

讲述好班级的故事 构建好班级的意义 ——治班策略

张长燕

题目的缘起：

带领一个班级团队，我们的出发点在哪里，终点又在哪里？我们如何出发，怎样到达终点？

我一直以为，“意义赋予”最为重要。

《人类简史》作者尤瓦尔·赫拉利说，任何大规模人类合作的根基，都在于某种只存在集体想象中的虚构故事，“虚构故事”正是“意义赋予”。

治班策略构建程序： 教育理念

班级建设顶层设计

班级目标

分层构建班级意义

治班策略

讲述好班级的故事

教育理念

学生发展核心素养：

三大领域：

社会参与

自主发展

文化修养

学生发展核心素养：

六大素养：

人文底蕴、科学精神、

学会学习、健康生活、

责任担当、实践创新

基于核心素养的班级叙事理念

需要追问：孩子怎样成为自己的？

外在影响

内核生成

美国诗人惠特曼 《有一个孩子向前走去》

有一个孩子向前走去

惠特曼（美国）

那些态度温和而要求严格的家长，给了孩子尊重和不容突破的底线；

那些态度强硬而要求严格的家长，也给了孩子底线，但孩子有压抑感，随着长大容易产生反抗心理；

那些态度摇摆的家长，给了孩子讨价还价的余地；

那些抱怨的家长，给了孩子不学的理由和凡事往他处推卸责任的态度。

那些“怎样都好”的家长，让孩子成为对自己没有要求的人。

那种殴打，急促而响亮的言谈，苛刻的讨价还价，耍手腕的本领，
那些家庭习惯，语言，交往，家具，那渴望和兴奋的情绪，
那无法否认的慈爱，那种真实感，那种惟恐最后成为泡影的忧虑……

……

那个天天向前走的孩子，他正在走，他将永远天天向前。

治班理念：

1、打造**有生命力**的集体，让高中校园（班级）成为既能远望又能回首的地方；

2、让学生在集体里成长为有**独特生命力**的个体——
行为规范，个性张扬；
学会做人，昂扬生命。

治班目标:

短期目标——建设有向心力的聚合班集体

中期目标——形成有生命力的生活共同体

长期目标——建设有创造力的自觉共生体

治班策略：

一、建设团队——形成聚合班集体

二、丰富平台——形成生活共同体

三、自创平台——形成自觉共生体

教育理念是我们班级建设顶层设计

班级目标是我们分层构建班级意义

治班策略是我们讲述好班级的故事

一、建设团队——形成聚合班集体

“聚合”在生活中常用的意思是“分散的聚集到一起”，在化学学科中“结合‘小分子’成为大分子”也是聚合。

放在我们的班级管理中，让个体受到集体的感召，团结凝聚在一起，形成班级的合力和活力，是我们的“聚合班集体”。

一、建设团队——形成聚合班集体

建班之初，行政班级只是一个代号，如何让班级成为班集体？

通过活动赋予班级意义、发现班级意义、构建班级意义。

一、建设团队——形成聚合班集体

系列活动——讲好故事，才能构建好

意义：

发掘班号的意义，
打造班级的名字，
设计自己的班徽，
形成自己的班训，
创作自己的班歌，
生成自己的班规
.....

一、团队建设——形成聚合班集体

系列活动：

发掘班号的意义，
打造班级的名字，
设计自己的班徽，
形成自己的班训，
创作自己的班歌，
生成自己的班规

.....

一、建设团队——形成聚合班集体

发掘**班号**的意义：

201413——1413——“一世一生”

201708——178——“一起吧”

201710——“Give me five, 让我们做足十！”——十室金瓯

202007——07——奇迹苑

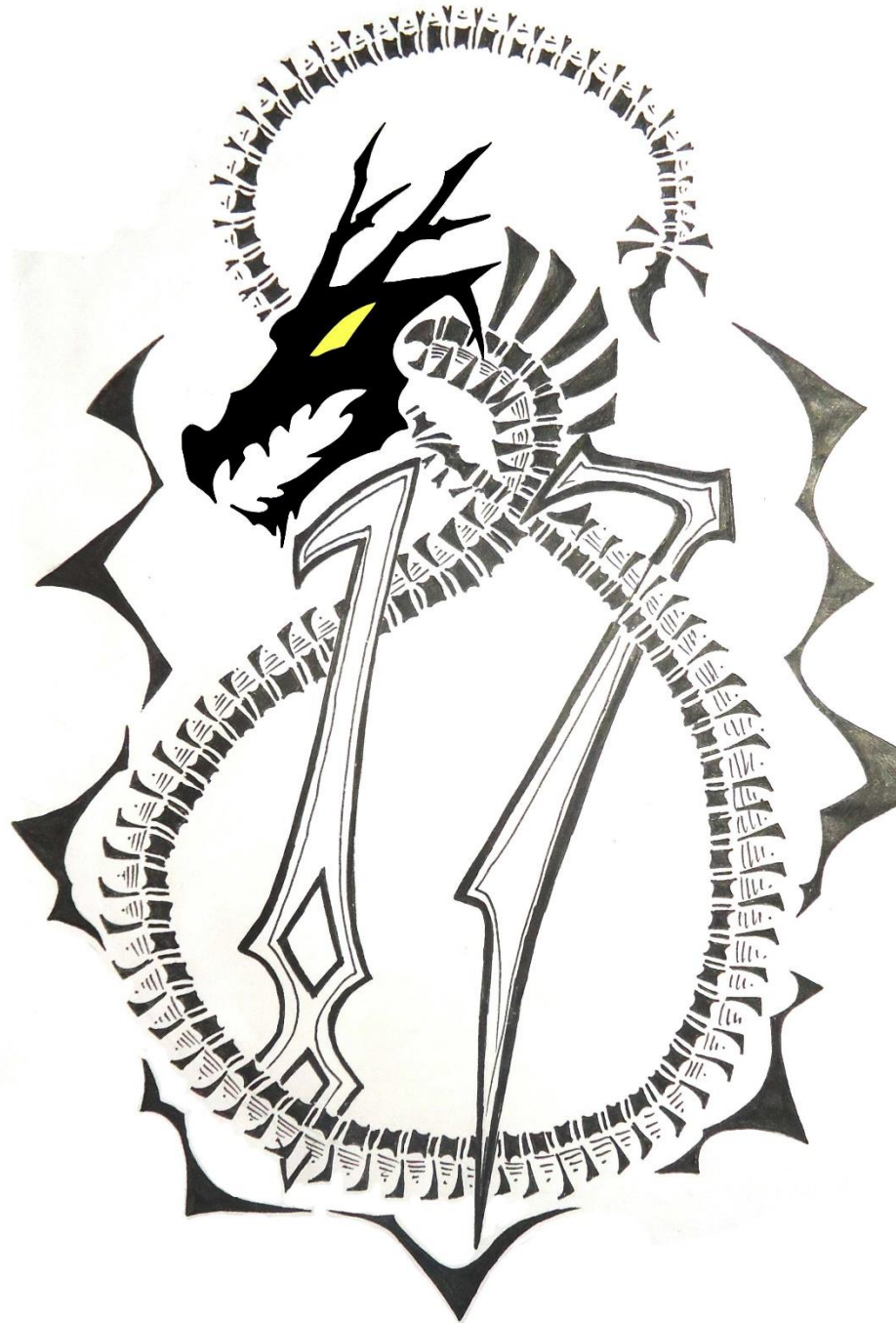
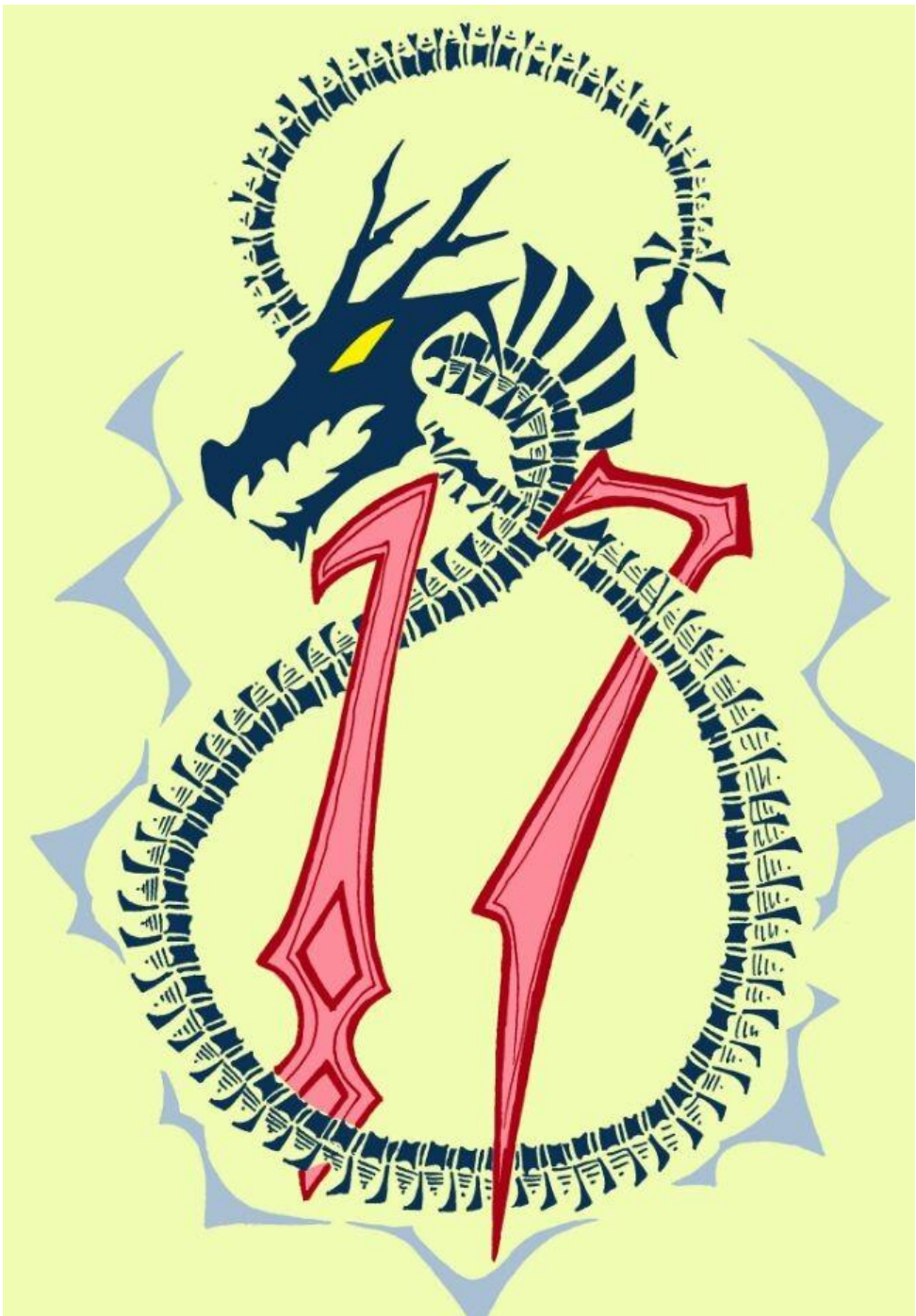
202008——08——八适德班



G2014



178的故事



军训期间，首先建立了一个家长群，群号是“石室北湖 178 频道”。这个“178”给我、家长和学生灵感，大家都看到了：178，一起吧。第一次说的时候，同学们都会暧昧地笑。那就让大家来接龙好了。什么事一起吧？大家接龙吧。于是：新生活，我们一起适应吧；有困难，我们一起克服吧；有乐事，我们一起分享吧；好经验，我们一起交流吧；有糗事，我们一起乐乐吧；有八卦，我们一起侃侃吧；没目标，我们一起寻找吧；为梦想，我们一起奋斗吧……学生的想象力，会大大超出老师的。不久之后，178 就是我们自己的号了：班徽 设计是 178 构成的蟠曲的龙和锋利的剑构成的；加油的时候是“178，加油！”张贴书法比赛作品的时候，墙上也是一个硕大的“一七八”，很多同学

去拍图片，转在自己的空间里，很自豪呢。



自強不息



電場力 $\rightarrow$ 電場 33

$$E = \frac{F}{q}$$

$$E = k \frac{Q}{r^2}$$





地址：成都市东三环一段内侧龙潭立交旁

微信：cdsszx

微博：成都石室中学

网址：www.cdshishi.net

封面设计：178 陈佳茜 胡绿绮 任瑞琪

高2017届10班，10的意味：

“10”有“十全十美”，“完美”，“满分”等意义。

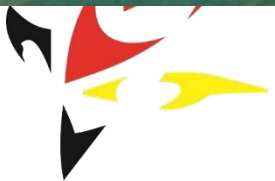
这些意义于每个人都一样，要赋予一个怎样的意义，才会体现我们班级的特点，学习的特点，甚至梦想的特点呢？

“伸出你的手，伸出我的手，我们就可以做到十分的好。”

“Give me five，让我们做足十！”



从“合作”“完美”的角度去丰富班号的意义，打造和乐向上的团队。



福州石室中学 铭记历史 缅怀先烈 珍爱和平 开创未来



打造班名有“野心” ——经营一间有“名”的教室

[当我们和别人不一样.doc](#)

[经营一间有“名”的教室.pptx](#)



利用班歌再叙事

[壹柒捌一起吧.wmv](#)

[壹柒捌一起吧 歌词-副本.docx](#)



团队建设——形成聚合班集体



通过系列活动在学习生活中强化班号的存在、意义，然后顺理成章设计出班徽，以后当班旗、黑板报、运动会、学校刊物、捐献的月季园上都挂着自家的班号班徽的时候，集体归属感便油然而生——**团队建设，从赋予意义开始，无中生有来！**

其实，我们的教育、我们的成长不就是**去发现意义么！**

一、团队建设——形成聚合班集体

班规——就要“私人定制”。

一个有聚合力的班级，它不应只是外在有特色，更要根植一颗颗有**内在生命力的种子**，让这个集体可以持续地**自我管理，自我教育，自我成长**。

班规，是集体内在生命力的表征，怎样鼓励同学们积极参与班规的制定，使班规成为班级同学内心的准绳呢？

一、团队建设——形成聚合班集体 生成自己的班规。

班规前传

一、团队建设——形成聚合班集体 生成自己的班规。

以高2017届10班《十室金匱之入室之约》为例
阿尔弗雷德·怀特海的“自由—纪律—自由”为指导
(浪漫——精确——自由)

一、团队建设——形成聚合班集体 生成自己的班规。

以高2017届10班《十室金匱之入室之约》为例
自由阶段（浪漫阶段）

最初是无约束自由创制，即自由阶段（浪漫阶段）。

按理学生天生好奇、天性里对世界的探索欲望会使他们的表达天马行空。但我们的学生其实已经受约束很久了，失去创意表达的特点。

可喜的是学生的真、善和诚的品质依然。此时，学生做出来的班规很“常规”，很“大众”。

一、团队建设——形成聚合班集体 生成自己的班规。

一、清洁卫生。

- 1、我自觉维护个人卫生，如在我周围发现纸屑废物。

二、集体生活。

- 1、我要积极地参与班级活动。

三、动静相宜。

- 1、我会积极举手发言表达自己的观点。

四、友善互助。

- 2、提倡资源共享。

五、人人有责。

- 1、我会在打预备铃后立即安静下来。

六、自觉自律。

- 1、我要做到按时到达教室不迟到。
- 2、我自觉完成作业，不抄袭。

一、团队建设——形成聚合班集体

生成自己的班规——精确阶段

班长说：我们的分类有特点，六个大的方面不仅仅是学习和纪律方面的，还有团队意识和个人责任等当面的；我们的角度有特点，是“我要”而不是“必须”，强调主动性。

班主任说：“这份公约有没有呈现我们的学习、生活、品格等需要？有没有我们班级的性格特点呢？可不可以让这份公约富有我们班独有语言和气质让它独一无二不可复制呢？”

一、团队建设——形成聚合班集体

生成自己的班规——精确阶段

讨论意见：

分类不用太多，从常规、环境、学习和其他补充四个方面去分类就好；

其次,要有创意地表达我们的需求——语言与我们的生活、学习、年龄特点、班级特点息息相关，最好用到只有我们这个班级自己才懂的话。

先做一个模板。

再以小组为单位在全班征集条款。

一、团队建设——形成聚合班集体

生成自己的班规——精确阶段

讨论一个模板：

一、常规——我要做到不寻常

1、保持我的面容整洁，意气洋洋。
打理头发，不怕平头——关键看气质。

2、校服我要穿出石室风采，不裁剪，不乱画——干净也有气场。

3、我会时刻保持校服的拉链在校徽以上，我们相互提醒吧。

……

二、环境——我们的生存空间

（补充各种环境要求）

1、我会主动消灭座位周围的垃圾，尤其是装吸管的小塑料袋，坚决消灭掉。

2、放学后我会做好卫生，……

3、作为组长的我……

……

三、学习——（补充各种状态下的要求）

1、课堂……

2、晚自习……

3、午间自习……

……

四、班级里，寝室里，小组生活中，我的多样的角色

1、我是小小调解员

一、团队建设——形成聚合班集体

生成自己的班规——自由阶段

以小组为单位在全班征集条款、筛选、定稿。

十室金匱之入室之约

二、环境——我们的生存空间

4、我不做细菌的培养皿，放学后我会做好卫生，像捡钱一样捡垃圾，像洗澡一样拖地，清洁脸一样擦黑板。

3、作为组长的我会带领小伙伴们暴霜露，斩荆棘，前进，前进，前进进。

4、作为值日生的我是高浓度的威猛先生（女神），巡视教室，检查卫生，眼里容不得一点灰尘。

5、保洁时我要做一个旋风少年，不拖拉，打开火眼金睛，360°红外线扫描——卫生无死角！

6、如果我最后一个离开教室，我必须调整“三关”——关灯、关门、关风扇。

- 1、课堂上，我要以最好的面貌和老师约会，让老师的瞳孔里充满我的身影。那时，我是钒与水的亲密结合；是 H_2 与 Cl_2 的安静燃烧。↵
- 2、晚自习我要开启“飞行模式”，做沉默的“小喇叭”，与功课谈一场安静的恋爱。↵
- 3、午间自习自动开启禁言状态，做安静的雄狮。↵
- 4、下午六点的教室，嘘，要么我是优秀的开讲嘉宾，要么我是专注的听课达人。↵
- 5、作业——我要和作业谈一场两人之间的不容第三者插足的恋爱，每天专注约会 50 分钟。即使作业虐我千百遍，我也待它如初恋。↵
- 6、独立思考，我不会“乱弹琴”，走自己的路，让别人买酸奶吧，我只要“深邃的痛苦”。↵

这份公约包含了学习与生活，个人与团队，个体与环境，学生与老师的**多个维度**的品质要求；同时，丰富的语言呈现出学生的**个性与创意**，体现了学生的**年龄特点和心理特质**。

优秀而又特色的班级公约的生成过程可能比班级公约本身更能体现一个集体的成长。大家快乐地践行班级约定的时候，集体就有了生命力。

入室之约的配套版——痛定思痛

14. 在全班做一个幼稚或超级傻的动作，并拍照留纪念。
15. 帮 5 个同学接水 3 天。
16. 深情款款地唱同学们指定的歌。
17. 配着同学们指定的音乐做课间操。
18. 语文某册所有必背篇目快乐抄一遍（必须要有 10 人以上帮抄，其中三人为老师）。
19. 抄化学方程式。
20. 当着全班同学用免提给初中班主任打电话，告诉他自己现状。
21. 课前三分钟领读课文一周，缺一节加一周。大家不跟读也要加一周。
22. 背上背字条一天，内容由同学们定。
23. 戴写有“禁言”的口罩三天。

当班名、班号、班徽、班歌，规则都是生成而不是随便的时候，集体凝聚力就生成了。



我们，就有了“自己的特色”，就会与别人“不一样”，因为我们的东西有我们赋予的意义，有我们的气息与我们的特质的时候，这种不一样会有一种魔力，让学生深深热爱自己的班级并以此为傲。这时，一个有“**聚合力**”的班集体就有模有样了。



二、丰富平台——形成生活共同体

共同体是一个由友爱和正义为主要价值取向的伦理实体，并且能够让共同生活在其中的成员自然产生**归属感**和**安全感**而联结在一起的人群。

学情：学生全部寄宿，学校和班级是学习的地方，也是生活的地方，成长的地方。

目标：积极构建让学生觉得有生活气息，有学习氛围，有梦想追求的集体，而不只是读书的地方，这就是我们的“班级生活共同体”。

二、搭建平台——形成生活共同体

德育
智育
心育

从三个维度展开色彩丰富而又有班级特点的活动，这些活动生成的有形或无形的空间会构成学生的生活共同体，学生能够在生活共同体里体验生活的自在和开心，成长的幸福和快乐。

学生在这个生活共同体里体验活好的自在！

二、丰富平台——形成生活共同体

构建心灵档案——让每一个生命被了解被悦纳！

开设青春课程——学会去遇见更好的自己。

7. 爸爸的教育程度
(1) 学历: 小学 ☐ 初中 ☐
(2) 中专、大学受教育程度:
①理工类 ☐ 什么专业
②教育类 ☐ 什么专业
8. 妈妈的工作情况
(1) 在职情况: 在职 ☐ 全职 ☐
9. 爸爸的工作情况
(1) 在职情况: 在职 ☒ 全职 ☐
10. 请妈妈或爸爸填写: 您感觉孩子受到了妈妈或爸爸的影响?
1. 学习习惯
2. 上进心
3. 遇到困难不放弃
12. 请爸爸或妈妈填写: 孩子是由谁带大的?
从小由爷爷奶奶带大, 照顾周到
13. 请爸爸或妈妈填写: 孩子是否受您感觉孩子还曾明显的受到哪位家庭成员(叔、姑、舅等)的影响? 具体体现是什么?
受爷爷奶奶影响较大, 不爱写作业
14. 请爸爸或妈妈填写: 你们希望孩子成为什么样的人? (比如上什么班、做什么工作、有什么爱好等)
希望孩子能考上大学, 以后能有一份稳定的工作
15. 请爸爸或妈妈填写: 您觉得孩子成长中最大的成功是什么? (比如, 性格的改变、学习的进步等等, 描述越详细越好, 如果写不开, 可以单独附纸)
孩子能主动学习, 遇到困难不放弃
16. 请爸爸或妈妈填写: 您对孩子的成长中最大的不满意是什么? (比如, 性格的改变、学习的进步等等, 描述越详细越好, 如果写不开, 可以单独附纸)
孩子有时比较内向, 不爱与人交流

7. 爸爸的教育程度
(1) 学历: 小学 ☐ 初中 ☐
(2) 中专、大学受教育程度:
①理工类 ☒ 什么专业
②教育类 ☐ 什么专业
8. 妈妈的工作情况
(1) 在职情况: 在职 ☐ 全职 ☐
9. 爸爸的工作情况
(1) 在职情况: 在职 ☐ 全职 ☐
10. 请妈妈或爸爸填写: 您感觉孩子受到了妈妈或爸爸的影响?
1. 学习习惯
2. 上进心
3. 遇到困难不放弃
12. 请爸爸或妈妈填写: 孩子是由谁带大的?
从小由爷爷奶奶带大, 照顾周到
13. 请爸爸或妈妈填写: 孩子是否受您感觉孩子还曾明显的受到哪位家庭成员(叔、姑、舅等)的影响? 具体体现是什么?
受爷爷奶奶影响较大, 不爱写作业
14. 请爸爸或妈妈填写: 你们希望孩子成为什么样的人? (比如上什么班、做什么工作、有什么爱好等)
希望孩子能考上大学, 以后能有一份稳定的工作
15. 请爸爸或妈妈填写: 您觉得孩子成长中最大的成功是什么? (比如, 性格的改变、学习的进步等等, 描述越详细越好, 如果写不开, 可以单独附纸)
孩子能主动学习, 遇到困难不放弃
16. 请爸爸或妈妈填写: 您对孩子的成长中最大的不满意是什么? (比如, 性格的改变、学习的进步等等, 描述越详细越好, 如果写不开, 可以单独附纸)
孩子有时比较内向, 不爱与人交流

7. 爸爸的教育程度
(1) 学历: 小学 ☐ 初中 ☐
(2) 中专、大学受教育程度:
①理工类 ☒ 什么专业
②教育类 ☐ 什么专业
8. 妈妈的工作情况
(1) 在职情况: 在职 ☐ 全职 ☐
9. 爸爸的工作情况
(1) 在职情况: 在职 ☐ 全职 ☐
10. 请妈妈或爸爸填写: 您感觉孩子受到了妈妈或爸爸的影响?
1. 学习习惯
2. 上进心
3. 遇到困难不放弃
12. 请爸爸或妈妈填写: 孩子是由谁带大的?
从小由爷爷奶奶带大, 照顾周到
13. 请爸爸或妈妈填写: 孩子是否受您感觉孩子还曾明显的受到哪位家庭成员(叔、姑、舅等)的影响? 具体体现是什么?
受爷爷奶奶影响较大, 不爱写作业
14. 请爸爸或妈妈填写: 你们希望孩子成为什么样的人? (比如上什么班、做什么工作、有什么爱好等)
希望孩子能考上大学, 以后能有一份稳定的工作
15. 请爸爸或妈妈填写: 您觉得孩子成长中最大的成功是什么? (比如, 性格的改变、学习的进步等等, 描述越详细越好, 如果写不开, 可以单独附纸)
孩子能主动学习, 遇到困难不放弃
16. 请爸爸或妈妈填写: 您对孩子的成长中最大的不满意是什么? (比如, 性格的改变、学习的进步等等, 描述越详细越好, 如果写不开, 可以单独附纸)
孩子有时比较内向, 不爱与人交流

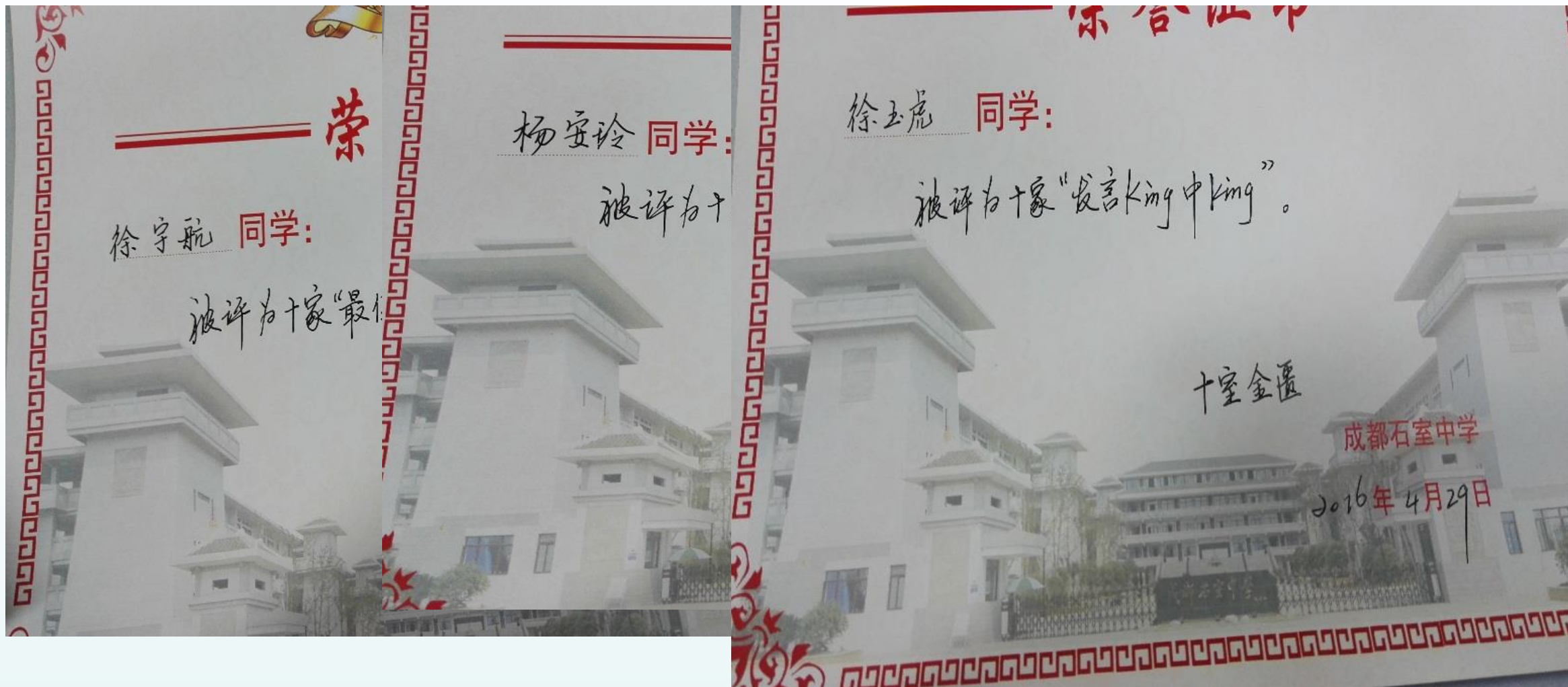
7. 爸爸的教育程度
(1) 学历: 小学 ☐ 初中 ☐
(2) 中专、大学受教育程度:
①理工类 ☒ 什么专业
②教育类 ☐ 什么专业
8. 妈妈的工作情况
(1) 在职情况: 在职 ☐ 全职 ☐
9. 爸爸的工作情况
(1) 在职情况: 在职 ☐ 全职 ☐
10. 请妈妈或爸爸填写: 您感觉孩子受到了妈妈或爸爸的影响?
1. 学习习惯
2. 上进心
3. 遇到困难不放弃
12. 请爸爸或妈妈填写: 孩子是由谁带大的?
从小由爷爷奶奶带大, 照顾周到
13. 请爸爸或妈妈填写: 孩子是否受您感觉孩子还曾明显的受到哪位家庭成员(叔、姑、舅等)的影响? 具体体现是什么?
受爷爷奶奶影响较大, 不爱写作业
14. 请爸爸或妈妈填写: 你们希望孩子成为什么样的人? (比如上什么班、做什么工作、有什么爱好等)
希望孩子能考上大学, 以后能有一份稳定的工作
15. 请爸爸或妈妈填写: 您觉得孩子成长中最大的成功是什么? (比如, 性格的改变、学习的进步等等, 描述越详细越好, 如果写不开, 可以单独附纸)
孩子能主动学习, 遇到困难不放弃
16. 请爸爸或妈妈填写: 您对孩子的成长中最大的不满意是什么? (比如, 性格的改变、学习的进步等等, 描述越详细越好, 如果写不开, 可以单独附纸)
孩子有时比较内向, 不爱与人交流

人际交往——认真告诉你, 我不喜欢.pptx

课间——青春之水流花放.mp4

二、丰富平台——形成生活共同体

每月班级之星——让每个人的优点成为亮点，
让每个人的不足转化为特点。



二、丰富平台——形成生活共同体

每月班级之星——让每个人的优点成为亮点，

让每个人的不足转化为特点

奖状



藏税CEO黄

恭喜藏税川渝总代理肖丹[礼花][礼花]被本公司评为本月的学习之星。

喜提奖状一张[鼓掌]

还在犹豫什么，加入藏税就能提分，赶快行动吧！

♡ 青衣的创世哥

☺ 川渝总代理一丹：感谢大家对我的支持！感谢陪伴！

☹ 前黔西总代理一妙：肖，越努力越幸运！[比心]

☹ 豫鲁总代理一棋：景，越努力越幸运！[比心]

☹ 青衣的创世哥：丹，越努力越幸运！[比心][比心]

二、丰富平台——形成生活共同体

序列化的班会——让人人都是活动的组织者

高 2017 届 10 班高二下学期班会构想

三月：播种在春天（负责班长艾欣——承包小组：艾欣、龙洋、周珍羽）

- 一、励志篇：我的职业规划。
- 二、巩固篇：十班气质在日常。
- 三、生日会：以成熟的态度做青春的事。

四月：耕耘在当季（负责班长甘泉——承包小组：刘星兰、兰培轩）

- 一、励志篇：面朝大海不问春暖花开。
- 二、学习篇：我的坏状态和好状态。
- 三、生日会：成长的快乐与疼痛。

五月：逐梦在五月。（负责班长徐玉虎——承包小组：徐玉虎 余尔聪）

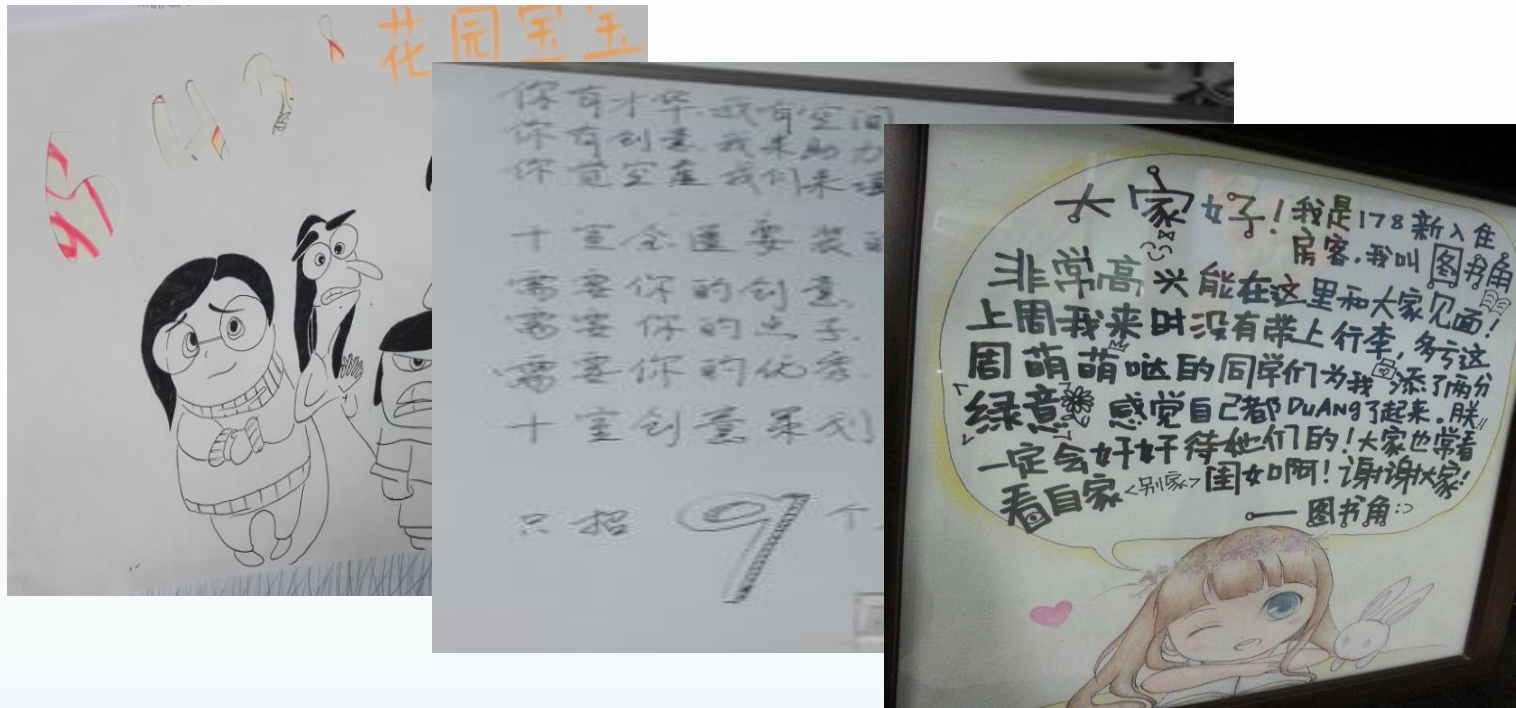
- 一、励志篇：我们是五月的花朵（五·四精神）
- 二、学习篇：考试的意味。
- 三、生日会：十七岁也是花季。

六月：拼搏在六月（负责班长任雨田——承包小组：任雨田 王念菲）

- 一、励志篇：我曾经以为我做不到的事。
- 二、学习篇：经验之谈
- 三、生日会：我型我秀

二、丰富平台——形成生活共同体

创意设计部——让你的才华惊艳我的空间。



二、丰富平台——形成生活共同体

序列化的生日会：——每个生命都被祝福。

（德育、心育的最佳平台）

[为你写诗 胡禧龙.pptx](#)

2014年10月：“

2014年11月：“

2014年12月：“

2015年1月：“

2015年2、3月

2015年4月：“

2015年5月：“

2015年 678月：“我的命运我做主。”

[为你写诗 致潘铮.pptx](#)



二、丰富平台——形成生活共同体

序列化的生日会：——建设班级的隐形文化

（德育、心育的最佳平台）

活动设计

高一上|学期4次生日会：“我”的问题。

9月 “我是谁？”

认识自我，畅想自我。

10月 “我们是谁”

在团队里 认识“我”和“我们”的关系。

11月 “我来自哪里”

感恩节，感恩生命和明白成长的多元性。

12月 “如何遇见未来的自己”

依据我们的一生，规划我们的学习。

二、丰富平台——形成生活共同体

学校大型活动——青春的创意平台

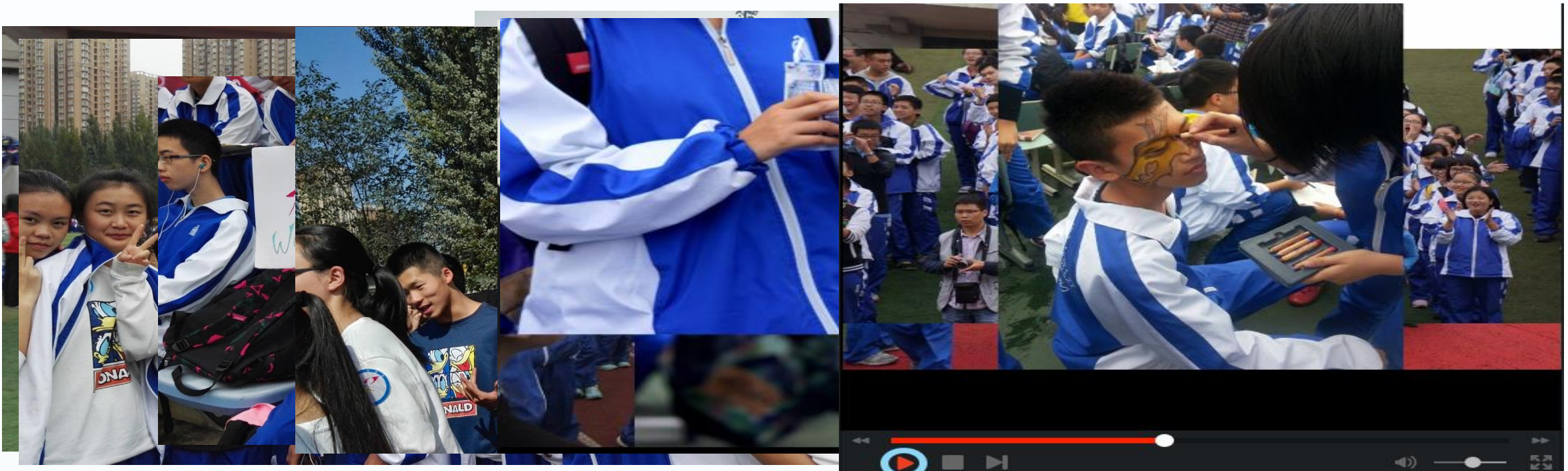
（德育、智育、心育的综合舞台）



二、丰富平台——形成生活共同体

学校大型活动——青春的创意平台

（德育、智育、心育的综合舞台）



给每个参赛队员设计加油板、为大家统一脸贴、为每一个同学设计彩绘……当我们的班服，我们的班徽，我们的彩绘，我们的口号，我们的加油板，我们的拉拉队，我们的标语横幅，我们的运动员，我们的团队……水流花放的青春咄咄而来，铺天盖地，挥之不去。

把主题活动当作项目来完成

北京九渡河小学开设课程的故事——豆腐课程_

让学生做出豆腐，卖出豆腐。老师们从零开始，把商学、经济学里适合小学生的条目提取出来，又将诚信、服务、质量意识等内容与国家课程标准中德育的要求对接起来，形成一条条具体的学习目标。

学生要学科学，知道磨豆腐的原理；要学数学，对自己磨出来的豆腐合理定价；还要学语文，为豆腐写广告语；还要学一点营养学，让自己更具竞争力。

有的学到了用五种豆子混合研磨豆腐，有的学会了用山泉水制作，有的专门为轻食人群定制。

学生又经过了渠道调研、现场看样、谈判洽谈、法律咨询等努力，与附近的餐厅、农家乐签订了合同，给豆腐打开了销路。

最后是复盘。学生站在整个产业链的角度，反思每一个环节，分析下一步该怎么做。既帮助杨坤全接上这根产业链，又能培养学生洞察、沟通、表达、同理心等能力。

在真实世界，保持好奇，面对问题能抽丝剥茧，逐一找到解决方案，学会协作、共创，项目完成还能复盘总结...

这才是最棒的教育👍

把班级主题活动当作项目来完成

项目式学习：让学生主动探索现实世界的问题和挑战, 在这个过程中领会到更深刻的知识和技能。

锻炼学生的创造力，团队合作和领导力，动手能力，计划以及执行项目的的能力。

校运动会
舞蹈比赛
诗歌朗诵
集体劳动
游园活动
跳蚤市场
班会策划



歌舞青春

[舞蹈/奇迹苑 纸扇书生.mp4](#)



青春有戏

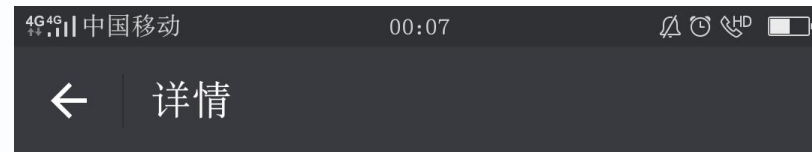




戏剧比赛

石室第29届校园文化艺术节

阳光·青春——石室中学第29届艺术节高2017届戏剧表演专场于2016年6月19日晚上隆重演出! 13个班演绎了13出精彩小戏, 展示出了学生超凡的想象力、出色的协调能力和精彩的表演能力!

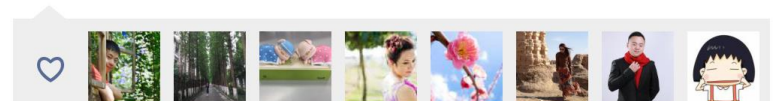


长燕

不晒“娃”的我今天晒晒你们——因为“青春·有戏”之《吝啬鬼》。在这个年纪去尝试, 去经历, 去努力, 去体验, 去成长……青春里的戏, 是开发自己, 遇见自己的一种方式, 不管你在演戏, 还是在导戏, 还是在看戏……谢谢, 亲爱的“十室金匱”所有的孩子们, 因为“青春有戏”!



2016年6月19日 23:49 删除



评论



发送

青春有戏

《风声》



吝啬鬼

改编自莫里哀《吝啬鬼》



领衔主演: 徐宇航 杜佳雨 杨易倩 甘泉 徐玉虎 郭子非

编剧: 刘星兰 余尔聪

导演: 李勤雯 雷若 罗未名

制片: 李倩茹 任雨田

简介

一位家缠万贯的老爷，拥有数不尽的仆人土地，金银财宝，却吝啬无比。经常克扣下人工钱，引得许多人的不满。不仅对待外人这样，他对待自己的儿女也是如此。为了获得更多的礼金，他竟不顾自己的女儿已有了心上人（书生），硬要把女儿许配给一位有钱的大人。

小姐定亲那天，所有人都聚在了一起。看着小姐即将出嫁，书生鼓起勇气，想为爱一搏，却在争执

戏剧节

舞蹈比赛

- 流程:
- 公布项目——主题活动
- 诚招责任人
- 动员宣传
- 组建团队
- 落实小项负责人
- 拟定项目推进时间线
- 定期汇报进度
- 成调整、改进、完善
- 成果展示
- 反思总结



2333 666 好威武 飞鸡埋还
了啦 高二八班流弊 简直了 简直
我上电视了啦我上电视了啦 弹幕都

人员名单开始



改进流程:

- 公布项目——主题活动
- 诚招责任团队
- 动员宣传
- 组建团队
- 落实小项负责人
- 困难预设——应对策略
- 拟定项目推进时间线
- 定期汇报进度
- 调整、改进、完善
- 成果展示
- 反思总结

舞蹈比赛——化妆组：

- 1.成立化妆组（志愿、物色、游说、培养）
- 2.设计妆容
看网上妆容
设计样式
- 3.向家长或专业人员学习，要形成完整的可操作的化妆流程
- 4.梳理需要购买的化妆品
- 5.购买化妆品
- 6.训练化妆人员
- 7.寻找志愿者（试化妆）
- 8.统计需要的化妆人员，储备足够。分基础工和精化妆
- 9.流水作业，流程再精细，设置流水进程“监工”。

戏剧比赛——化妆组：

- 1.成立化妆组（志愿、物色、游说、培养）
- 2.设计妆容
看网上妆容
设计样式（不同角色不同妆容）
- 3.完整的可操作的化妆流程
- 4.梳理需要购买的化妆品
- 5.购买化妆品
- 6.培养成熟的化妆小能手
- 7.分析尝试特效妆的画法
- 8.寻找志愿者（试化妆）
- 9.统计需要的化妆人员，储备足够。分基础工和精化妆
- 10.流水作业，流程再精细，设置流水进程“监工”。











 1片头_音频.mp3

 2乐亭人? .mp3

 3王处长脚步.mp3

 4小心我弄死你.mp3

 5你们三个，都得死.mp3

 6老鬼不现.mp3

 7电流.mp3

 8贼喊捉贼了吧.mp3

 9李宁玉啊李宁玉.mp3

 10共产党.mp3

 11你个小娘皮子.mp3

 12我就是老枪.mp3

 13吴大队长不是.mp3

 14我绝对不会揭发你.mp3

 15我是瞎猜的.mp3

 16我无话可说.mp3

 17你去举报我一直到吴上台.mp3

 大島ミチル - The Message Medley.mp3

 空城计.mp3

替身

本该和爱人长相厮守
却因为利欲熏心的
于绝望中醒悟的艾德
即将把罪人拖入地狱

主演

伍新潮 李南希 姜明

林云博 李思驹 舒梓

2333 666 好威武 比鸡埋还美 火钳刘明
了啦 高二八班流弊 简直了 简直了... 666
我上电视了啦我上电视了啦 弹幕都是人才

人员名单开始施工↓

风声

THE MESSAGE

WHEN HUMANITY IS AT TEST, LEGENDS ARE BEING MADE

高二八班

主演：李品彤 孙学玮 彭采薇 杨世坤

风声

THE MESSAGE

导演 张长燕
指导 罗焰蓝
李品彤

高二八班 倾情演绎

4.26 北湖公演

日军为找出潜伏在伪军司令部里代号为老鬼的共产党员，发出一份假集会密电，老鬼信以为真，将情报传出。日军由此断定，老鬼就在经手过电文的顾晓梦，李宁玉，吴志国等人之中，于是将他们软禁，并逐一审问……

特别出演：杨泽熙 朱子睿 蔡胜阳 汪宇恒

后期：任俊吉 胡璐璐 喻成卓 欧阳彬鑫







4G 15:11 65.6 KB/s

68%

< 动态

好友动态 ▾

✉ +



徐宇航(

今天13:38

发表了日志

我与石室的故事

我不愿把我对石室的回忆写得特别specific，我愿所有石室学子的回忆能够供我们互相品鉴。
2159年前的11.11是石室的生日，我不过是千万桃李中的渺小的一员，她有那么久远的历史，我不过伴她走过六年。
初中的青春主题词不是石室二字，而高中是。是17级与的北湖校区的故事。 ...

查看全文





+1

浏览69次



👍 周珍羽、line walker、唐琪、👤 兰培轩、张莹莹、宇宙超度没有酒、屏息、Mr.Y、🌴 AI、👤 一个果冻等19人觉得很赞

清隳: 好!

4G 21:47 0.30 KB/s

75%

< 返回

详情

⋮

最喜欢的活动是戏剧节和成人礼，是北湖给我的最好的礼物。也许这是我第一次也是最后一次面临如此有仪式感的时刻。不仅是活动本身，还有一起度过18岁，度过两三年的友人（不仅是同学还有老师）。北湖的学生和老师大部分都很有趣，不体现在幽默感，而是灵魂里的有趣。是“有见地，会说话”的有趣。择日重听高中的课堂，回忆高中人和事，真的能摸着胸脯说：石室目的不在育分而在育人。



和名师入司刀印很有趣，个体现任幽默感，
而是灵魂里的有趣。是“有见地，会说话”的有趣。择日重听高中的课堂，回忆高中人和事，真的能摸着胸脯说：石室目的不在育分而在育人。



• 班级主题活动——当作项目任务来完成

- ——真实的情境
- ——真切地参与
- ——真实地体验
- ——真正地成长

二、丰富平台——形成生活共同体

德育 智育 心育

打造“你有才华，我有空间”的生活共同体，才能激活生命的个体，生命才会在这里快乐成长。

当每一个生命被关注，每一个个体有目标，每一个成员有舞台的时候，生命里“活着”的状态就升华成了“活好”且“活出价值”了。

集体里才能呈现生活即教育的魅力！

三、自创平台——形成自觉共生体

“自觉”，不只是自己有所察觉，更是内在自我发现、外在创新的自我解放意识。我支持“教育的目的是为了激发和引导他们的自我发展之路”的观点。我们的学校教育，最终是希望学生去成为他自己应有的模样，只有孩子们有自我觉醒的意识，并形成自我发现、自我教育的能力，才可能真正成长。在学校的教育中，这种“自觉”有先由后，我们应该引导大家相互帮助，彼此成就，共同成长，即形成班级的“自觉共生体”。

三、自创平台——形成自觉共生体

教师引领

学生自主

生命自觉

以学习为例





三、自创平台——形成自觉共生体

教师的引领与示范，打造班级的系列课程——让生命去追求卓越！

为了帮助学生学会学习，学会管理，我们将生涯规划和学习规划放在一起做了“时间管理课程”。

而班主任为了示范时间管理课程贵在思考、提升、坚持等特点，每周写班级管理的思考总结——“十班流水”，并推送到学生群、家长群，必要的时候也在教室里展示。

三、自主生长——形成自觉共生体

目标管理课程——让生命拥有远方和诗歌。

教师的示范

—		
10班流水之12——琐事记趣	2015/11/	
10班流水之13——有感恩节的一周	2015/11/	
10班流水之14——而今迈步	2015/12/	
10班流水之15——而今迈步(2)	2015/12/	
10班流水之16——十室金匱之痛定思痛	2016/5/2	
10班流水之17——十室金匱之入室之约	2015/12/	
10班流水之18——光阴流水里的成长	2015/12/	
10班流水之19——做得好与做好	2016/1/8	
10班流水之20——“我必须” “我需要”	2016/1/1	
10班流水之21——告白	2016/1/2	
10班流水之22——开学季	2016/2/2	
10班流水之23——阳光抵达3月	2016/3/4	
10班流水之24——让一切有意义	2016/3/1	
10班流水之25——我们，只接受爱、美...	2016/3/1	
10班流水之26——水流花放的青春	2016/3/2	
10班流水之27——人生有多少可能？	2016/4/1	



三、自创平台——形成自觉共生体



“时间管理课程”。

计划推进 彭采薇.pptx

三、自创平台——形成觉共生体

学生的自主：搭建个性展示的舞台——人人能锤炼自我

[秦梓鑫的化学八卦.mp4](#)

德育午餐——“十家讲坛”“十室开讲啦”

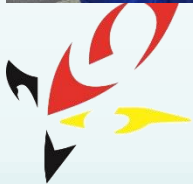
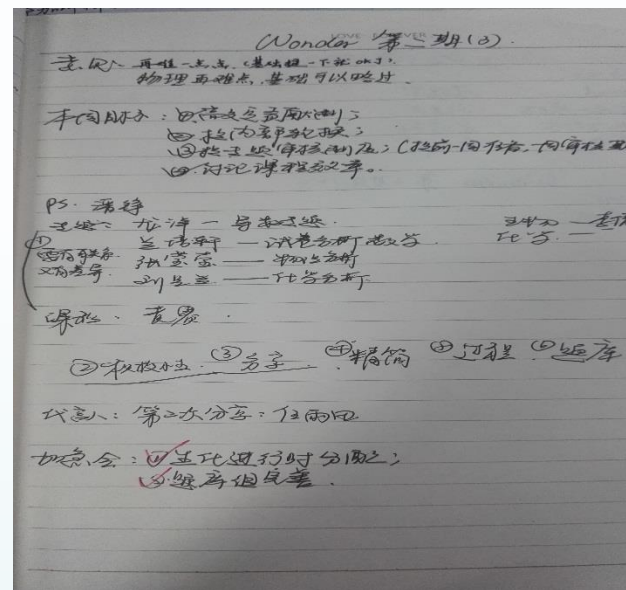
如果说时间管理课程有班级规定的统一特性的话，第二阶段就是要学生自主——自我展示的课程，充分彰显

📁 感官替代 艾欣	2016/3/2 8:03
📁 兰培轩甘泉	2016/5/4 15:19
📁 游标卡尺多媒体教案	2016/3/17 14:15
📁 Basketball 周岩松	2015/12/26 22:1
📁 eminem_阿姆_英文_PPT	2016/4/14 13:26
📁 mind palace	2016/5/3 13:37
📁 Vocaloid——by SH樱姬一华 徐宇航	2015/12/20 14:2
📁 不可错过的两个乐队（徐宇航）	2016/5/10 13:50
📁 何秋燕、王月	2016/4/29 14:43
📁 蒋睿钰洁 任雨田	2016/4/26 13:19
📁 零码梦想kajima	2016/5/11 13:21
📁 梦溪笔谈刘星兰（1）	2016/5/9 18:01
📁 梦溪笔谈刘星兰（2）	2016/5/16 13:47
📁 女孩应该知道的那些事 余尔聪	2016/5/9 13:56
📁 让生活更便利	2016/5/5 13:24
📁 徐玉虎谢新一	2016/4/19 14:07
📁 杨安玲 关于爱情	2016/4/20 16:42
📁 引力波 徐宇航	2016/4/13 13:09
📁 用户体验 by 秦梓鑫	2015/12/29 14:14
📁 张敏 谢欣雅的漫四时间	2016/4/21 13:23



三、自创平台——形成自觉共生体

学生的自觉：策划自主“创业”平台——激励每一个有理想的人



当学习有了“自觉”，就会创造“奇迹”！



US HERE ,
SINCERELY INVITE YOU!

快到碗里来

当学习有了“自觉”，就会有
“奇妙的；非凡的”的东西诞生——“奇迹”

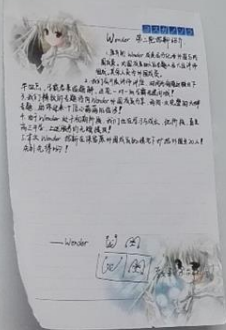
当你继续前行你有有新的发现，
有“怀疑”；“想探究”更多——
——一个叫**Wonder**的团队诞生！

在我们还年少的时候，
你有没有习得什么过人的小技能？
有没有什么大家都不知道的冷知识？
又或者，你在课外习得了一些比较高冷的内容？
快来圈二的科普专栏吧！
我们接受任何形式的装B炫耀！
只怕不敢大胆表现的自己！

当学习从我“必须”变成我“需要”



Wonder 招新:
还有意愿入 Wonder 的
可在这团内于徐广H. 余EC
处报名。(可在余EC处看资料)
⇨ 招新简章在这里! ⇨



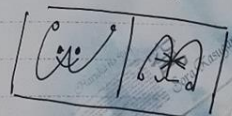


ヨスカソラ

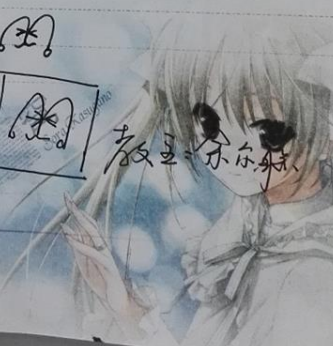
Wonder 第二轮招新介绍.

1. 原有的 Wonder 成员会分化为外国与内国成员。内国成员由六位专题人及六位讲师组成。其余人员为外国成员。
2. 我们会开展讲师讲座。时间为每周返校日下午四点。学霸君亲临题解，还能一对一向学霸君提问哦！
3. 我们精致的专题将向 Wonder 外国成员分享，两周一次完整的六种专题，助你迎来一个信心满满的临场！
4. 由于 Wonder 处于初期阶段，我们也在学习与成长，现阶段，直至高三开学，上述服务均无赠援助！
5. 本次 Wonder 招新在保留原外国成员的情况下扩招外国至 20 人！先到先得哟！

— Wonder 招新



教皇·东条妹



Wonder 你想知道的，你没有渠道知道的都在这里啦

阅读下面的材料，根据要求写一篇不少于 800 字的文章。（60 分）

材料一：流水会远去，时光会流淌，生命会消逝，存在的只有现在。

材料二：辉煌的盛唐已逝，但伟大的诗魂永存；古希腊城邦已经坍塌，但自由民主的星火依旧蔓延。

我与学习的爱情，逝去的是时间，留下的是伤痕累累。ヽ(´_`´)ノ

就这次的语文作文而言，关键在于审题立意，现在就为大家提供几个材料作文立意方法。

新材料作文审题立意法

一、提炼中心法

这是写材料作文最为常见且最为稳妥的审题立意方法。写材料作文时，如果能准确地提炼出材料的中心，并以其作为文章的主旨，一定会使所写文章既切题又有深度。所以，写材料作文时应尽量采用这种方法来立意。

二、抓关键句法

三、由果溯因法

事物都是互相联系的。比如，有很多事物就是以因果关系的联系形式存在的。写材料作文，审题时如果能由材料中列举的现象或结果推究出造成所列现象或结果的本质原因，往往能找到最佳的立意。

就这次考试而言，关键词在“逝去”与“留下（存在）”，那么其中便存在什么因什么而逝去，又为什么得以长存的关系，以这样的方式去打下文章结构框架，一是切题，二是充实，可以体现出文章的严密逻辑。

四、分析关系法（其实与上差不多啦）

五、多向辐射法

有些材料作文的材料比较散，常常会出现许多人和事，好像根本就没有一个明确的中心。对于这样的材料，审题时学生可以采用多向辐射的思维方法围绕材料展开多角度立意。比如，既可以着眼于甲事物立意，又可以着眼于乙事物立意，还可以着眼于甲乙两事物的关系立意；既可以联系事物（对象）的正面立意，还可以联系其侧面和反面立意。

六、舍次求主法

就这次作文而言，只读第一则材料，易把主题名为“珍惜”。但对于逝去与永恒来说，这只是一个小的方面，且没有囊括第二个材料所要表达的中心，此时就应舍次求主了。

七、求异同法（异中求同、同中求异）

八、寻互补法

这种方法常建立在有主次关系，或因果关系材料的具体操作上，例如佛罗伦萨诗人但丁的名言：“走自己的路”强调要有坚定的信念；“常问路的人不会迷失方向”是讲走路时要有虚心求教的精神，要听从他人指导。两者谁是谁非呢？都很有道理，但都只是就某一方面而言，两者具有很强的互补性，若将两者结合起来，就既全面而有很合理。因此，可以提炼这样的观点：既要有“走自己的路”的坚定信念，又要有“常问路”的虚心精神，才能走好自己的人生之路。

当然，材料作文审题立意的方法还有很多。此外，这些方法也不是孤立的，学生在具体的审题立意过程中可以综合运用几种方法。

语文月考秘籍

Part 1: 古代文常拓展

①：交友的称谓

布衣之交：普通老百姓相交的朋友。

刎颈之交：哪怕砍头也不变心的朋友，又称为“生死之交”。

莫逆之交：意谓彼此心志相通，情投意合。

刎颈之交：指交友不嫌贫贱，亦称为“刎颈之交”。

车笠之交：不以贵贱而异，友谊深厚。

忘年之交：年岁差别大，行辈不同而交情深厚的朋友。

总角之交：幼年就相认的朋友。

竹马之交：形容小儿时天真无邪，亲昵嬉戏之状。

②官的升迁贬谪用词

(1) 拜：用一定的礼仪授予某种官职或名位。如《<指南录>后序》中的“于是辞相印不拜”，就是没有接受丞相的印信，不去就职。

(2) 除：拜官授职，如“予除右丞相兼枢密使”(《<指南录>后序》)一句中的“除”，就是授予官职的意思。

(3) 擢：升官职，如《战国策·燕策》：“先王过举，擢之乎宾客之中，而立之乎群臣之上。”

(4) 迁：调动官职，包括升级、降级、平级转调三种情况。为易于区分，人们常在“迁”字的前面或后面加一个字，升级叫迁升、迁授、迁叙，降级叫迁削、迁谪、左迁，平级转调叫转迁、迁官、迁调，离职后调复原职叫迁复。

(5) 谪：降职贬官或调往边远地区。《岳阳楼记》“滕子京谪守巴陵郡”中的“谪”就是贬官。

(6) 黜：“黜”与“罢、免、夺”都是免去官职。如《国语》：“公将黜太子申生而立奚齐。”

(7) 去：解除职务，其中有辞职、调离和免职三种情况。辞职和调离属于一般情况和调整官职，而免职则是削职为民。

(8) 乞骸骨：年老了请求辞职退休，如《张衡传》：“视事三年，上书乞骸骨，征拜尚书。”

③文化散点

1、阴阳（阴：山北水南，阳光不易照到之处；阳：山南水北。）

2、南京又名建业、建康、金陵

3、季节，一季三个月顺次称孟、仲、季，如孟春（一月），仲春（二月），季春（三月）。每月的特殊日子有特定称呼，第一天叫“朔”，最后一天叫“晦”，十五叫“望”，十六叫“既望”。昼夜十二时辰，用十二地支称呼，每时辰两小时。每夜分五更（9鼓）每更两小时。此外，鸡鸣指早上三、四点，日出时叫旦、晨、朝，黄昏，人定即亥时相当晚上9—11时。（故后来“孟”也表示排行第一，与【伯仲叔季】类似，eg:曹孟德）

4、“第一”的雅称：桂冠、鳌头、问鼎、领銜、榜首、夺魁、夺标、执牛耳。

5、四书五经——“四书”指《论语》、《孟子》、《大学》、《中庸》四部书。“五经”指《易》、《尚书》、《诗》、《礼》、《春秋》五部儒家的经典。六艺经传一指《诗》《书》《礼》《易》《乐》《春秋》六种经书。

PS:六艺：（六种基本才能）——礼乐射御书数

6、六义——“风”“雅”“颂”“赋”“比”“兴”。

7、“乐府双璧”——《孔雀东南飞》和《木兰诗》

8、三言二拍——《喻世明言》《警世通言》《醒世恒言》《初刻拍案惊奇》《二刻拍案惊奇》

9、三吏三别——《石壕吏》《潼关吏》《新安吏》《新婚别》《垂老别》《无家别》

10、元代元曲四大家：关汉卿、郑光祖、白朴、马致远

逻辑用语

1. 逻辑联结词：“且”（交集）、“或”（并集）、“非”（补集）分别用符号“ $\wedge$ ”“ $\vee$ ”“ $\neg$ ”表示

2. 命题：能够判断真假的陈述句。

3. 常用的全称量词：“对所有的”、“对任意一个”“对一切”“对每一个”“任给”等；并用符号“ $\forall$ ”表示。

*含有全称量词的命题叫做全称命题。

4. 常用的存在量词：“存在一个”、“至少有一个”、“有一个”、“有的”、“对某个”；并用符号“ $\exists$ ”表示。

*含有存在量词的命题叫做特称命题。

7. 否命题：*原命题的真假性与逆否命题一致*逆命题的真假性与否命题一致

①. 对于含有一个量词的全称命题 p: “任意的” $x \in M, p(x)$ 的否定 $\neg p$ 是: “存在” $x \in M, \neg p(x)$ 。

2. 对于含有一个量词的特称命题 p: “存在一个” $x \in M, p(x)$ 的否定 $\neg p$ 是: “所有的” $x \in M, \neg p(x)$ 。

圆锥曲线专题

一、常规七大型：

(1) 中点弦问题

具有斜率的弦中点问题，常用点差法：设曲线 $(x^2/a^2) + (y^2/b^2) = 1$ 上两点为 (x_1, y_1) (x_2, y_2) ，代入方程，然后两方程相减，再应用中点关系及斜率公式（当然在这里也要注意斜率不存在要分情况讨论）消去四个参数。

典型例题

例1. 给定双曲线 $(x^2/2) - (y^2/3) = 1$ 过 $A(2, 1)$ 的直线与双曲线交于两点 P_1 及 P_2 ，求线段 P_1P_2 的中点 P 的轨迹方程。

(2) 直线与圆锥曲线位置关系问题

直线与圆锥曲线的位置关系的基本方法是解方程组，进而转化为一元二次方程后利用判别式、根与系数的关系、求根公式等来处理，应特别注意数形结合的思想，通过图形的直观性帮助分析解决问题，如果直线过椭圆的焦点，结合三大曲线的定义去解。

(3) 圆锥曲线的相关最值（范围）问题

圆锥曲线中的有关最值（范围）问题，常用代数法和几何法解决。

<1>若命题的条件和结论具有明显的几何意义，一般可用图形性质来解决。

<2>若命题的条件和结论体现明确的函数关系式，则可建立目标函数（通常利用二次函数，三角函数，均值不等式）求最值。注意取值范围。

<3>以设法得到关于 a 的不等式，通过解不等式求出 a 的范围，即：“求范围，找不等式”。或者将 a 表示为另一个变量的函数，利用求函数的值域求出 a 的范围，例如在面积求解中，即：“最值问题，函数思想”。

最值问题的处理思路：

(I) 建立目标函数，用坐标表示距离，用方程消参转化为一元二次函数的最值问题，关键是由方程求 x, y 的范围；

(II) 数形结合，用化曲为直的思想；

(III) 利用判别式，对于二次函数求最值，往往由条件建立二次方程，用判别式求最值；

(IV) 借助均值不等式求最值。

典型例题

例2. 已知抛物线 $y^2 = 2px (p > 0)$ ，过 $M(a, 0)$ 且斜率为1的直线 L 与抛物线交于不同的两点 A, B ，

$|AB| \leq 2p$

(1) 求 a 的取值范围；

(2) 若线段 AB 的垂直平分线交 x 轴于点 N ，求 $\triangle NAB$ 面积的最大值。

(4) 焦点三角形问题

椭圆或双曲线上一点 P ，与两个焦点 F_1, F_2 构成的三角形问题，常用正、余弦定理搭桥。

(5) 求曲线的方程问题

1. 曲线的形状已知-----这类问题一般可用待定系数法解决。

典型例题

已知直线 L 过原点，抛物线 C 的顶点在原点，焦点在 x 轴正半轴上。若点 $A(-1, 0)$ 和点 $B(0, 8)$ 关于 L 的对称点都在 C 上，求直线 L 和抛物线 C 的方程。

曲线的形状未知-----求轨迹方程

典型例题

已知直角坐标平面上点 $Q(2, 0)$ 和圆 $C: x^2 + y^2 = 1$ ，动点 M 到圆 C 的切线长与 MQ 的比等于常数 $a (a > 0)$ ，求动点 M 的轨迹方程，并说明它是什么曲线。

(6) 存在两点关于直线对称问题

在曲线上两点关于某直线对称问题，可以按如下方式分三步解决：求两点所在的直线，求这两直线的交点，使这交点在圆锥曲线形内。（当然也可以利用韦达定理并结合判别式来解决）

(7) 两线段垂直问题

圆锥曲线两焦点半径互相垂直问题，常用 $k_1 k_2 = \frac{y_1 y_2}{x_1 x_2} = -1$ 来处理或用向量的坐标运算来处理。



会议 Wander Time



社会实践 Practice

时间：2016年7月24日

地点：春熙路

人员：刘星兰、艾欣、任雨田、
徐宇航、余尔聪

内容：赏析生活中的创意
(建筑, 商品创意)



考后 专题筹备 问卷调查

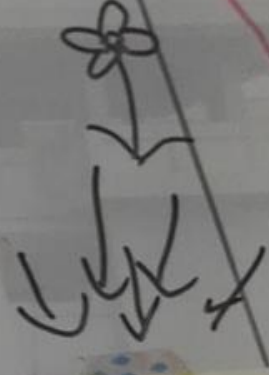


NW5 欢迎大家加入我们这个团队，共同探讨与学习，期待与你们的下一次会面（严肃一点）。

悬赏栏：

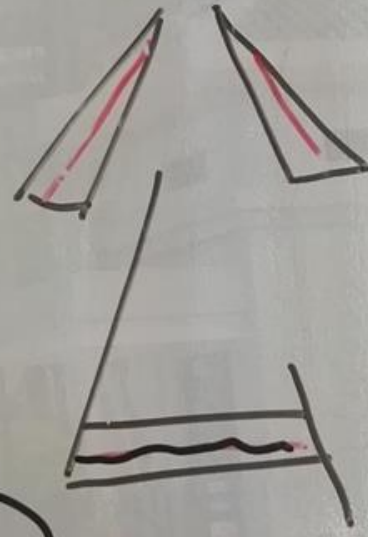
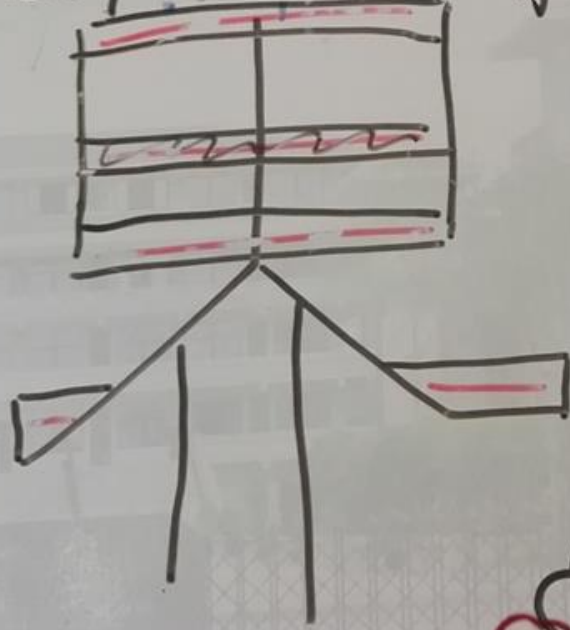
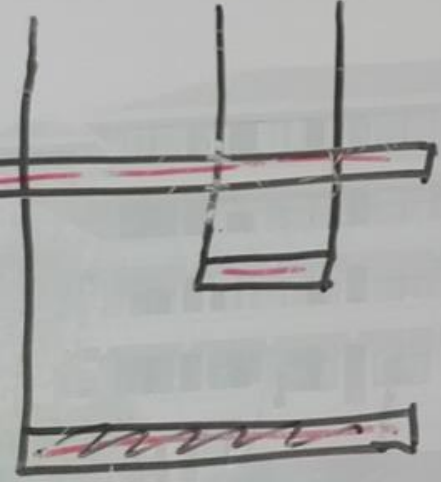


今日头条



此处有120/20

霸物理大总结，若有兴趣可前来借阅
(此车交适合需要物理框架的同学)。时间有限！



NW: 徐宇翔北北
宣战栏: 战所有人. 一)
内圈

♡ 宣言:

- ① 认真写 Victor (No water)
- ② 坚持组织的方针: 思维建模!

求监督! 求共进!!

已赞: 19人

点赞!!!
点赞!!!
赞!!!

SHARING:

思维建模会议关键词:

方法: 发散系; 框架模型

能力: 准确性; 考点与题目的联系 (运用)

思维的连贯性; 信息提炼; 时间安排.

NWs 决定以数学为切入点进行突破. 具体步骤正在落实.
期待与你们下一次会面 (严肃一点).

热烈庆祝
本教 AI 同学
18岁3 ~ ~

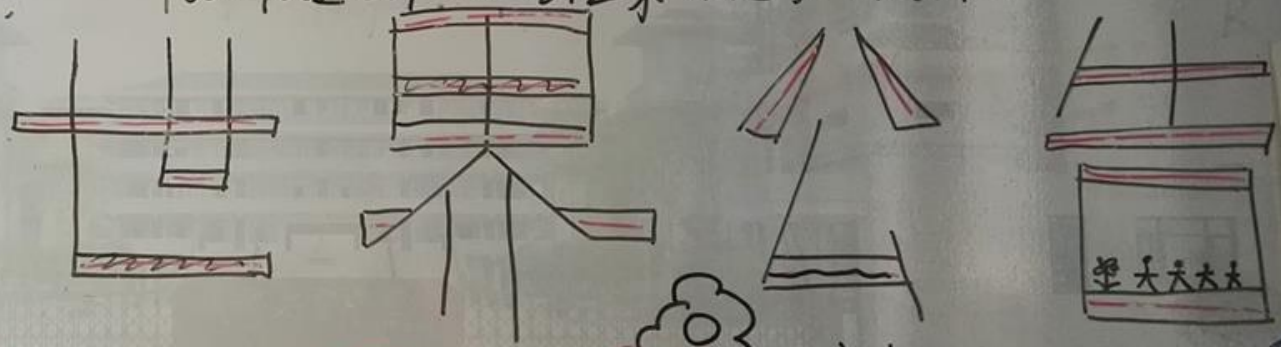
悬赏栏:



此处有 12/2 号

霸物理大逆袭, 若有兴趣可前来借阅
(此车交适合需要物理框架的同学). 时间有限!

今日头条





US HERE ,

SINCERELY INVITE YOU!

快到碗里来

当学习力有了“自觉”的力量，学生收获的成长比考试更丰富，比分数更多元！！



US HERE ,

SINCERELY INVITE YOU!

快到碗里来

大家就行走在遇见更美好的自己的路上！

一个人对生命的追求一旦被引发，他自己就上路了。

——蒋勋

一个叫“猎人小分队”的学习共同体悄然出现

集结号

坐标 文庙为圆心, $R=5\text{km}$ 地带
(From 文庙—省图书馆/市图书馆/锦江区图书馆)

时间 2月1日开始, 全天远做
(成员根据各自情况确定时间)
不必“全天在线”

使命 用当下的拼搏
打倒前进的障碍
让不可能成为可能, 让可能成为必然!

爆表猎人



谁说电流表
只能在量程范围内使用?

这是
所以不
让我们一同战斗吧!
原来你本来就很强
战斗斗力爆表!

是
这里

Re Xue
~~抄写~~
无论你在前多么努力的奔跑
因为
这是一群恢复力爆发的人
所以 绝不信任 绝不认输
无论小虾米上积累了多少米
无论大鲨鱼在海上游了多久
因为
这是一群战斗力爆发的人
所以 不屈不挠 继续奋斗

让我们一同挑战极限
原来你本来就很强
666 战斗力爆发
加油

9.13
过硬的心理素质
是成为优秀猎人的必要条件
这里 欢迎团队合作
不吝鼓励

shi zai
~~家丑~~
没有猎物
猎人无法生存
有实质性的奋斗
你才有收获的可能
没有任何假象
一切的一切 只为生存

猎人招募令

南
最后的主要
成就
讲
虽然
另

各地讲，成立「爆表猎人」，是希望招募一群人一起学习，毕竟假期时间容易懈怠，多人合作，可以让学习更有趣！

活动：自习!!!

景：交流、讨论、聚餐、写文籍.....

每天 自习时
一起学的劲头一定比一个人在家 xia gao 高得多吧!

有人而言，我这个寒假计划在 SX 和 SW 上多投入些时间，期待在某个领域投入 1w 个小时就可以成为专家。寒假 20 天 x 12h = ... 差不多 3 学家，也可以小有成就了。

文前附近有地铁!!! 交通方便! 时间灵活!!!

一、签生死状

二、根据各自时间安排，分配战斗序列!

三、开启爆表模式!

「我只爱学习」

「报名流程」

生死状

我自愿加入爆表猎人™，参与学习活动。
我已阅读以下条款，并自愿遵守服从。

1. 天天打卡。
2. 好好学习。
3. 已了解训练中的潜在风险，且所有风险由自己承担。如有任何意外发生，因次不承担任何责任。

生死状

承诺人:

我已了解「生死状」内容，愿成为一员猎人，一切风险自负。

猎人 01 号 今朝
猎人 03 号 南与桐
02 号
04 号 南与

猎人档案

Name

No.

猎人 00 号
猎人 01 号
猎人 07 号
猎人 05 号
猎人 02 号
猎人 04 号
猎人 09 号

欢迎广大有志青年(签名)
登记→签生死状
↓
得到猎人代号
(与 00 同时，姓名为系统随机)

课堂

计算与思路，理科课所⁽¹²⁾时关注^{重点}一项，不要太贪。(尤其是理科思维弱的)

该放松时要学会放松，上课 100% 的专注，投入，不要人云亦云，自己大脑要思考，定时完成作业。(课堂)

要学会给自己找乐子 上课时做个幽默的人

多向同学请教，读-学习的一大优势就是同学的思路可移植，~~相于~~于问题，会让彼此都更深刻。

心态

给自己积极的暗示，比如自己考差了要想这不是高考，开卷考对于我来说是好事，如果考得好，就想下一次也会再接再厉。

好的心态对学习很重要，心情不好时，做题总会不枯燥。

不要将自己沉浸在负面情绪里，多在意当下的每一题每一课，让自己忙碌起来就忘记烦恼。

你为什么学习？比赛的意义在于学会面对有尊严的失败。
——致平心态

从一而终，时时刻刻都想到自己的梦想，
让力量充斥自己。

要有大格局，不要在一处死磕，珍惜每一分每一秒。

作息 · 生活 · 运动

多运动、早睡、多刷不同题型

多运动 多喝水 少吃油腻食品
音乐一定要有!!!

中午充足的休息时间 保证课堂效率
每日至少1杯水 “八碗不过岗”

早睡早起、保证充足的睡眠
少吃甜食

找到属于
让自己兴奋
收藏夹 dlu

要总结
五模型

做题

④ =
1.0 年管

作业

★ 优秀猪人 —— 猪人07号的手记:

- ① 作业也是题, 不歧视, 极力找寻收获 +)
- ② 深入思考, 做完一道好题有做了一道题的开心~
- ③ 有自己的目标, 以自己实际情况安排规划, 适时调整, 自省

优秀猪人
KMF

注意思维训练. 拿到题先读题, 把思路想清楚再笔

有问版, 立刻解决并和相关知识点看一遍

② 作业定时, 做满时间就睡觉

① 找到属于自己的 faith, 为之奋斗 (努力) ② 维持良好的心态, 适当听点自己爱听的 Mr. music
让自己兴奋起来 ③ 即使作业再多, 努力完成后, 将里面找出的疏漏点揪出来, 也是一种收获 d(aw)no

这版就告也作你. 以不变应万变. 认真对每一个曾经犯下的

要总结, 做题不能只停留在这一道, 而是要找到这一类问题的通法、共同点, 建立模型, 以降证下次不会在同一个地方再错.

(作业)

做题时多发散性的思考, 要从中得到自己的解题技巧.

(作业)

④ 二三日一周期 解决问题 (问老师, 问父母, ...)
1. 的错)

探索

有便于她清楚三年 (qdi) 自己在学习什么

MG.CN

效率

认清自己所处的阶段，清醒认识到那要做的和正在做的事
提高有效学习质量而不是延长时间。

(1P)

(效)

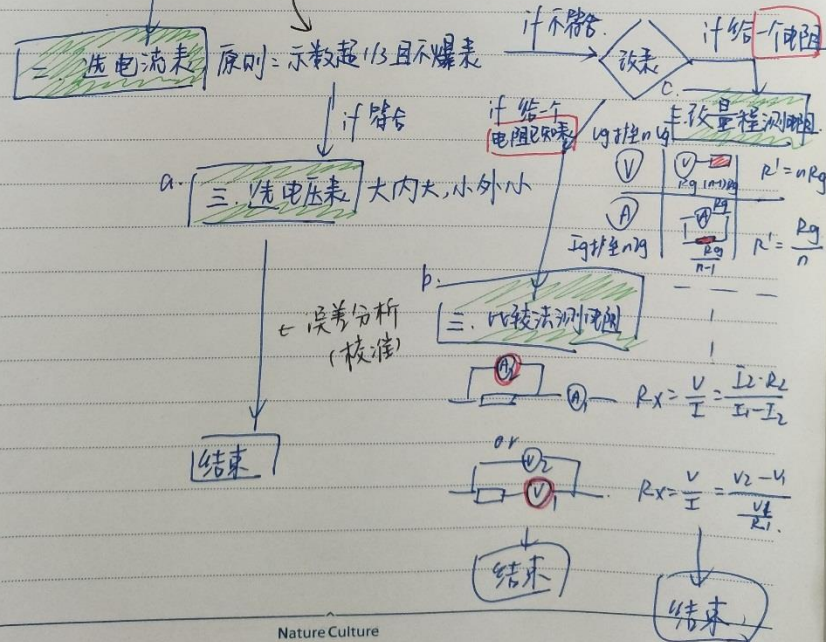
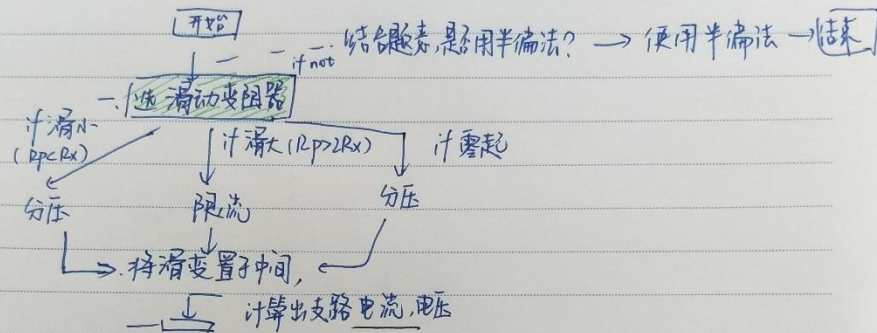
不要盲目刷题，有一日计划，循序渐进，目标性强一点，不要浪费时间即让自己看
起来很努力，提高作业效率。

(效)

/ Date:

/ Page:

电学实验 / 测 F 和 r
/ 测 R ✓



Nature Culture

式仪中，

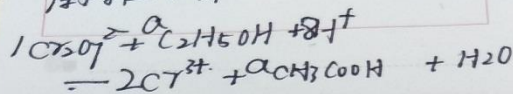
被还原为三价铬离子, 该反

/ Page:

畢力兩元爭所有變型方程式

五、国际汇价升降

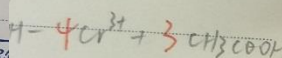
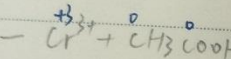
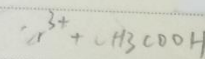
原子守恒 + 解一元一次方程.



①定一

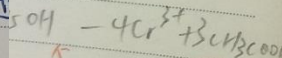
② 设参数 C 电荷守恒

③ 解方程. $\Rightarrow$ 金属元素与金属守恒
解得 $a = \frac{3}{2}$



等零件，例如：

204
- 才满足房子字面



试此如前

184

11月，石万有

故有方知 $\frac{1}{2}$

$$1.011 =$$

二、生、保、固、

解法四

请注意区分

U形V形写法

$$\textcircled{U} = \mathbb{R} \cup$$

$$\textcircled{V} = at \quad V$$

$$h\nu - w_0 = E_K$$

ν ν

Thanks

如果酸性 $\Rightarrow$ 左也加 H^+
(平衡物)

碱性 $\Rightarrow$ 右边加 OH⁻
(反电荷守恒)

总之,最后一步再配水

而是使用这些方法的顺序
避免思维混乱



班级文化里的文化：以文化育文：

外在的文饰

班训、班规、班徽、班歌、班服、教室

内在的滋养

理念、目标、活动——体系的活动

化：

看得见的改变转化，氛围里的潜移默化，
骨子里的个性生长。



构建好班级的意义，讲述好班级的故事，学生对生命的追求一旦被引发，他们真的自己就上路了。

谢谢大家！