;在快递小哥彭清林跳江救人的故事里,师生一起探讨正确的价值取向;在民族企业家宗庆后的故事里,他们一起总结如何承担社会责任;在最美逆行者钟南山的故事里,他们一起学习如何坚定家国情怀……虞链丽从社会热点、行业需求、学生关心的时政中汲取养分,溶解理论知识,让思政课充满了吸引力、感染力和针对性。

她用自己的专业和热情 在学生心里种下信仰的种子

宁波拥有丰富多彩、弥足珍贵的红色旅游资源,虞链丽以红色资源为纽带,结合宁波本地特色,将思政课与党史学习、红色教育等融会贯通。

比如,在她执教的《关心国家发展》一课中,她摒弃“照本宣科”的形式,先以歌曲《我和我的祖国》激发学生的感情,之后通过华为发展的明线和国家发



虞链丽(中)和学生在一起。

展的暗线构成课堂,让学生在感受祖国各个领域成就的同时,又以“感困境、思挑战”让学生了解我国发展的困境,从而激发他们好好学习成为祖国栋梁之材的信念。

她还带领学生们走出校园,参与社会实践,深入了解家乡的历史,引导学生将人生理想与家乡发展相融合,用自己的专业和热情,在学生心里种下信仰的种子。

思政课是落实立德树人根本任务的关键课程,是铸魂育人的主渠道。近年来,江北区思政团队以培育学生“家

国情怀”为切入点,融入宁波本地乡土资源,开发了系列丛书《宁波人物学生读本》和60多节红色人物金课。其中,《指向家国情怀的宁波人物课程资源开发》课题荣获宁波基础教研课题一等奖。一批优秀的思政课老师正在成长,一起推进江北区思政课建设高质量发展。

江北区委宣传部、江北区教育局相关负责人表示,接下来将着力打造一支信仰坚定、理论功底扎实、数量充足、结构优化的思政课教师队伍,推出更新颖、更打动人心的实践课程,真正让思政课活起来、火起来。