

一所山区县中学的“强校梦”

——写在周宁一中建校八十周年之际

八十年砥砺奋进，八十年春华秋实。九月的山城周宁，天高云淡，桂花飘香。走进周宁一中，一座矗立于北大广场中央的孔子像格外醒目，正德楼、致远楼、思源堂、校训墙……浓郁的文化氛围扑面而来。周宁一中新校区致力于“六新”校园建设，努力把校园建成“生态公园”“文化圣园”“数字校园”“平安学园”“成长乐园”“和谐家园”，一路奋进，十年卓立。周宁一中的美丽校园有了更高的品质品位，莘莘学子拥有更好的学习成长环境。

曾几何时，县城一中作为当地百姓心目中的最高学府，有着过硬的教育质量和超高的人气，是莘莘学子圆大学梦的摇篮，承载着几代人对教育改变命运的期望。周宁一中，作为山城县中，也是山区孩子圆梦的摇篮、远航的起点，寄托着多少期待和乡愁。



周宁一中全貌

砥砺奋进薪火相传

8月，新一届初一、高一的960名新生走进美丽校园，揭开中学生活的崭新篇章。

时间追溯到80年前的1943年8月，“周墩特种区立初级中学”宣布成立，寄寓“初晴诗院”教室开学，师生不足百人；1945年8月，周宁建县，学校更名为“福建省周宁县立初级中学”；1958年8月，学校增设高中部，成为完中；2014年8月，学校搬迁至龙潭街新校区。如今，周宁一中雄踞银屏峰下、东洋溪畔，占地122亩，拥有55个教学班、3000多名师生的初高中六年学制的完全中学。建校至今，共培育毕业生2.6万多人，为高校输送大学生1.6万多人。

砥砺前行，薪火相传。1981年，学校被确认为省属重点中学；1997年，被确认为福建省二级达标高中；2016年，晋升为福建省一级达标高中，跻身福建省优质中学行列；2021年，学校高分通过福建省一级达标高中的复评。新校区十年，周宁一中以福建省一级达标高中的创建为契机，坚守“静心做真教育，做完整的教育”的教育理念，梳理提炼学校文化体系，实施了一系列管理创新和课程改革。学校秉承“明德、笃学、励行、日新”的校训和“以优质教育为学生的幸福人生奠基”的办学宗旨，紧紧围绕“培养全面和谐发展的人”的育人目标，精心打造“六新”校园，优化教育环境；推动课堂教学变革，重建课程体系；全面推进素质教育，聚焦教学质量；持续推进“好老师工程”，锻造高品质团队，努力提高办学内涵、建设山区教育品牌。学校连续多届获评“福建省文明学校”，荣获第一届、第二届“福建省文明校园”，先后获得“福建省德育先进校”“福建省先进基层党组织”“福建省先进教工之家”“福建省普通高中课程改革基地校”“福建省平安校园”“福建省优质学科建设项目校（数学）”“福建省劳动教育实践特色项目校（一米菜园）”等称号。

“好老师工程”彰显实力

作为山区县中，周宁一中曾经一度存在优质教师资源匮乏、高学历教师难以引进等问题。2015年，教师平均年龄45岁，仅有40位教师的第一学历是本科、2位福建师大在职教育硕士、2位省学科带头人。在周宁县委、县政府的高度重视下，近几年学校的师资状况有了很大的改变。在230人的教师队伍中，研究生学历教师17人、正高级教师1人、特级教师1人、省教学名师1人、省学科带头人2人，省名校长1人、省名校长后备人选1人，学历达标率100%，平均年龄降至41岁。基于山区县中的师资校情，周宁一中致力于建设“好老师工程”，把爱岗敬业、爱生如子、教学有方的



课堂教学



课外拓展

老师定义为“好老师”，树立人人都可为的榜样，并从一个教师的敬业态度、专业精神与专业素养入手，努力创设教师成长成功的发展平台，营造“敬业、专业、乐业”的职业风气，让每一个老师为做一名好老师而努力。

其一，党建引领队伍高质量发展。周宁一中实施把优秀教师培养成党员教师、把党员教师培养成骨干教师的“三培工程”，重塑“一个党员一面旗帜”的先锋模范形象。一大批党员教师在教育、教学、教研等方面取得好成绩，成为学校管理和教学骨干。

其二，学校确立“师德与师能”作为好教师的价值遵循。倡导每位教师每天努力做好七件事，即“精心备好一份教案；用心上好每一堂课；批改好每一次作业；阅读一篇教育文章；谈心指导一个学生；思考一个教育问题；撰写一篇教育日记”。鼓励教师“走出去、走上台”，感受专业发展的成就感。

其三，学校分三个阶段为教师做好定位规划：35岁以下的青年教师是该工程的着力点，目标走向优秀；35至50岁的教师群体，或成为名师骨干，或走上管理岗位，目标从优秀走向卓越；50岁以上的老教师要起榜样作用，成就完美教育人生。

其四，着力学术型学校建设。学校成立学术委员会，组织开展“一师一特色、一师一风格、一班一教法”学科内涵建设，提炼各具特色的学科观、学科美，并予以展示。同时，开辟教师书吧、好老师书屋、学科教研中心，各学科组有独立的办公场所和学科资源库。

每年教师节，学校表彰“年度十佳卓越教师”等百人次，树立典型；每年聘请20多位省内外名师学者到校讲学，同时，校内举办“班主任论坛”等，鼓励教师走出去、走上台，且行且思且成长；打造“青蓝工程”，给每一位新老教师配备两位指导教师，教研室在三年培养期内全程跟踪，促进青年教师迅速成长。

经过几年的努力，周宁一中教师队伍取得阶段性成效。教师队伍老化、学历层次低的现象得到明显改善，教师激励机制逐步健全，一批年轻的骨干教师迅速成长。研究生学历的教师李云云，专业素养高，好学上进，参加工作的第四年就被赋予高三英语备课组组长的重任；教师祝雅敏，一个教龄8年的年轻教师，已带完四轮毕业班，地理教学深受学生好评，数次参加省市教学技能大赛获奖；教师刘恺祺，刚从农村初中调入一中工作不久，勤奋努力，在高三教学和班主任工作中成绩喜人，荣获2019年中学实验教学说课比赛福建省二等奖、宁德市一等奖。“高品质的教师团队是学校发展的第一生产力。他们有学问、有智慧、有情怀、有信仰、有认同感；他们胸中有梦、心中有爱、眼里有光、手中有技、脚下有路，为学校品质提升提供了生生不息的养分和原动力。”张徐生校长说。

“十个一”工程保障高质量

“考取高分，赢得高考；练就高素质，赢得未来。”教学楼的这条条幅提醒师生：要育人，更要育人，孩子健康快乐成长比学业成绩更重要，每个孩子都是独一无二的，教育不能顾此失彼、厚此薄彼，要从狭隘的质量误区走出来，尽可能关注所有学生的发展和增值。

作为县城一中，教学质量是学校的生命线。每年中考近35%的学生录取到周宁一中，导致学校生源质量参差不齐，学生学业基础相差悬殊。关注每一个孩子，不抛弃、不放弃每一个学生，是该校的教育良知。为了求解学生发展最大值，该校积极探索实施分类推进和分层教学：在学校层面和班级层面实行精细的分层，并针对性地安排最契合的教育教学。根据学生基础，分为A、B、C三类，进行分层教学、分类推进；作业设计上，要求每天布置的作业应该是弹性作业。这种精准教学正是学校遵循的因材施教方略。

2016年，新一轮的教育教学改革逐步推进，我省高考重新启用全国卷。2018年，我省新高考综合改革全面推进，学校顺应新的发展形势，坚持以“内涵发展与质量提升”为主题，狠抓教学常规和课程改革，



劳动实践

进一步夯实高考备考每一个环节，确保学校高考成绩稳步提升，尤其是2018年、2019年，学校高考厚积薄发，985、211名校上线率、本一上线率、本科上线率等各项高考指标均在全市同类校中名列前茅。2021年，学校在新高考元年取得开门红，高分生群体冒尖，詹皓同学以全省前50名的优异成绩被北京大学录取，张可欣、周琳同学被南京大学、复旦大学录取。2022年，学校圆满完成“138”（注：10%考取985、211大学；30%本一上线率；80%本科上线率）高考目标。

不可否认，在一所学校里，特长生、尖子生的培养成效关乎学校的美誉度，那么能否关注每一个孩子的成长成才则意味着学校的教育良知。学校生源基础较为薄弱，学生学习基础水平相差悬殊，学校秉持“这里只有差异，没有差生”的理念，坚持“抓两头、促中间”的教学思路，关注每一个孩子的生命成长。学校坚持做完整的教育，实施“十个一”育人工程，即“学好一门优势学科，考取一所心仪大学；书写一手规范汉字，说讲一副流利口才；练就一副矫健身姿，保持一个阳光心态；学会一项体育特长，拥有一种文艺爱好；掌握一项技术技能，养成一生文明习惯”。引领每一个同学朝着10个成长目标而努力，不断提升个人综合素养，为未来的幸福人生奠基。

课程是生命成长的跑道，为促进学生的个性化、多元化、适性化发展，学校需要提供丰富而多样化的课程，尊重差异、提供选择，让每个人成为自己成长的主人。学校按照“教师即课程，资源即课程，学生需要即课程”的课程开发理念，开发开设了50多门校本课程，由社团兴趣课程、学科拓展课程、综合实践课程、主题教育课程和特色体验课程五个板块组成，其中，“习字时光·每日一练”“新闻周刊·周闻天下”“阳光体育·每日两操”“自主课堂·自我反思”“一米菜园·劳作体验”“户外拓展·自然教育”等特色课程，带给学生丰富的成长体验，深受学生喜欢。

“太空是真正的真空吗？”“太空中有天气吗？”“宇宙究竟有多大？”日前，一场由北京大学空间物理与应用技术研究所研究员、博士生导师周煦之教授带来的科普讲座在周宁一中开展，为学子解答宇宙奥秘，让大家大开眼界。周煦之是周宁一中众多杰出校友之一，从1943年肇创至今，周宁一中积淀了扎实深厚的文化底蕴，培育出了成千上万的优秀毕业生，他们中既有平凡的劳动者，也有各行各业的翘楚精英，如林杨挺、姜小鹰、林灿铃、孙子强等，他们从山区县中走出，走向了远方，成了母校的骄傲。周宁一中，已然成为周宁县精神文明建设的窗口，成为山城培养人才、输送人才的摇篮。

进一步夯实高考备考每一个环节，确保学校高考成绩稳步提升，尤其是2018年、2019年，学校高考厚积薄发，985、211名校上线率、本一上线率、本科上线率等各项高考指标均在全市同类校中名列前茅。2021年，学校在新高考元年取得开门红，高分生群体冒尖，詹皓同学以全省前50名的优异成绩被北京大学录取，张可欣、周琳同学被南京大学、复旦大学录取。2022年，学校圆满完成“138”（注：10%考取985、211大学；30%本一上线率；80%本科上线率）高考目标。

不可否认，在一所学校里，特长生、尖子生的培养成效关乎学校的美誉度，那么能否关注每一个孩子的成长成才则意味着学校的教育良知。学校生源基础较为薄弱，学生学习基础水平相差悬殊，学校秉持“这里只有差异，没有差生”的理念，坚持“抓两头、促中间”的教学思路，关注每一个孩子的生命成长。学校坚持做完整的教育，实施“十个一”育人工程，即“学好一门优势学科，考取一所心仪大学；书写一手规范汉字，说讲一副流利口才；练就一副矫健身姿，保持一个阳光心态；学会一项体育特长，拥有一种文艺爱好；掌握一项技术技能，养成一生文明习惯”。引领每一个同学朝着10个成长目标而努力，不断提升个人综合素养，为未来的幸福人生奠基。

课程是生命成长的跑道，为促进学生的个性化、多元化、适性化发展，学校需要提供丰富而多样化的课程，尊重差异、提供选择，让每个人成为自己成长的主人。学校按照“教师即课程，资源即课程，学生需要即课程”的课程开发理念，开发开设了50多门校本课程，由社团兴趣课程、学科拓展课程、综合实践课程、主题教育课程和特色体验课程五个板块组成，其中，“习字时光·每日一练”“新闻周刊·周闻天下”“阳光体育·每日两操”“自主课堂·自我反思”“一米菜园·劳作体验”“户外拓展·自然教育”等特色课程，带给学生丰富的成长体验，深受学生喜欢。

“太空是真正的真空吗？”“太空中有天气吗？”“宇宙究竟有多大？”日前，一场由北京大学空间物理与应用技术研究所研究员、博士生导师周煦之教授带来的科普讲座在周宁一中开展，为学子解答宇宙奥秘，让大家大开眼界。周煦之是周宁一中众多杰出校友之一，从1943年肇创至今，周宁一中积淀了扎实深厚的文化底蕴，培育出了成千上万的优秀毕业生，他们中既有平凡的劳动者，也有各行各业的翘楚精英，如林杨挺、姜小鹰、林灿铃、孙子强等，他们从山区县中走出，走向了远方，成了母校的骄傲。周宁一中，已然成为周宁县精神文明建设的窗口，成为山城培养人才、输送人才的摇篮。

特色教学续写厚德风采

近年来，学校在推进课程改革的实践过程中，逐渐认识到书法教育的独特功能。“人生聪明写字始”，青少年能写好一手漂亮的字，不仅能让他考试中受益，更可受益终身，影响至他未来的学习、生活、工作。所以，学校在育人“十一”工程中，把“写一手好字”作为其中一个项目，以“书法书写人生，学生和谐发展”为教育主题，将书法教育设为特色课程，意图构筑书法特色学校。

一是建立学校“书法特色”教学管理制度。开设书法课程校本必修、选修模块，研发与书法相关的校本课程教材，如《周宁一中“习字时光”字帖（系列）》《篆刻的技术与艺术》《花信风·墨香盈袖》等。开辟专门的书法教室，加强书法课程师资力量，聘用书法专业硕士研究生担任专职教师，同时，聘请校外书法家到校开展书法知识讲座，开阔学生眼界。

二是营造“书法特色”校园环境。“墨点”书画社是该校独具特色的社团，学校将他们的优秀作品编辑成册《墨点书画十年作品集》《学生优秀书法作品集》。在组织学生参加国家、省市级的书法作品大赛的同时，定期举办“澄怀杯”校园书法大赛，部分代表作品用于校园楼宇馆所的环境布置，激发学生习字书法的热情，让榜样的力量激励他们走向书法的更高处，营造了更为浓厚的书法教育环境氛围。

三是以课堂教学为主要阵地。在初中书法课堂，从正楷字的书写开始，理解汉字的文化含义，体会汉字优美的结构艺术；在高中书法课堂，侧重创作指导

学生进行实验活动



校长张徐生授课



学生练习书法

和书法文化欣赏；在书法练习中，关注学生学习书法时的心理状态，促使学生保持安定的内心，不紧不慢，既有恒心又有意志力，努力在习字中养成稳重、儒雅的气质。

四是坚持“习字时光”书法练习。每天安排15分钟全校性的“习字时光”，临摹练习校本字帖，通过语文老师与书法老师的跟班辅导，学会汉字的正确书写，练就书法技能，促进书写水平的提升，最终达到“写一手漂亮汉字”的目标。

这几年，学校秉承为学生的和谐发展深谋远虑的理念，积极探索书法教育的特色办学模式，旨在引导学生习字习德行，品字品人生，立“清刚雅直”之品格，养“心正气和”之性情，以点点墨香，书写属于自己的幸福人生。2022年，学校被省教育厅确定为“福建省普通高中特色示范项目校（人文·书法）”。

汇聚力量逐梦未来

作为山区县中，优质资源欠缺、教育视野不开阔，需要与兄弟学校、沿海名校和师范院校实施共建，凭借名校优质资源，开阔教育视野。在努力提升自身办学层次的同时，与政和一中、屏南一中、寿宁一中、霞浦宏翔高级中学结成“五校联盟”，和厦门二中、福鼎一中、福安一中开展“山海合作”，积极与高校对接，成为福建师范大学教学实习基地、北京高校暑期社会实践基地，借助多方力量与资源，促进教育内涵提升。与此同时，学校还借助福建省中学名师工作室平台，通过“请进来、走出去”，每年请进来自北京、湖南、河北、厦门、福州等地的名师专家二十余人到校讲学，让师生与名师名校近距离接触，了解外部信息、开阔教育视野、更新教育观念。

作为县城一中，是当地的文化高地和人才摇篮，众多的校友是推动学校发展的重要力量。在校友会的牵头组织下，众多校友或慷慨资助或回校讲学，助力母校发展。86届校友、“国广一叶”公司董事长叶斌捐资1000万元成立“国广一叶”暨叶先照先生奖教奖学教育基金会，用于奖励周宁一中优秀教师和优秀学子；92届校友、著名影视演员阮丹宁设立“雅质助学金”，每年出资20万元资助家境困难的一中学子，为寒门学子的求学与成长提供支持；92届校友、福建广东商会会长肖木久捐资1000万元，设立“广东周琦管业奖教奖学基金”；81届校友孙子强捐资1000万元，设立“春贵尊师助教奖学专项基金”，用于奖励在教育教学中作出突出贡献的一线教师、竞赛教练和管理干部；89届校友、同济大学建筑设计师郑鸣作为新校区的总设计师，为母校免除设计费100万元……因为这些校友力量的凝聚，激励广大教师在平凡岗位上建功立业，鼓励山区学子发愤图强、勇攀学业高峰。“我的‘好老师工程’，除了提升教师专业素养提升外，更多地想给老师一种获得感、荣誉感。”张徐生校长说。

“近年来，学校校园环境日新月异，教学设施不断更新，教师的获得感、幸福感增强，形成了更好的校风、教风，这与众多乡贤对一中教育的大力支持、无私奉献是分不开的。”一中教师张神驹说。

不忘初心，青春朝气永驻；立德树人，智慧人格并重。站在新的起点上，周宁一中面向未来，努力让学校在变革创新中实现内涵发展和质量提升。

（文图均由周宁一中提供）