

# 锡东高中“追光”前行

## 五育并举育新时代海思青年

“追光”的教育是什么样子？

前不久，江苏省第六批中小学品格提升工程项目结项结果揭晓。江苏省锡东高级中学的“海思青年汇：追光立品的校本实践”获评省第六批中小学品格提升工程精品项目，这是对学校3年来“追光”实践的高度认可。以“培养具有奋进、善良、求是、自觉品格的新时代海思青年”为目标，锡东高中坚持做教育的“追光者”，构建起特色鲜明的校本实践体系，坚持五育并举，为学生品格教育交出亮眼答卷。

### 德才兼备，育大成之才

办大成教育，育大成之才。

“学问成人、事功成人、大雅成人”，为了达成育人目标，锡东高中全力为每一个学生提供学习生活、多元成长的空间，不断丰富学校的课程，为他们提供体验的机会与展示的舞台。“我们相信课程给予学生的不仅仅是扎实的学术功底、鲜明的个性和兴趣特长，还有高尚的品格、担当的勇气、宽广的视野、探索和创新的能力。”锡东高中校长孙奕丹表示，锡东始终坚持开齐开足国家课程，文理并重，改进科学文化教育，强化实验操作，培养学生的创新思维和实践能力，提升人文素养和科学素养。

在工程教育和创新思维培养方面，锡东学子成绩斐然。2024年9月至今，锡东学子在各类比赛中表现优异，总计获奖207人。在全国青少年无人机大赛中，学生付奕翔和王语浩获得一等奖，在江苏省青少年科技创新大赛中，学生李欣获得一等奖，此外还有9位同学获得

创造发明专利，学生刘俊杰、刘哲雄成为“科技后备人才”。每年学校有200多人获得综评资格，为学生发展开辟多元赛道。

锡东高中的口碑不断提升，不仅源于不断提升的教育质量，还有向社会传递的正能量。

锡东高中高二(18)班学生范恭祯关于成长、奉献和坚持的故事被许多锡东人知晓，被评为“无锡新时代好少年”。从小时候到养老院参加志愿服务，到拜访帮助乡村困难人群，他用微光照亮自己的前路。范恭祯的样子就是海思青年的样子，也是锡东高中的样子。

以爱为轴的锡东高中有自己的坚持。每年暑假的慈善晚会由该校学生自主策划，通过募捐的形式筹集善款，以物资等形式捐赠给有需要的学校，传递爱心。“不会救护不毕业”的理念具象化为学生高三毕业时所持的双证——毕业证书和红十字救护员(初级)证书，让他们拥有助人的意识和能力。



### 追光立品，育新时代海思青年

锡东高中正通过一系列实践描绘独特的海思青年形象，培养“乐于合作、善于创造、勇于负责”的梦想实践者，给予教育时代之问以有力回应。

“海思青年汇：追光立品的校本实践”从2022年正式立项，到2024年底接受结项调研，锡东高中师生皆是深度参与者。该项目是一个全面的德育创新实践，致力于培养具有社会主义核心价值观的新时代青年，不仅响应了新时代对青少年提出的成长要求，也为学校教育实践提供了新的方向和动力，对学生品格带来了显著的影响和改变。“项目不仅解决现实问题，更开创育人新路径。在该项目的推动下，学校的德育成果显著。

生不仅学业成绩稳步提升，更重要的是在道德品质、社会责任感、团队合作精神等方面展现出明显的进步。”锡东高中党总支书记蒋洪兴说，学校已经形成了具有锡东特色的追光立品德育之路。

如今，“海思”二字通过校园风景融入校园文化，以此为为主题的故事还在由一届届锡东学子续写。“我们期望培养这样的学生：在日常生活中学习，有自己的价值准则和独立人格，内心充实，富有想象力和创造力，将学习所得用于创造更丰沛的人生和更美好的世界。”孙奕丹说。追光立品，育人永恒。锡东高中将继续深耕新时代育人实践，让“海思之光”照亮青年逐梦之路，闪耀时代发展征程。(杨涵)

### 艺体双馨，打造最具活力的校园

“我们希望学生有健康的身体，有阳光的心灵，有自己的爱好，有灿烂的笑容。”孙奕丹说。在锡东，丰富的校园生活为学生身心健康发展提供肥沃土壤。

“不会游泳不毕业”是锡东高中独有的“三个不毕业”之一，彰显学校对体育的重视。孙奕丹表示，希望学生都能养成锻炼的习惯。学校坚持“每天一节体育课”，还设有50米恒温泳道，并开设游泳必修课。此外，学校网球场、篮球场、足球场等设施一应俱全，让学生有“动起来”的空间和动力。值得一提的是，锡东还有不少特别的运动项目，如定向越野。采访获悉，无锡市高中校园定向越野比赛自第一届起都在锡东高中举办。2023年，江苏省定向越野锦标赛也在锡东高中开幕，校园活力持续升温。

为了让学生的个性特长得到充分发展，锡东高中校园空间最大程

度地归还给学生。如今，学校行政楼大厅名叫“锡东会客厅”，一架三角钢琴全天候向学生开放，一场场小型钢琴演奏音乐会就在这里举行。2024年落成的樱花步道全长1600米，环绕整个校园一周，沿途分布24个小景，学生用别出心裁的方式为其装饰并命名。学生还参与设计并打造锡东花园，深度参与设计、整地、施工、栽种的全过程。

“锡东高中是我梦想得以照进现实的起点。”就读于扬州大学新闻与传媒学院广播电视学专业的锡东高中2024届毕业生周文涛说。就在年初，他参与了春晚无锡分会场和元宵晚会的录制。在他高二时，曾参与锡东高中校歌《创时代》的创作和录制。“去创造我们的时代，没错是我们的节拍……”当“创造之歌”在锡东师生之间持续传唱，校园回忆以艺术的形式留存，也把锡东师生充满活力的样子展现给大家。



# 在青春中“原道”而行

## 无锡市市北高级中学用心用情打造原道班

### 每一次完成，都是对未来的铺垫

“愿你在未来遇见无数‘顶峰’，都记得曾有老师为你点燃一盏灯。”这是老师们写给原道学子的寄语，也是市北高中教育使命的真实写照。属于原道班老师们的育人笔记中满满珍贵回忆。

“从教室窗前往去，孩子们的‘毕业小绿植’正抽出新叶——嫩芽初绽时未必完美，但每一片叶子的舒展，都是对阳光最真诚的回应。”原道班班主任许奕奕回望自己送走的第10届毕业班，感触颇深。

许奕奕陪伴学生走过每一个清晨，用“完成比完美更重要”的理念激励他们以坚持筑梦。高考前夕，她最后一次走上讲台收获的不仅

20多个礼花炮的惊喜，还有一条条学生的感谢：“您作为班主任或许带过许多个毕业班，但对我们来说，您是人生中唯一的高三班主任。”

原道班班主任王新新则用“全维度成长”引导学生。她认为，真正的优秀不是只拼分数，而是在学习之余保持好奇心和创造力，“学会提问，敢于质疑，拥有抗挫能力和执行力，最终要做一个‘有能力、懂自律、有温度’的人。”王新新说。

在原道班，老师既是“学术引路人”，更是“人格塑造者”，他们不仅在课堂上传授知识，更以耐心、热情与关爱，引导学生走向更完整的自我。



这个六月，是属于无锡市市北高级中学原道班的第11个蝉鸣盛夏。又一批学子走出熟悉的教室，踏上追梦的征程，他们带着师长的嘱托，也带着原道班赋予他们的精神印记，迈向更加广阔的人生舞台。

原道班是市北高中倾力打造的拔尖创新人才培养试点班，自2014年创设以来始终秉持“回归本源、涵养品格、面向未来”的育人宗旨，会聚优秀师资力量，构建融合课程体系，致力于培养具有人文情怀、科学素养、创新能力与社会责任感的新时代青年。多年来原道班学生不断创造佳绩，被“985”“211”等重点高校录取，他们从市北高中出发，在人生新赛道上奋力奔跑。

### 认真对待每一位学生

三年前，他们从“原点”出发，三年后，他们循着“原道”，奔向星辰大海。

“那堂‘最后一课’，我看到邵婷君老师为每位同学写下一首诗……听唐海强老师播放的《Dream It Possible》，尤丽君老师带着我们再讲一遍旧题，仍如初见。”原道班学生沈梓涵在自己的毕业感言中写道。

原道班毕业生写给母校的“情书”里藏着细节和温度。

“原核生物的种类是否会随着科学发展增加我们未可知，但缪吉老师办公桌前的答疑、默写本上的印章，我们将铭记一生。”学生李芳菲牢牢记得马雄老师

把数学课讲得满满“笑点”；记得高考语文考试后情绪崩溃时，袁圆老师眼中温柔而坚定的目光。

《师恩难忘，校园情深》是学生汪馨雨的散文，记录了她与老师们共同走过的日日夜夜，里面写道：“老师们总是不厌其烦地讲好每一道题，让课堂的每一分钟都有意义。他们的目光坚定地传递出一个信息——你值得被期待。”

从研学途中触摸文明遗迹，到操场上挥洒拼搏汗水，在课堂内外不断提问、思辨、挑战自我。在市北高中的三年里，学生是原道精神的践行者，也是教育理想的见证人。

### 让每一位学生都向上生长



近年来，无锡市北高中坚持“生态科技教育”特色发展理念，以原道班为实践载体，稳步推进系统化教育改革与课程优化，力求为更多具有成长潜力的学生创造持续向上的可能。

学校聚焦学生学业基础与综合素质双向提升，逐步构建以“任务驱动、问题导向”为核心的学习体系：建设“项目式、研究型、融合型”课程群，鼓励学生在真实问题中锻炼思维能力，拓展学科视野；设立“原道科学院”“学生发展中心”等成长支持平台，通过“原道讲堂”等项目，引入高校资源，激发学生兴趣；推行“全员导师制”与“分层分类”教学策略，

精准服务不同学情学生，让每位学生都在原有基础上实现自己的最好发展；通过“集体备课”“教学对话”“专业研修”等方式，提升课堂效能，打造务实、包容、有温度的教学文化；借助“心联体”协同育人机制，形成学校、家庭、社会三位一体的支持网络，关注学生心理发展与人格养成，涵养阳光心态、责任意识与自主精神。

“原道班的孩子不一定‘起点高’，但我们相信，经过三年的陪伴与引导，他们都能找到适合自己的方向，迈出坚定而自信的步伐。”市北高中党委书记韩庆芳如是说。(许云勤)

