



守望心中的星辰大海

安康中学构建『科学育人』体系精准赋能学子个性化成长

记者 赵德莎 通讯员 李波

2026年高考成绩揭晓,安康中学一校两区再创辉煌。6月26日,承载着这份荣耀与底气,学校高考志愿填报大型咨询会如期启幕,80余所省内外知名高校齐聚校园,为全市考生与家长送上一站式升学规划指导。

“在安中这三年,学校一边带着我们夯实学业,一边陪着我们认清自我,找到专属人生方向。”刚走出咨询会的高三(16)班祝馨言语从容,既有考完试卸下重担的轻松,更有三年成长沉淀下来的笃定与感恩。

一位陪同参会的家长由衷感慨:“孩子三年的蜕变我们全程看在眼里,孩子不仅明晰了理想院校的报考方向,而且综合素养也全面提升。”

学生与家长的心声,道出了安康中学“让每个青春在校园精彩绽放”这一科学育人理念的扎实成效。校长朱平表示:“帮助每个学子成为最好的自己,是全体安中教育者共同的星辰大海。我们坚持育分、育人、育德同向而行,为每一名学子铺就个性化成长道路,真正实现各展其长。”

在这片星辰大海的航程中,安康中学用三年的阶梯、精准的滴灌、身心的守护与全员的合力,让兼顾客素养提升与学业突围的成长之路清晰可见。

循规律因材施教:为每一个生命铺设专属跑道

“刚从县中考入安中时,高中知识容量陡增,学习节奏骤然加快,我一度跟不上进度,陷入自我怀疑。”高二(3)班王佳越回望初入校园的状态,依旧清晰地记得当初的迷茫。

彼时,班主任温和开导的一句话点醒了她:“不是你的学习能力不足,只是还没适应高中思维节奏,我们分层规划、循序渐进,慢慢来。”

那一刻王佳越才明白,这份温柔包容的背后,是学校前瞻性布局、贯穿三年的梯度育人体系。

高一年级部主任魏松介绍:“每年暑假,学校面向全体新生开设线上衔接课程,剖析初高中知识、思维、教法三大差异,同步配套线上心理疏导、学习习惯指导;新生入校后开展封闭式军训,同步开设生涯启蒙、学法规划、情绪调适等系列专题讲座,帮助新生平稳完成学段切换,从源头减少学困生、偏科生。”

适应只是起点。高中三个年级,三道不同的命题,安康中学为每一道命题给出了精准的解法。

高一锚定适应筑基,重点抓良好习惯养成、生涯发展规划,夯实文化课底层基础。“让学生先站稳,再走快。”魏松补充。

到了高二,管理从粗放走向精准。高二年级部副主任徐芳介绍,年级组将育人工作细化为五大维度:制度管理、课堂浸润、心理健康守护、活动育人、家校协同,全方位覆盖学生成长的关键触点。“核心目标是聚焦分化培优,直面选科后的学科差距与青春期情绪波动,分层开展学科补差、特长拓展、心理疏导,深耕人文底蕴、科学精神、实践创新等六大核心素养。”

高三,则是一场更加系统而硬核的战役。紧扣备考赋能,将高质量备考定为学年一号工程,落实勤奋、科学、精细、赋能、安全五大备考措施,统筹百日誓师、阶段性联考分析、一对一心理减压、多元升学指导,同步兼顾应试能力提升与生命健康教育,实现分数提升与心灵成长双向并行。

如果说分学段体系是“纵向”的成长阶梯,那么分层分类教学就是“横向”的精准滴灌——二者交织,织成一张因材施教的立体网络。

在这张网络里,各类学生各得其所:针对拔尖创新优生,学校实施三年一体贯通培养规划,对接北京大学博雅人才共育基地、巴蜀中学等协作体资源,聚焦强基计划、清北等名校升学路径,常态化开展高考真题研讨、一题多变深度训练、名校专家培优讲座,持续拓宽学生思维深度;针对偏科、基础薄弱的学生,依托智慧校园大数据平台自动诊断知识短板,精准推送微课、分层习题,配套课后定点补差、错题“提醒—总结—拓展”闭环辅导,动态缩小学科差距。

为提升因材施教育人成效,学校搭建“学校—年级—班级”三级帮扶网络,全面推行全员导师制,实现学生精准帮扶全覆盖。全体任课教师、班主任、心理教师一对一认领帮扶学生,重点关注性格内向敏感、学业相对滞后,以及留守或单亲家庭的学生,建立“一生一档”专属成长档案,结合学生性格特点、学业情况、心理状态,制定个性化帮扶方案。教师利用课余、午休、晚自习等碎片化时

间,开展一对一谈心陪伴、学科补差、情绪疏导与生涯指引,全程跟踪学生成长变化,精准匹配个体成长需求,坚决不让一名学生掉队。

课堂是育人的主阵地,也是这一切变革最终交汇的地方。

学校全面破除传统讲授模式,打造生本高效课堂,确立“学生为主体、素养为主线、问题为驱动、思维为主轴、训练为抓手”的课堂生态,推行课前预习、课中小组研讨、课后分层拓展的闭环学习模式,把课堂思考、表达、探究的主动权交还给学生。配套定时间、定地点、定主题、定中心发言人,有规划、有记录、有成果、有上报的“四定四有”集体备课制度,各备课组围绕备考策略、高考试题、课程标准、学科瓶颈突破等主题开展系列微专题备考教研,以集体智慧破解备考难点,倒逼课堂减负增效、提质培优。

与此同时,学校建立校级、年级、班级三级自主管理委员会,下设学习、纪律、卫生等6个部门,班级层面实施有制度、有岗位、有职责、有考核、有反馈策略。引导学生自主规划学习、规范日常行为、培育自律能力,全方位助力个性化成长。

“学校循着成长的固有规律,为每一份独特天赋铺设专属跑道。”如今,即将升入高三的王佳越,经过两年分层辅导、学法调整,各科成绩稳步提升,正以自己的节奏,坚定地跑向属于她的远方。

融五育润心赋能:让阳光滋养每一段青春韶华

走进安康中学心理健康辅导中心,安静而温馨。教学楼一楼大厅心灵驿站里,学生随时可以坐下来倾诉;匿名心声倾诉终端24小时在线,与之联动的一张张动态心理报告,清晰记录着全校学生情绪变化与心理状态的实时轨迹。

“学校对我们心理状态的关注让我很有安全感。心理解压室和24小时AI心理辅导,只要有困扰,随时都能找到倾诉出口。”王佳越感受很深,“印象最深的是5月25日‘关爱自己’心理健康专项活动,年级通过主题班会和心理互动游戏,引导我们正视压力、接纳情绪。”这些举措让我感到,学校真正看见了学生本身,而不仅仅是分数。”

这份“看见”的背后,是一套精细运转的体系支撑。高一自我认知、高二专业探索、高三志愿指导——递进式生涯教育贯穿三年;每学年一次全覆盖心理测评、每月动态更新情绪轨迹报告,让预警机制真正落地;3名专职教师与5名兼职教师组成的“双队伍”,既承担每周固定心理辅导课,也开放全天候一对一预约。筛查预警—分层疏导—家校协同—跟踪回访的闭环管理,确保学生的心理困扰能够被及时看见、有效回应。

心理健康是成长的“隐形基石”,而强健的体魄则是青春的“显性底色”。体音美教研组组长周峰介绍,学校划定刚性课时红线:高一、高二每周固定3节体育课,高三保留2节基础体育课,严格落实学生每日综合体育活动不少于2小时;开设球类、田径、韵律操专项课程,常态化举办春秋季运动会、20公里励志远足、跑操评比等活动,全校学生体质健康监测整体合格率94.46%。在高三学生刘宜雅看来,“每周两节体育课、每日激情跑操,就是最好的解压方式。”

美育、劳育同步提质扩容。全校50余个精品社团常态化开课,实现“一学生一特长、一学期一成果展演”,书画、合唱、舞蹈、科创等各类艺术展演全年有序开展;劳动教育打通校内校外双场景,校园值日、食堂志愿服务、校园绿化保洁常态化开展。

身心的健康成长,离不开价值坐标的锚定。德育处主任靳松介绍:“学校创新构建‘一三六’德育体系,推行思政工作‘四化’策略,落实‘年级有系列、学期有主题、周周有重点’的德育机制。同时,学校搭建‘五条主线、五支队伍’全员德育共同体,打通德育处班主任管理育人、教研组教师学科育人、团委学生会活动育人、后勤服务人员、社区家长协同育人全链条,落实全员、全程、全方位育人要求。”

教育的温度,最终落脚于“让每一个学生被看见”。学校打破“唯分数论”桎梏,构建多维度、全覆盖的成长评价体系。评价范围涵盖学习、文明、孝亲、劳动、文体、进步、科创等多个维度,将学生课堂状态、日常表现、内务风貌、志愿服务、特长发展等全部纳入育人评价。通过班级、年级、学校三级推选表彰,让每一份努力、每一点进步都被看见、被肯定。

学校坚持正向激励、全程赋能,设立学业进步、勤学奋进、习惯养成、攻坚克难等专项荣誉,每周评进步、每月树榜样、学期作表彰,依托光荣榜、国旗下演讲、成长档案记录学生蜕变。引导学生自我对标、自我超越,持续激活内生成长动力,让每个学生都能在“五育阳光”的滋养中,收获属于自己的高光时刻。

“成长比成功更重要。”靳松说,“学校在紧盯高考升学质量的

同时,始终把理想信念、品德修养、人际交往、身心健康放在育人首位,培养心怀家国、向阳向善、全面发展的新时代青年,让优异成绩有温润健全的人格作底色。”

聚全域深耕笃行:为每一个梦想汇聚托举之力

5月13日至17日,安康中学组织高二年级学子奔赴武汉、宜昌,开展以“纵览长江文脉·激扬时代精神”为主题的研学实践教育活动。五天行程中,学生们走进三峡大坝,探访武钢厂区,参观湖北省博物馆与辛亥革命博物馆,登临黄鹤楼品鉴诗词古韵,在沉浸式行走中开阔眼界、积淀学识,圆满完成了一堂知行合一的成长实践课。

随行老师感慨:“最好的课堂在路上,研学旅程赋予学生的视野与格局,是传统课堂难以复刻的成长收获。”

这场跨地域的研学实践,正是安康中学“聚全域”育人资源的生动缩影。学校摒弃封闭单一的课堂育人模式,持续拓宽育人场景,丰富育人载体,推动活动育人常态化、体系化、品牌化,固化“一月一次、全员参与”的大型活动机制,构建课内课外联动、校内校外互补的全域育人体系。

春季球类运动会、清明祭奠英烈、秋季田径运动会、元旦迎新晚会等常规活动有序开展,坚持全员参与、全情浸润、全面赋能;开学典礼、班主任节、成人礼、社团成果展等品牌活动规范落地、提质增效。同时,依托传统节日开展主题教育,联动社区、公安、科技馆、本地企业、各大高校,开展法治宣讲、乡土调研、高校研学、志愿服务等实景实践,以多元实践活动为青春梦想赋能蓄力。

育人场景的全面拓宽,折射出育人理念的深层转向,更是全校上下深耕笃行、聚力托举的坚定坚守。

6月23日,安康中学教学楼二楼教室里,高二年级部主任们围坐研讨,桌上摆放的不仅是学生习题集与学情资料,更是一次对教学方向的深度审视。

“年级育人核心导向,已从单一应试提分,全面转向全方位、科学化育人。”高二年级部负责人的观点,已然成为全体教职员工的共识。然而理念转向易,持续落地难——这背后,离不开师资、家校社、制度三层支撑搭建起的完整闭环。而闭环的起点,恰恰在教师。

教师队伍的专业成长,是学校全域育人深耕笃行的核心支撑。针对青年教师,学校落地“六子工程”(指路子、建梯子、搭台子、选苗子、压担子、照镜子)和“一三五八”方案为新教师匹配资深导师,明确一年站稳讲台、三年胜任毕业班、五年成长骨干、八年打造名师的清晰成长路径;常态化分层开展校本培训,除新课标、高考备考专业课程外,专门增设青少年心理识别、谈心沟通、生涯规划实操等专项培训,引导教师用正向激励替代简单批评。常态化开展一校两区、教育集团跨学科联合教研,高三政史二轮复习、数学精准备考等专题研讨常态化举办,教师在交流中共享培优补差、分层教学实操经验;每年组织课堂教学大赛、教学设计评优、课题研究,打造一支善教学、懂育人、有温度的名师队伍。

教学一线的管控同样毫不松懈。实行“集体备课+个人独立备课”双轨制度,常态化抽查教案、作业批改质量;管理成员常态化走进班级、办公室摸排学情,定期开展学生课堂评价调研,依据反馈动态调整教学方案,精准把控课堂效率与教学质量。同时,学校切实为教师减负,精简非教学事务,丰富教职工文体活动,保障教师全身心投入教学与育人工作。

育人的半径,从不止于校园。学校家长会分层定制、精准赋能:高一家长会聚焦新生适应、习惯培养;高二侧重青春亲子沟通、学科平衡;高三开设专属家长课堂,传授减压陪伴、科学备考家庭相处方式。校园开放日、家长义工、家长进课堂多元机制落地,构建家校同心、社会协同的育人格局。

制度固本护航,确保育人长效笃行。学校以“1233”提升战略”为顶层设计,锚定学校、教师、学生三位一体高质量发展;校党委打造“五心铸魂 厚德安中”特色党建品牌,构建“一体两翼三驱四平台五行动”完整实施路径,落实党支部建在年级部,党组织扎根教学一线,以党建引领育人全流程。严格落实五项管理细则,对作业、睡眠、手机、体质、读物管理均制定清晰执行标准;每学期末开展育人成效复盘会,动态优化分层教学、心理疏导、德育活动等各项举措,让育人体系持续贴合学生成长真实需求。

“科学育人体系的每一项制度、每一份坚守,归根结底都指向同一个目标——让每一个孩子在这里被真正看见、被温暖托举、被充分赋能,最终让每一个青春都能在安中校园精彩绽放。”安康中学党委书记张善军表示。近年来,学校先后荣获“全国文明校园”“全国先进体育传统项目学校”“陕西省高中课程改革样本学校”等称号,系北京大学“博雅人才共育基地”、浙江大学“新时代人才培养战略伙伴中学”。

志愿填报咨询会接近尾声,祝馨馨语完意向表,回头看了一眼校园。三年前她踏进校门时,对“未来”这个词只有模糊的想象,如今,方向已经清晰。在她身后,还有更多学子,正在各自专属的成长航道上,驶向属于自己的远方。

(本版图片由安康中学提供)