

何以宁海：“双一流”高中是这样炼成的

南京市宁海中学作为一所百年名校，历史悠久，底蕴深厚，始终践行“勤·诚·勇”百年三字校训。历经多年沿革，形成了“美的教育”办学理念，追求“文化、美术双创一流”的高品质学校建设，以美立教，立美育人。近几年来逐渐形成了相融相生的三大文化：以科学精神培育为核心的院士文化；以爱国主义教育为核心的国旗文化；以立美能力提升为核心的美术文化。厚植学生家国情怀，增进国家认同感，深耕科学教育，努力把学生培养成“情趣健康、精神奋发、才智卓越、格局远大”的时代新人。

宁海中学勇于进行教学改革，追求高质量发展。文化高考连续六年大幅推进、高位发展，拔尖创优人才培养成效显著，更多的学生进入985、211等高校深造。美术班高考继续保持高位优势，很多学子进入三大美院及985、211等优质院校，学校美术教育江苏最好，全国首善。

如此亮眼的成绩，到底是如何取得的？且听他们如何说——

通讯员 姚晨曦



与南京大学签订创新人才培养项目



化学创新实验室 本版图片由学校提供

2024届优秀学子 说

专注课堂 深度思维

学习的主阵地课堂。课堂，是学生学习的核心时间和场所。只有抓住了课堂，才是真正的高效学习。真正的高效课堂，不是表现为知识的习得和灌输，而是思维的深化，能力的提升。当下高考考查的往往不是知识本身，而是考查对知识的理解和运用，考查学科素养和核心能力。这就要求在课堂上老师不止于知识的传授，学生不止于知识的习得。宁海中学致力于打造高品质课堂，提升学生的学习思维和品质，引导学生学会辨析、探究，激活学生学习的内驱力。

“得自主者得天下。”学子们对此深有体会。高三(1)班的耿嘉乐说：“在我看来，高中

课堂充满活力，学科学习的共通点在于课堂上的专注，思维时刻跟着老师走，不闭门造车。专注于课堂不仅能够帮助我们更好地理解课本知识，也能减少我们课后复习记忆知识点的时间。专注于课堂，利用好课上的每一分钟，在老师的帮助下不断深度思考，不停留于知识表面，深度挖掘每一个知识点，我们的无限潜力也随之展现。”

高三(8)班的王宇坤说：“我们在课堂上一定要使我们的大脑保持活跃，紧跟着老师的思路，面对老师抛出的问题，一定要积极思考，而不能急于动脑，等着老师来给出答案，甚至将自己置身事外，成为课堂的‘局外人’。此外，

深度思考不应仅局限于正课，自习课更是我们为自己‘诊断’‘治疗’进而达到提升的好时机。自习课时，不应只是疲于奔命地忙着赶作业，更不应假借讨论问题来交头接耳，最理想的自习状态，应是静下心来，沉浸在安静、有序的氛围中走进深度而活跃的思考。唯有在思考中才能取得最大的进步。”

在宁海，抓住课堂，主动思考，知其然更要知其所以然，充分利用好课堂和自习的每一分钟，已经成为一种学习的共识。走廊里、广场上迎着朝阳摇头晃脑、闭目背书的早自习，鸦雀无声、静静做题的晚自习，已成为校园里亮丽的风景。

2024届领导小组 说

科学谋划 凝心聚力

“人人上一本，班班考高分。”学校党委书记徒香福在高三启动仪式上就提出明确目标。不放弃每一个学生，成就每一个学生，让每一个毕业生都能走进心仪的本科院校，是宁海人刻在骨子里的对学生的爱，也是六年六大步的高考优秀成绩带来的底气。勇于突破惯性，走出目标舒适区，让宁海的高考一年一个新台阶。

“打造皇冠上的红宝石”是高三年级组主任孙宜好经常挂在嘴边的话，也成为2024届高三教师的共同追求。高三领导小组群策群力，制定了切实可行的方案。一是领导小组成员人人皆是班级质量责任人。从常规管理到教学评价，班级质量责任人全程参与，既是引路人，也是把关者，同时协助班主任把班级组老师熔铸成一个密切合作、荣辱与共的共同体。“一荣俱荣，一损俱损”成为老师们的共识，“拒绝内耗，增强合力”成为老师们的信条。二是所有行政领导都是学科质量责任人。学科责任人深入备课组，共同参与集体教研，把脉高考；深入课堂，问诊教学，有力地提升了各备课组的教研教学水平。

领导小组定期召开会议，凝心聚力、科学谋划，为促进学生全面发展、提升班级管理成效建言献策。同时宏观把控高三节奏，让高三师生在紧张的学习中张弛有度。2024届高三先后开展了高三启动仪式、成人仪式、百日誓师大会等活动，让学生在一次次仪式教育中沉淀、奋发，同时常态化开展运动会、迎新文艺团建、心理健康教育等活动，让学生在轻松欢快中多巴胺爆发，真正做到劳逸结合，高效学习。

高位发展的宁海中学，正拾级而上，朝着“双一流”的目标奋力迈进！

2024届家长代表 说

信任学校 双向奔赴

成功的教育，一定是家校同频共振的结果。家长对教学活动的积极配合、对亲子活动的主动参与让孩子的前行之路铿锵有力。学校对家长的信任，更是一种坚定的力量、一股强大的暖流。宁海中学重视家校共育的合力凝聚，充分调动家长参与教育的主动性和积极性，争取家长的理解和支持，让教育成为双向奔赴的美丽遇见。

2024届高三除了在常规的家长会上进行交流等环节外，更重视常态的家校交流，利用平时的时间，邀请家长参与策略制定、自习管理等教育过程。既让家长充分了解孩子的成长过程，也能充分认识和理解学校教育。

高三(2)班的陈乐然家长说：“作为一名

高三毕业生家长，我满怀激动与感激。三年前，女儿初入宁海，面对高中的海量知识、高难度课程和快节奏学习，她感到不适应，成绩仅能勉强跟上，期中期末仅排名在班级中游。但我们坚信学校和老师的力量，通过家校合作，制订了科学的学习计划，女儿的成绩稳步提升。高三时，得益于班主任王蕾蕾老师以及全体任课老师的悉心指导和鼓励，女儿的成绩显著提升。在宁海中学，女儿不仅学到了知识，更学会了与人和谐相处，与同学们建立了深厚的友谊，这是她一生的宝贵财富。感谢老师们为孩子的成长所做的一切。”

高三(1)班的赵景泽妈妈说：“当初我们

为孩子选择宁海中学，是对宁海的一份信任、托付，更是一份期待！事实证明，这份信任和托付，完全正确，不负期待！孩子在宁海三年的学习、三年的成长，我们深深感受到，宁海中学，重视的不仅是知识的传授，更关注的是学生品质、人格和气质的培育，宁海中学的办学理念、治学态度、教学水准、满园的硕果，已经深得学生、家长及社会的高度赞同。”

家长的信任，既源于学校的开源管理，搭建了双向沟通的桥梁，走进了家长内心，满足了家长需求，也源于学校科学的育人理念和方法，契合了学生身心发展特点。家校的双向奔赴，有力助推了学生的成长、成才。

2024届教师代表 说

学科责任 把脉高考

“作为学校中层，要勇当第一责任人，下沉备课组和备课活动，发挥学科领导力，坚持三个始终关注：关注学生、关注高考、关注老师，共同打造高分团队。”学校教师发展中心主任安文琳如是说。

所谓关注老师，是指在备考过程中，学科负责人注重团队协作，鼓励老师们相互学习、相互帮助，形成了浓厚的学习氛围和向心力，激发备课组老师们的积极性和创造力，为学生提供了坚实的支持。同时关注每位教师的成长，为他们提供必要的支持和帮助，共同打造高效、协作的学科团队。

所谓关注高考，是指组织备课组老师们

深入剖析高考趋势，进行高考政策学习和研讨，把握命题规律，确保教学内容与高考要求紧密对接，确保每位教师都能准确理解把握高考改革方向。

所谓关注学生，是指在打造高分方面，注重培养学生的学科必备知识、关键能力和核心素养，通过新学习生态课堂的打造、自主学习习惯的培育、个性化学习方式的指导，不断提升学生的综合素养。同时加强对学生学习策略和心理状态的关注，帮助他们树立信心，克服焦虑。

在学科责任人引领之下，老师们对高考的研究更加深入。高三英语备课组张倩倩老

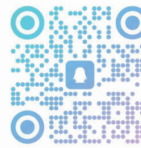
师对于学科培优也有着独到的思考：“当前英语高考强调能力的综合运用，考查内容涵盖听说读写各方面。分析近年试题趋势，阅读理解和完形填空题趋于多元化，注重语境理解和词汇的准确使用。因此，在教学中，不仅要加强学生的语言知识积累，还要培养其分析问题和解决问题的能力。对于高分层学生，引导他们超越课本，拓宽阅读范围，增加原版书籍的阅读。通过组织模拟联合国会议、辩论赛等活动，提升他们的英语口语表达和实际应用能力。同时，根据每个学生的具体情况，制订个性化辅导计划，攻克他们的弱项，巩固优势。”

联系我们

电话：
025-83237311
地址：
南京市宁海路39号
QQ咨询群：
750850815、752803339



扫码关注
学校微信公众号



扫码进入招生QQ群咨询(1群、2群)