



经纶教育教学通讯

2026年第2期（总第215期）

陈经纶中学教育集团 主办

2026年3月

目 录

【本校要闻】

- 北京市政协委员一行来陈经纶中学调研/4
- 陈经纶中学召开全体党员大会/4
- 陈经纶中学开展2026年春季“开学第一课”活动/5
- 集团“健康第一”现场交流大会在保利小学召开/6
- 集团召开2026年寒假全体教师校本培训会/7
- 全国名班主任学术论坛在陈经纶中学举行/8

【全员德育】

- 本部高中校区举行学雷锋主题教育暨校园志愿服务公益岗揭牌仪式/10
- 本部高中校区学生现场观摩第三届全国大学生职业规划大赛决赛/11
- 本部高中校区高一贯通班开展班级辩论赛/14
- 本部初中校区开展写“福”字·书春联寒假实践活动/14
- 本部初中校区2026元宵游园会圆满落幕/15
- 本部初中校区中考百日誓师大会圆满举行/16
- 本部初中校区开展青年教师研究会心育专题研讨/17
- 保利分校开展初中学生干部与值周生能力提升专项培训/18
- 崇实分校隆重举行2026届中考百日誓师大会/20
- 民族分校2026届初三中考百日誓师活动圆满举行/20
- 民族分校举行2026年“师德教育月”启动暨《教师的五项修炼》导读活动/21

【课程教学】

- 集团开展九年级数学专题复习课共研活动/22
- 本部高中校区办好课分享活动/23
- 本部初中校区开展初一年级寒假语文作业展示活动/24

本部初中校区英语寒假创新作业成果精彩亮相/25
本部初中校区开展“经纶书语”读书沙龙分享活动/27
本部初中校区开展“经纶书语”读书沙龙（第二期）活动/28
帝景劲松分校学生亮相朝阳区数学节，用代码解锁数学奥秘/29
保利小学“思辨悦读工程”全面启动/30
崇实分校学生亮相朝阳区中小学数学节/30

【党团之窗】

本部高中校区举行新发展团员入团仪式/32
本部初中校区召开 2026 年春季党员大会/32

【开学季】

本部初中校区开展开学第一天系列特色活动/33
帝景劲松分校以身心健康强根基，护航学生全面成长/33
保利分校 2026 年春季开学第一课暨班级特色操超级联赛启动仪式圆满举行/34
保利小学举行 2025-2026 学年度第二学期开学典礼/35
民族分校上好 2026 年春季学期学生开学第一课/36
民族分校举办教职工开学第一课活动/37

【校本培训】

集团举办德育干部发展论坛/38
集团召开“课创计划”推进会暨集团科技骨干教师研修会/38
本部高中校区贯通部青研会新学期首期活动圆满举行/40
本部高中校区召开 AI 赋能教学培训暨寒假读书总结分享会/41
本部初中校区召开 2026 年春季学期校本培训大会/42
本部初中校区青研会新学期首次会议顺利召开/43
帝景劲松分校帝景北校区多维发力推进新学期育人工作/45
保利分校召开 2026 年春季学期校本培训会/46
保利小学召开学期教学计划交流会暨开学质量工作会/47
保利小学召开新学期工作部署大会/48

【科体艺苑】

集团游泳大学部组织开展游泳冬训/49

集团篮球大学部开展篮球冬训/50
集团田径大学部开展田径冬训/51
本部初中校区成功举办经纬科学大讲堂（第一期）活动/52
本部初中校区学生开展水培种植及习作活动/54
本部初中校区初二年级“班级超级联赛”圆满落幕/55
帝景劲松分校毓秀校区“毓秀杯”系列班级体育赛正式启动/56
保利分校初三年级体智拓展班级赛圆满落幕/56
保利分校学生化身海洋志愿者践行生态保护/58
崇实分校智能机器人科普讲座圆满举行/58

【科研短讯】

民族分校召开 2025 年度教科研工作总结与表彰会/60

【工会园地】

集团工会召开新学期工作部署会/61
本部高中校区开展三八妇女节庆祝活动/62
本部初中校区庆祝三八妇女节活动温暖举行/62
帝景劲松分校工会举办三八妇女节主题活动/63
保利小学以感恩之礼致敬了不起的“她”/64

【安全健康】

集团开展食堂管理专题培训/64
本部高中校区春季学期家委会、膳食委员会联席会圆满召开/65
本部高中校区开展爱校卫生大扫除活动/66
本部初中校区召开膳食委员会与膳食监督委员会会议/67
本部初中校区开展消防疏散演练活动/68
帝景劲松分校毓秀校区扎实推进食堂食安保障工作/69
保利分校召开新学期家校联席膳食委员会专题会议/69

【领奖台】

集团成员校斩获教育部多项“白名单”赛事奖项/70

【媒体关注】

用“道法术器”下好集团化治理大棋/71

北京市政协委员一行来陈经纶中学调研

3月5日，伴着春日瑞雪，在北京市政协副主席郭延红、市政协科技教育委员会副主任（正局长级）岳鹏率领下，市政协委员一行37人走进北京市陈经纶中学，进行中小学生身心健康发展促进情况调研。调研组深入了解朝阳区中小学生身心健康发展促进工作实践，认真听取全市相关情况介绍，凝聚共识、汇聚力量，共同推动青少年身心健康相关工作落地见效、走深走实。

在北京市政务和数据局副局长宋冬娜、市教委体卫艺处处长周凯、市政务和数据局接诉即办改革处处长于腾飞、朝阳区教委副主任孙迅，陈经纶中学校长刘雪梅、党委书记曾广华等陪同下，市政协委员一行先后走进心理咨询室、操场、校史馆、篮球馆、3D打印室、美术教室、音乐教室、舞蹈教室等场所，实地察看校园环境及心理健康、体育、美育、科技等特色育人阵地，全面了解学校在促进学生身心健康发展方面的扎实举措与显著成效。

调研过程中，学校领导详细介绍了陈经纶中学坚守“健康第一”教育理念、构建全方位立体化身心健康促进体系的具体做法与实践成果，重点围绕心理健康教育、体育特色发展、艺术素养培育、科技实践创新、家校社协同育人等方面进行深入分享交流。

委员们对学校办学成果给予高度评价：校园环境整洁优美、功能设施完备先进；体育课强健体魄、美育课陶冶情操、科学课启迪智慧、艺术课滋养心灵，各类课堂生动有序、教学质态优良；学生文明有礼、朝气蓬勃、活力满满，充分彰显百年经纶深厚的育人底蕴与和谐向上的校园生态。

此次调研为学校进一步优化学生身心健康促进工作指明了方向。陈经纶中学将以此次调研为契机，坚守育人初心、深耕健康沃土，持续完善育人体系、丰富健康载体、提升服务水平，不断筑牢学生健康成长防线，助力每一位经纶学子全面发展、向阳成长。（罗军）

陈经纶中学召开全体党员大会

2月26日下午，中国共产党北京市陈经纶中学委员会全体党员大会在本部高中大礼堂隆重召开。大会主要议程是增补中国共产党北京市陈经纶中学委员会委员，纪律检查委员会委员及书记，并听取党委书记专题党课。陈经纶中学全体党员参加会议，党委书记曾广华主持会议。

大会在庄严的奏唱国歌中拉开帷幕。曾广华同志首先宣读了《中共北京市朝阳区教育工作委员会关于中国共产党北京市陈经纶中学委员会增补委员、纪律检查委员会增补委员及书记请示的批复》，正式传达上级党工委对本次增补工作的批复意见。

陈经纶中学党委副书记、工会主席冯梅同志就《关于中国共产党北京市陈经纶中学委员会增补委员、纪律检查委员会增补委员及书记候选人预备人选名单产生过程的说明》作详细报告，并介绍候选人预备人选酝酿、提名、考察等各环节的规范流程，充分体现了党内民主和程序严谨。随后，曾广华同志介绍了本次大会候选人建议人选的基本情况。

大会严格按照《中国共产党基层组织选举工作条例》进行选举。与会党员审议通过了总监票人、监票人、总计票人、计票人名单及选举办法。在总监票人主持下，全体党员以无记名投票方式差额选举增补党委委员、纪委委员及书记。整个选举过程庄重严肃、秩序井然。

在计票等待期间，曾广华同志以“立足首都‘四个中心’功能定位 谋划经纶教育的高质量发展”为题，为全体党员讲授专题党课。党课紧密结合北京全国政治中心、文化中心、国际交往中心、科技创新中心的城市战略定位，深入阐释了学校党建工作与首都发展同频共振的重要意义。曾广华指出，陈经纶中学作为朝阳区基础教育的一面旗帜，必须主动对标首都功能定位，在服务大局中找准发展坐标：一是强化政治引领，筑牢立德树人根基；二是厚植文化底蕴，以经纶精神涵养师生家国情怀；三是拓展国际视野，培养具有全球竞争力的时代新人；四是深化科创教育，为首都创新发展输送后备力量。党课既有理论高度，又有实践深度，引发党员教师强烈共鸣。

党课后，陈经纶中学党委副书记、校长刘雪梅同志讲话强调，全体党员要以“一马当先”的姿态示范引领，传承百年经纶精神，立足课堂、教研、作业等本职工作，守好教学质量，呵护学生成长，以党员带动群众，接力推动集团高质量发展。

计票结束复会后，总监票人向大会报告计票结果，曾广华同志宣读当选人名单。全体党员以热烈掌声对新当选的党委委员、纪委委员及书记表示祝贺。

本次党员大会程序规范、组织严密，既完成了增补选举的政治任务，又通过专题党课凝聚了发展共识。全体党员纷纷表示，将以此次大会为新起点，立足岗位、担当作为，以高质量党建引领学校事业高质量发展，为首都教育强区建设贡献经纶力量。（袁建伟）

律动健康向阳生长 经纶学子开启新学期成长新篇

——陈经纶中学开展 2026 年春季“开学第一课”活动

春风送暖，万象更新。在 2026 年春季新学期开学之际，北京市陈经纶中学以“律动健康，向阳生长”为主题打造特色开学第一课，将“健康第一”教育理念深度融入沉浸式体验与趣味运动中，通过暖心仪式、活力互动、团队协作等丰富环节，让全体学子在运动中焕活活力，在仪式中锚定目标，以阳光心态和强健体魄开启新学期的成长旅程。

本次活动紧扣教育部健康学校建设重点任务要求，将身心健康教育与校园文化、经纶精神深度融合，成为学校落实“健康第一，悦纳自我”教育主题的生动实践。

清晨的校园里，暖心的开学氛围早已悄然铺展。7 时起，校门口的学生志愿者化身“阳光使者”，为返校同学送上励志书签、阳光贴纸等定制小礼物，轻声传递新学期的美好祝福；校园广播循环播放着主题音乐，上学期学生活动的精彩视频在屏幕上滚动，8 块向阳成长主题展板一字排开，成为校园里一道温暖的风景线。各班教室中，安全教育课筑牢新学期安全防线，“向阳而生”班级活动中，同学们认真写下新学期的个人小向往，一笔一划间，是对成长的期许，更是对未来的规划。随后，同学们纷纷将心愿贴至校园主题展板，让个人梦想融入集体愿景，打造出独属于经纶的“阳光成长墙”，成为新学期向阳生长的精神打卡地。

课间三个年级的同学齐聚礼堂，开启开学第一课的核心运动环节。动感的律动旋律响起，“舞动青春 向阳而生”啦啦操展演瞬间点燃全场活力，师生同台领做校园律动，亮色的服装、舒展的动作将“自信、舒展、协作”的精神诠释得淋漓尽致。趣味小互动中，师生同乐、同学相伴，

轻松的氛围消解了开学焦虑，拉近了彼此的距离。

最令人热血沸腾的当属“开学第一跑”蛇形跑活动，班主任与学生击掌鼓劲，这场师生同跑的运动，不仅是体魄的锻炼，更是精神的洗礼，同学们在奔跑中感受坚持的力量，在呐喊中提振成长的精神。

跑步结束后，陈经纶中学教育集团领导和本部高中领导一起为同学们送上新学期寄语，将“接纳自己、勇敢前行、不被定义”的八大主题理念与健康成长、校园生活紧密结合，鼓励学子们以运动强体魄、以阳光心态践主题，传承经纶精神，在新学期向阳生长。

排球传递环节将活动氛围推向高潮，10多只超大号排球在各年级师生手中依次传递，这不仅是团队协作的考验，更是经纶精神与女排精神的传承。传递中，主持人喊出八大主题核心词，全体学生齐声回应，让“祖国至上、团结协作、顽强拼搏、永不言败”的女排精神与“团结向上、勇敢生长”的活动主题相融相生，在互动中凝聚起全校师生的集体力量。

活动最后，在学生发展处的指挥下，全体师生共同呼号“我健康，我运动，我快乐”“我们开学啦”，响亮的口号在操场上空回荡，“不被定义，向阳而行；心怀热爱，向上生长”的合辑口号更是将八大主题的积极精神深植每一位学子心中。从暖心入校的仪式感，到活力满满的运动体验，从个人心愿的书写，到集体精神的凝聚，本次开学第一课将健康理念、成长目标、团队精神融入每一个环节，让学生在体验中感悟，在互动中成长。

本次“律动健康，向阳生长”开学第一课，是学校落实健康学校建设要求的创新实践，让学生在运动中深化对健康成长的理解，在协作中体会经纶精神的内涵。新学期，学校将继续以“健康第一”为导向，开展更多丰富多样的体育与心理健康活动，让每一位经纶学子都能拥有强健的体魄、阳光的心态，在接纳自我、勇敢拼搏中遇见更好的自己，以青春之姿奔赴成长山海，书写新时代的成长答卷。（吴爱兄）

筑牢身心健康基石 为孩子幸福人生奠基

——集团“健康第一”现场交流大会在保利小学召开

为深入贯彻“健康第一”教育理念，全面提升集团体育与健康工作质效，3月27日下午，北京市陈经纶中学教育集团“健康第一”主题现场交流大会在保利小学天街新元校区隆重举行。北京市朝阳区教师发展学院副院长孙卫华、北京教育学会相关专家代表以及陈经纶中学教育集团校长刘雪梅、党委副书记冯梅，集团各成员校校长、书记、德育主任、体育组长齐聚一堂，共话健康育人之道、共促学子全面成长。

活动伊始，与会嘉宾走进校园，沉浸式观摩保利小学小课间活动。这里的课间活动丰富有序、彰显自主，无接触眼保健操科学护眼，形式多样的微运动轻松有趣，孩子们主动参与、文明舒展，在短暂课间时光里放松身心、调整状态，生动展现了阳光向上、朝气蓬勃的校园风貌。

随后，全体人员移步阶梯教室，开启工作交流环节，会议由冯梅副书记主持。交流第一阶段，保利小学校长景朝霞带领体育组长宋田老师、年级组长代表韩琳琳老师，带来了兼具特色与实操

性的经验分享，系统介绍了学校“11031”课间活力闭环，并从体育组专业设计、年级组落地执行两个维度，详细解读“班超”体系的构建与推进路径，内容层层递进、务实具体，为现场来宾呈现了一套可复制、可推广的健康育人实践方案。

交流结束后，嘉宾们前往操场，共同观看精彩纷呈的大课间活动。校园里“跃动班超”赛事如火如荼：一二年级玩转足球，趣味十足；三四年级接力赛跑，你追我赶；五年级篮球比拼、拔河竞技，高潮迭起。运动场上，小运动员们奋力拼搏、全力以赴，场下啦啦队呐喊助威、热情高涨，整个校园被活力与欢笑包围，将“以体育人”的教育理念展现得淋漓尽致。

感受完运动竞技的蓬勃热情，第二阶段工作交流会继续推进。集团各成员校校长、书记或相关领导依次发言，围绕课间活动提质、学生体质健康提升、心理健康护航等内容分享实践成果，交流育人智慧，在互学互鉴中凝聚起集团健康育人的强大合力。

随后，集团科体艺负责人刘妮楠副主任就集团体育工作进行部署。她指出，集团将全面推进“班超”“校超”赛事体系建设，让班级联赛、校园联赛燃动各个校区，让运动成为校园常态，让每一位学生都能在赛事中强健体魄、锤炼意志、收获成长。

孙卫华副院长作专业指导，为集团体育与健康教育的高质量发展明晰了实践路径。他强调校园体育工作要找准核心抓手、抓住关键“小切口”的牛鼻子，以体育教育筑牢学生身心健康根基，从源头预防青少年心理问题；要以课程化建设夯实体育工作基础，将学生身心健康工作摆在与中高考同等重要的位置，抓实抓细、久久为功。

最后，刘雪梅校长作总结讲话，强调全体教育工作者要始终坚守“健康第一”的教育初心，并表示，集团将推出“经纶 365”促进学生身心健康支撑体系，以三大体系协同发力、全域覆盖，全方位为学生身心健康保驾护航。刘校长希望各校区及时总结实践经验、深刻反思短板不足、精准制定落地举措，以坚定的决心、务实的行动，将身心健康各项工作要求不折不扣落实到位。

未来，陈经纶中学教育集团将持续深入践行“健康第一”理念，让阳光体育扎根校园，让健康理念伴随成长，筑牢筑实学生身心健康基石，为每一个孩子的幸福人生稳稳奠基。（李媛婧）

春风化雨润桃李 烛照初心引路行

——集团召开 2026 年寒假全体教师校本培训会

2月28日，北京市陈经纶中学教育集团2026年寒假全体教师校本培训大会隆重召开。本次培训旨在总结过去一年教育教学成果，分享各校区优秀实践经验，探索新时代教育高质量发展路径。集团及各校区校长、书记，全体干部教师齐聚一堂，共研共进，为新学期蓄力启航。

领导致辞。上午的集中培训在党委书记曾广华的致辞中拉开帷幕。曾书记强调了教师专业成长与学校内涵发展的重要性，鼓励全体教师以校本培训为契机，深化教学改革，提升育人实效。随后，围绕中高考成绩与高效课堂、课程建设与拔尖创新人才培养、科学教育与科创计划、德育与科体艺心、教师专业发展、人工智能六大专题，来自各校区的17位教师代表依次登台，分享经验与思考。

“中高考成绩与高效课堂”专题。本部高中张洁老师以“共研备考路 齐思教学策”为题，剖析了备考策略与课堂增效的融合路径；本部初中张慧老师通过“素养为本 思维为核”展示了道法课堂的实践创新；保利小学汤晨老师则以“以高效课堂为基 以精准施策为翼”分享了小学提分增效的实战经验。

“课程建设与拔尖创新人才培养”专题。本部高中贯通部张静主任提出“贯成长之脉，通未来之路”，强调课程体系的贯通设计；保利分校王美慧老师聚焦“让学习真实发生”，探索指向问题解决能力的课堂变革。

“科学教育与科创计划”专题。本部高中金朝娣副主任阐述“科技领航 生态共建”的课程高质量发展思路；帝景劲松分校赵静老师展示小学科学“感·思·创”育人模式的构建与实践。

“德育与科体艺心”专题。嘉铭分校马红霞副校长以劳动教育评价架起知行桥梁；本部高中李程程副主任强调心理健康赋能学生成长；保利小学宋田老师汇报了田径大学部建设成果；本部高中赵珺老师分享了通过细节促习惯、自管自育的德育经验。

“教师专业发展”专题。帝景劲松分校侯海英老师及其团队展示了英语备课组建设的实践与成效；嘉铭分校张伟杰老师以“跬步幸得沃土，山海长伴弦歌”抒发了教师成长的感悟与感恩。

“人工智能”专题。嘉铭分校付宇婷老师探讨了技术赋能与人文坚守的历史教育之变；常欣分校马赫老师则分享了AI赋能文化遗产，将科学家精神融入小学教育的创新路径。

校长总结讲话。最后，集团校长刘雪梅作总结讲话。她高度肯定各校区的实践探索，并指出，面对教育高质量发展的新要求，集团将实施贯通育人、强师铸魂、多元成长、拔尖领航、数字赋能等五大行动，打造一体化长链条育人体系，建强新时代经纶教师队伍，夯实学生身心健康根基，探索拔尖创新人才培养路径，深化AI赋能教育。刘校长寄语全体经纶教师，要持续深化教学改革，强化协同创新，以实干精神推动学校发展迈向更高台阶。

下午，各学科教师按照培训手册安排，分场地开展学科中心活动，进一步深入研讨学科教学策略与实施路径。

本次培训内容扎实、形式多元，既有宏观战略引领，又有微观实践指导，充分展现了陈经纶中学教师队伍的专业素养与创新活力。新学期，全体经纶人将以更饱满的热情、更科学的举措，书写育人新篇章。（袁建伟）

经纶润泽桃李 心育笃行杏坛：探德育与心育的经纬融合

——全国名班主任学术论坛在陈经纶中学举行

3月28日，由全国名班主任学术发展共同体发起的全国名班主任学术论坛在北京市陈经纶中学成功举行。本次论坛以“经纶润泽桃李 心育笃行杏坛：探德育与心育的经纬融合”为主题，吸引了众多教育工作者线上线下齐聚，共同探寻德育与心育深度融合的育人密码。

《光明社教育家》对本次论坛进行了全程直播，这场教育盛会的影响力辐射全国。活动前夕，通过二维码预约参与的教师人数便已突破预期，充分彰显了大家对本次论坛的热切期待。直播期

间，线上线下共同掀起了学习热潮，观看人数近5千人，点赞量高达3.7万次，展现了论坛的吸引力与认可度。论坛结束后，广大教师反响热烈，纷纷申请回看视频，希望持续深化学习论坛的育人理念与实践经验。

活动伊始，中国教育学会班主任专委会副秘书长、《班主任理论与实践》主编刘俐宏担任本次论坛主持，她表示德育与心育正如锦绣经纬，一纵一横交织出学生完整丰盈的精神世界，本次论坛紧扣时代育人需求与“健康第一”教育理念，旨在搭建理论与实践交融的交流平台，推动育人工作从“育分”走向“育人”，为青少年身心健康发展筑牢根基。

天津市教育科学研究院德育与教育心理研究所所长、天津市中小学学生发展指导中心主任李勇作“以德育心：新时代心理健康教育的政策演进与理论逻辑”主题分享。李所长系统梳理了我国中小学心理健康教育从“缓解症状、解决问题”到“育德与育心相结合”的政策演进脉络，深入解读十七部门专项行动计划、中小学生心理健康十条措施等核心文件，阐明“以德育心、以智慧心、以体强心、以美润心、以劳健心”的五育并举逻辑。他指出，心理健康教育应从“治己病”转向“治未病”，实现从心理调适到精神重塑的升级，为班主任开展心理健康工作提供清晰理论指引与实践方向。

北京市朝阳区教师发展学院副院长于永强作“浅谈德育与心育深度融合的育人机理与实践逻辑”主题分享。于副院长结合数智时代教育变革，阐释德育与心育深度融合的时代必然性。他紧扣教育部心理健康十条措施与“健康第一”理念，从政策导向、构建原则、主体激发三方面展开，提出“德育铸魂、心育立身”核心观点，强调以幸福学习、完整生活、行动主体为融合基点，遵循正面教育、协同共建等原则，以“新、心、芯、馨”四维路径推动德心一体落地，为一线班主任打开德心融合育人的全新实践视野。

北京市陈经纶中学本部高中校长徐琳作“经心育良才·纶德润芳华”主题分享。徐校长立足陈经纶中学集团化办学实践，系统介绍“一核两集三横四纵”管理模式与小初高一体化育人路径，深度解读“经纶六星·学而事人”课程体系，并围绕“向阳365”心育品牌，展现AI预警、分层干预、贯通课程的全链条心育机制，充分呈现出校本化、可操作、全覆盖的德心融合育人样板。

本部高中德育主任吴爱兄作“以‘三位一体+心育融合’构建学业压力管理与身心调整实践体系”主题分享。吴主任结合学生学业压力现状与传统育人短板，系统阐释目标、规划、行为“三位一体”学业管理框架，搭配心育融合支撑与学段差异化培育策略，通过纵向贯通、横向协同的落地路径，切实提升学生压力应对与自我管理的能力，让学业减压与身心健康同向发力、同步见效。

本部高中德育副主任、心理教师李程程作“构建全域心育体系·护航学子阳光成长——陈经纶中学心育体系建设实践”主题分享。李程程副主任立足学生成长现实需求，全面介绍学校六年一贯贯通式表达性心育课程，分享多学科渗透心育的鲜活课例，展示数智赋能精准识别、全天候心晴驿站支持平台与四季润心品牌活动，以家校社企四方协同织密守护网络，让心育真正融入校园每一处细节、陪伴学生成长每一步。

本部高中贯通部初中班主任余慧作“融德育于心，伴少年同行”主题分享。余老师立足初中

学生成长特点，以贴近日常的教育视角，分享了“班级微光”认领制、“心灵悄悄话”信箱等暖心做法，系统介绍“情绪小驿站”系列主题班会，构建归属感、素养、价值观三维一体德育心育融合体系，用陪伴与接纳走进学生内心，让德育从说教转为温暖守护，生动展现一线班主任以心育滋养德育的育人智慧。

本部高中班主任张楠作“于寻常处见微光·在细节处抚人心”主题分享。张老师从浸润式班级文化、精准化主题活动、专业化心理委员培养、协同化家校共育四个维度，分享心晴角落、微光勋章、夸夸乐大会、压力拆解工作坊等走心做法，把心育融入班级日常的每一处细节，用微小而持续的温暖照亮学生心灵，在平凡教育场景中书写着有温度、有力量的育人故事。

春风化雨润桃李，德心相伴育新人。一场思想的相遇，一次育人的同行，希望大家以心为灯、以德为壤，让每一个生命都被温柔守护，在温暖与光亮中自在舒展、向阳生长。（余慧）

本部高中校区举行学雷锋主题教育暨 校园志愿服务公益岗揭牌仪式

为更好地传承和弘扬雷锋精神，践行经纶“学而事人”的光荣传统，3月5日，2026年学雷锋纪念日之际，北京市陈经纶中学本部高中校区举行学雷锋主题教育暨校园志愿服务公益岗揭牌仪式。本部高中党总支书记程木昌、德育主任吴爱兄和骨干学生干部代表一同参加。活动由校团委副书记杨鸿菲主持。

活动中，校团委书记王非凡老师为骨干学生干部代表讲授以“雷锋精神与‘学而事人’优良传统”为主题的微团课，从雷锋的生平事迹出发，还原了一个真实的、有血有肉的青年雷锋，号召全体团员青年学习雷锋同志所表现出的热爱党、热爱祖国、热爱社会主义的崇高理想和坚定信念，服务人民、助人为乐的奉献精神，干一行爱一行、专一行精一行的敬业精神，锐意进取、自强不息的创新精神，以及艰苦奋斗、勤俭节约的创业精神；同时号召共青团员、骨干学生干部担当好“关键少数”的角色，做好“枢纽点”和“传声筒”，把包括雷锋精神在内的党的精神谱系传递到广大青年当中，形成崇善向美、乐于奉献的良好校园环境。

团委副书记余之乐解读了《本部高中校园志愿服务公益岗管理方案》。为在校园内创造更多的青少年实践锻炼平台，校团委牵头开发了校园志愿服务公益岗，整合校内场馆资源，指导和组织学生开展场馆日常管理维护、实验仪器设备保养等校园志愿服务工作，将劳动教育与校园志愿服务有机结合，促进学生的全面发展。

程木昌书记、吴爱兄主任和志愿者联合会主席董鋆棠共同为校内志愿服务公益岗揭牌；董鋆棠代表志愿者联合会解读岗位标识牌的设计理念；吴爱兄主任介绍校内志愿服务公益岗和后续校外志愿服务基地的开发情况。

程木昌书记在总结讲话中，以“登山中的一件小事儿”为切入点，向同学们介绍了在登山过程中，攀登者自发处理沿途登山遗留物的故事，诠释了如何在生活里、小事中践行雷锋精神。

随着新学期的开始，更多校内外志愿服务活动将同步启动，更多经纶学子将投身“学而事人”

的实践中，以青年力量推动经纶第二个百年的新发展。（王非凡）

规划启航 “职” 引未来

——本部高中校区学生现场观摩第三届全国大学生职业规划大赛决赛

第三届全国大学生职业规划大赛北京市赛总决赛于3月5日至13日在中国地质大学(北京)、中国石油大学(北京)等六所院校举行。为了强化生涯教育，照亮未来人生坦途，3月12日，数十名经纶学子前往中国石油大学进行现场观摩学习。同学们怀揣着对未来的赤诚之心，认真听讲，学习职业发展的“多元方向”。

这不仅仅是一场普通的观摩，更是一次跨越青春与未来的对话。当我们踏入赛场，明亮的灯光、有序的展位、专注的选手，瞬间点燃了大家的热情。此前对“职业规划”的模糊认知，在这一刻开始变得具体而鲜活，仿佛有了清晰的轮廓。

本次大赛以“筑梦青春志在四方，规划启航职引未来”为主题，来自北京各高校的优秀学子们结合自身专业特长与兴趣爱好，清晰阐述生涯发展规划，展现出扎实的专业素养、清晰的职业认知与昂扬青春风采。

那位梦想成为一名航空器轨道工程师的学长，怀着为中国航空航天工程贡献力量的决心，以优异的专业能力，给同学们带来深刻的印象。

那位立志成为中西双语主持人的学子，梦想用语言搭建文化沟通的桥梁，让中华优秀传统文化在国际舞台绽放光彩。

那位深耕儿童用药安全领域的选手，计划钻研药学与儿科医学的交叉学科，为孩子们量身打造更安全、更精准的用药方案。

那位心怀科技报国之志的生物工程师，誓要在基因技术等前沿领域攻坚克难，用科技创新守护人类健康。

.....

从严谨的职业规划陈述，到精彩的岗位胜任力展示，再到从容的评委答辩环节，每一位参赛选手都用实际行动诠释了“早规划、早准备、早行动”的重要性。每一个梦想，都如此具体而炽热。

正所谓“要想壮志凌云，先要脚踏实地”，这些有理想有担当的青年们不仅有敢立志、敢亮剑的热血志气，更有为了梦想上下求索、锲而不舍的奋斗精神。相信在场的同学们会受到学长学姐的感召，会为了梦之所向不断踔厉奋发，勇毅前行。

以赛为引，启思未来。此次观摩学习，是本部高中学生一次意义非凡的课外实践活动，让我们真切目睹了学长学姐们的卓越风采并感受到新时代青年的青春担当。青春本身即有无限可能。

作为高中生，我们正处于规划人生的关键时期。未来，我们将以赛场的优秀选手为榜样，在深耕学科知识的同时，主动探索职业方向，不断提升综合素养，让青春在有目标、有规划、有奋斗的日子里绽放光彩。（蔡昊博 叶含之）

部分学生观赛感言

走进大学生职业规划大赛的现场，我倍受震撼，也倍受激励——学长学姐们以优异的成绩，丰富的工作履历，专注的细致的实地调研，为未来就业筑基，为实现目标而不懈努力。

他们之中，有立志在航空航天领域，设计尖端飞行器的新一代航天人，有描绘低空经济蓝图，以实现缩短通勤时长的有志青年，还有以中国声音，解说好每一次比赛，讲好中国故事的播音新星。他们以身体力行，激励着我全面发展，将学习知识、丰富履历及提高个人素质紧密结合，并平衡好时间，统筹兼顾学业与生活；他们以自己的不懈追求，启发我紧紧向目标靠拢，从小培养兴趣，接触相关知识，随着年龄与见识的增长，有针对性地制定计划，把学术要求与实干经历有机结合。

职业规划大赛的观摩学习，让我体悟了什么才是对自己的未来负责，什么才是真正的规划。它从来不是纸上和屏幕上的文字与表格，更是凝聚心血与付出的结晶。

——高二1班 袁金子博

今天听到了很多跟 AI 有关的职业，比如 AI 安全领域，AI 训练领域，在从前只有一个模糊的概念“近些年人工智能是发展热点”，然而从来没有对这些职业路径和去向了解得如此清晰。

最令我动容是一位来自北航的同学。依托北航的优秀资源，他得以在大学阶段就能进入航天院所实习。他说，“在大学阶段我学习的是如何在理论上最优的解决问题，每一步都是标准答案算好的，但是在工作中是需要考虑到操作的人，考虑到成本，才能成为一位成熟的航天器控制工程师。”他的分享获得了非常高的分数，其实也提醒我们，在选择专业的时候，除了自己的个人爱好以外，国家的需求和发展战略也是要考虑的重要一项。

无论以后做什么工作，都需要在高中阶段进行积累，考到理想的高校。在大学阶段也不能一味放松玩乐，更要心怀目标，对每个阶段要达成的成就进行细致的规划，才能把握好进入工作前的时间，为自己积累下最多的履历与能力。

他们的优秀让我们惊叹与羡慕，然而对于我们来说，我们的未来亦无比可期。对于我们的发展之路来说，我们走在哪，路就在哪。

——高二1班 高梓浚

时隔一年，再次来到全国大学生职业生涯规划大赛现场观摩。曾经，我对学长学姐的讲述只有由衷的赞叹；而今，更多的是在心里种下了追求的目标。我忽然发现，原来大二的生活，也可以如此充实而耀眼——有那么多值得奔赴的事情，那么多丰富的经历，那么多闪闪发光的可能。北航、清华学长们扎实的科研能力、从容自信的表达；北体学姐在赛事组织、解说与志愿工作中的丰富履历，更让我深深着迷。当得知她竟是手机里那段首金解说的幕后声音时，一种不真实的梦幻感涌上心头。在台下，他们也是洋溢着青春活力的大学生，却在自己的领域闪闪发光，追逐心中理想。优秀离我并不遥远，因为榜样就在眼前。

——高二1班 张皓晴

这次的观摩活动让我印象深刻，深有感触。参赛的大学生们都是在各自专业很有竞争力的佼

佼佼者。他们对自己的发展目标十分清晰并稳步强化自己在学术生活和社会生活的各项能力。我看到了他们扎实的学术基础、丰富的实习实践经历以及全面的控场能力、应变能力。这让我深刻体会到高中生到大学生这短短几年的时间竟会让我们有如此全面的成长。新的时代不需要只会埋头苦学的“书呆子”，而是需要能将理论知识与实际生活相结合，并有很强的社会生存能力的全能人才。再看他们的职业目标都仅仅围绕着科技发展、文化创新等当今社会的热点发展主题。我从他们的演讲中也了解了很多我曾经不知道的新职业。这也体现了当代青年要将自身理想与国家发展紧密结合的时代要求。

——高二 1 班 杜少琨

现场观看大学生职业规划大赛总决赛，我深受触动。各位学长学姐目标清晰、步履坚定，从 6G 通信到航天工程，从绿色金融到适老化设计，每一份规划都扎根热爱、立足社会需求。他们让我明白，职业规划不是空想，而是从现在开始明确方向、持续努力。我也将以此为榜样，认真规划学业，脚踏实地，向着理想勇敢前行。

——高一 1 班 王茗源

观看大学生未来职业规划大赛，我深受触动。参赛选手来自 AI 大数据、生物工程、AI 音乐、低空飞行、医药研究、体育解说等不同领域，均是专业中的佼佼者。他们目标明确、思路清晰，对未来有着坚定的规划与追求。这场比赛让我见识到各领域青年人才的风采，也激励我以他们为榜样，明确方向、脚踏实地，努力成为更优秀的自己。

——高一 1 班 韩恩泽

观看了中国石油大学的职业规划赛，白静怡学姐的 AI 音乐训练师规划令我耳目一新。她用代码解析旋律，以算法赋能艺术，这种跨学科的巧思让我看到了未来职业的无限可能，感受到文理交融的独特魅力。张翰予学姐的体育解说员规划则让我肃然起敬。她不仅打磨外形与播音腔，更扎根北京体育大学，与运动员一同挥汗，用心揣摩每一个项目的灵魂。唯有真正理解运动，才能为观众传递赛场内外的热血与温度。这场职业规划赛，让我看见了梦想最生动的模样。

高一 2 班 张月玥

青年学子胸有丘壑、目有繁星，以清晰航向锚定人生坐标，将个人理想深深融入国家发展大局，在时代舞台上绽放青春担当、书写报国初心。赛事以赛促学、以赛促行，不仅点亮了逐梦路上的前行灯塔，更激励我们以科学规划为帆、以脚踏实地为桨，在强国建设、民族复兴的壮阔征程中勇毅笃行、不负韶华。

——高一 4 班 刘思辰

观看第三届全国大学生职业规划大赛北京市赛总决赛，我深受触动与启发。赛场上，选手们或锚定科创赛道攻坚克难，或扎根基层一线践行初心，立足专业、贴合时代的职业规划，兼具清晰定位与扎实落地路径。评委的专业点评更打破了我对职业规划的认知误区，也让我下定决心锚定成长方向，深耕专业本领，以清晰规划稳步走好职业成长之路。

——高一 4 班 张翔志

听大学生哥哥姐姐讲他们的故事，像是推开了一扇小小的窗。有人说他因为一本偶然翻到的书选择了生物医药，有人说她在学校找到了未来的方向。原来人生的路，可以这样安静地生长，像树一样，不知不觉就有了枝桠。也许职业规划，并不是要现在就画出未来的模样，而是学会在心里留一块地方，种下一点光。

——高一3班 刘珈睿

春启新程 思辨筑梦

——本部高中校区高一贯通班开展班级辩论赛

为培养学生批判性思维、语言表达与团队协作能力，营造勤学善思、求真明理的班级文化氛围，3月24日，北京市陈经纶中学本部高中高一年级四个贯通班联合举办了主题鲜明、思想深刻的系列辩论赛。

各班辩题分别为：知识是学习的工具/目的；高中学习更应该以兴趣/就业为导向；当今社会，青年人学习应更注重广度/深度；过程/结果更能体现青年人的奋斗价值。本次辩论赛精心设计了四个紧贴高中生学习生活与时代关切的辩题，由四个贯通班内部小组进行辩论。比赛形式为紧张刺激的自由辩论环节，展开了四场精彩纷呈的思想交锋。

知识是学习的工具还是目的？正反双方就知识的本质与学习行为的终极意义展开深层探讨，引导学生反思学习动机与知识价值的辩证关系。高中学习更应该以兴趣为导向还是以就业为导向？辩论紧扣个人发展与现实规划的矛盾与统一，激荡出关于理想追求与社会需求如何平衡的多元思考。当今社会，青年人学习应更注重广度还是深度？面对信息爆炸与专业细分的时代背景，双方辩手阐述了“博”与“专”在不同维度对青年成才的重要性。过程与结果，何者更能体现青年人的奋斗价值？这一辩题直指奋斗意义的核心，引导同学们审视成长路径，珍视奋斗历程中的收获与淬炼。

比赛过程中，各支队伍准备充分，逻辑清晰。开篇立论观点鲜明，自由辩论妙语连珠。辩手们或引经据典，或结合现实，展现了同学们良好的知识储备、敏捷的思辨能力和蓬勃的精神风貌。

此次贯通班辩论赛，不仅是一场语言与智慧的竞技，更是一堂生动的思维拓展与价值引领课。它成功地为同学们搭建了一个交流思想、展示才华的平台，在观点的碰撞与融合中，促使大家更深入地思考个人成长、学习意义与时代责任，有力提升了学生的核心素养，进一步浓郁了校园学术氛围，为同学们的全面发展注入了新的活力。（王景珊）

笔墨书香迎新岁

——本部初中校区开展写“福”字·书春联寒假实践活动

为深入推进传统节日文化教育，丰富学生实践体验，寒假期间，北京市陈经纶中学本部初中校区开展了“经纶贺岁·品味新春”新年成长实践系列活动。活动围绕“团圆烟火”“笔墨书香”“少年担当”三大主题，引导学生在劳动体验、文化传承与责任担当中感受年味、收获成长。其

中，“笔墨书香——写‘福’字·书春联”主题实践活动，以翰墨为媒、以文化润心，引导学生在挥毫泼墨中感受中华书法之美，在春联创作中体悟传统节日内涵，在亲子共写中厚植家国情怀。

挥毫写“福” 墨香里的新春祝愿

同学们铺开红纸、研墨提笔，在一撇一捺中书写“福”字。有的端庄工整，结构严谨；有的舒展大气，笔意灵动；还有的融入创意设计，别具特色。

一张张火红的“福”字，既是书写能力的展示，更承载着同学们对新年的美好祝福。

春联创作 文字里的文化传承

在书写“福”字基础上，同学们还创作、书写春联。他们查阅资料、推敲词句、设计横批，一副副寓意吉祥的春联跃然纸上：写家风家训，写勤学志向，写祖国昌盛，写幸福生活，笔墨之间，是文化理解的深化，也是审美素养的提升。

亲子共写 年味里的温情时光

本次活动倡导亲子共同参与，也呈现出温馨生动的家庭互动图景。不少家庭围坐桌前，共写春联、共贴“福”字，笔墨间流淌着浓浓年味。家长耐心指导书写技巧，娓娓讲述春联习俗；孩子们分享创作思路，表达新年祝愿。还有的家庭中，兄妹同执一笔、相互切磋，在合作书写与交流探讨中增添了节日的欢声笑语。在亲子与手足互动中，传统文化不再是书本里的知识，而成为真实可感、温暖生动的生活体验。

张贴迎春 定格幸福瞬间

完成书写后，同学们将作品张贴家中门楣、客厅或书房等显眼位置，并用镜头记录下这一喜庆而温馨的时刻。火红的春联映衬着笑意盈盈的脸庞，饱满的“福”字承载着对新年的美好期盼。有人定格下张贴瞬间的仪式感，有人记录全家合影的幸福画面，还有人展示成品特写与创作故事。一幅幅充满年味的影像，不仅展现了实践成果，更珍藏了家庭团圆的温暖记忆，让传统节日的文化底色在生活场景中愈发鲜活生动。

翰墨迎春，福满万家。“品笔墨书香”主题实践，让同学们在挥毫书写中感受年俗魅力，在亲子互动中体悟家庭温情，在实践体验中厚植文化自信。一笔一画写下的不仅是新春祝福，更是对中华优秀传统文化的传承与弘扬。新岁启程，愿经纶学子带着这份书香底色与文化滋养，心怀热爱，向美而行，在未来的成长道路上续写更加精彩的青春华章。（本部初中德育处）

经纶灯火映团圆 上元游园启新篇

——本部初中校区 2026 元宵游园会圆满落幕

为传承元宵民俗文化，践行“健康第一”教育理念，让全体学生在节日氛围中锤炼体魄、滋养心灵，3月3日，北京市陈经纶中学本部初中校区隆重举办“经纶灯火映团圆·上元游园启新篇——2026年元宵游园会”，全体在校学生齐聚一堂，在趣味互动中解锁健康成长新方式，以饱满活力开启新学期美好篇章。

本次游园会以“融合民俗、锤炼身心、传递温暖”为宗旨，紧扣“健康第一”教育导向，打

破传统游园单一娱乐模式，将民俗体验、体能锻炼、心智培养有机结合，精心设置8个特色点位，既让学生感受传统节日的魅力，更让健康理念融入活动每一个环节，实现“玩中学、动中健、乐中长”的育人目标。

活动现场暖意融融、活力满满，学生们手持“游园闯关卡”，有序穿梭在各个摊位之间，在欢声笑语中参与挑战、收获成长。“星跃未来场”设置跳绳、踢毽子两大体能项目，让每一位孩子都能参与其中、突破自我。

“经纶游艺场”的投壶项目，考验学生的专注力与肢体控制能力，学生们站在线外，凝神聚力、稳步射箭，在一次次尝试中锻炼耐心、锤炼意志，在竞技互动中释放学习压力。

“星河对弈局”里，五子棋、跳棋的趣味对弈，让学生在思维交锋中放松心情、缓解焦虑，既锻炼了逻辑思维能力，也培养了良好的心态，实现了心理健康与智力发展的双向奔赴。

民俗体验与健康理念深度融合，让游园会更具温度与内涵。“灯谜状元坊”前，学生们驻足沉思、积极抢答，在破解灯谜的过程中激活思维、增长知识，在轻松氛围中运用知识；“福满人间坊”内，美术老师现场指导学生书写福字，一笔一画间，不仅传递了节日的美好祝福，更培养了专注力；“上元甜暖站”里，学生们亲手包元宵、品元宵，让学生在体验劳动乐趣、感受传统美食魅力的同时，增加烟火人间的温暖体验。

活动遵循“全员参与、健康为先”的原则，既鼓励学生全面参与各个摊位，在体能、心智、动手能力等方面全面提升，也引导学生在挑战中培养坚韧品格、合作意识。

整个游园过程中，学生们自主参与、互帮互助，在运动中收获快乐，在互动中增进情谊，在体验中感悟健康的重要性，让“健康第一”的理念深深扎根心底。

此次元宵游园会，是本部初中将传统民俗文化与健康教育有机融合的生动实践，既让学生在沉浸式体验中传承了中华优秀传统文化，更以趣味化、互动化的方式，推动“健康第一”教育理念落地生根。未来，本部初中将持续将健康教育融入校园生活的方方面面，丰富体育活动形式，完善健康育人体系，让每一位学生都能在健康、快乐、向上的环境中锤炼强健体魄、涵养阳光心态，成长为德智体美劳全面发展的时代新人。（本部初中德育处）

百日砺剑 逐梦中考

——本部初中校区中考百日誓师大会圆满举行

春潮澎湃启新程，战鼓催征勇向前。为坚定初三学子中考备考信念，激发冲刺斗志，3月17日下午，北京市陈经纶中学本部初中校区隆重举行“百日砺剑，逐梦中考”中考百日誓师大会。学校领导、初三年级全体师生齐聚操场，以昂扬之姿共赴百日之约，吹响中考冲刺的嘹亮号角。

大会伊始，一场趣味盎然的团队互动拉开帷幕，珠行万里的接力传递中，同学们凝神聚力衔接轨道；合力搭建的挑战里，大家分工协作，配合默契。每一次衔接、每一次搭建，都让同学们深刻体悟到团结一心、众志成城的力量。

伴随着激昂的上场音乐，誓师大会正式开启。初三4班梁永杰同学作为学生代表登台发言，他结合备考心路与团队活动感悟，抒发了全体初三学子直面中考、奋勇争先的坚定决心，字字铿锵，尽显少年意气。

师者如灯，引路前行。教师代表刘爱老师上台送上寄语，她结合教学经历分享实用备考经验，以温暖的话语传递殷切期望，让学子们感受到老师的陪伴与支持。随后，初三年级各学科组教师依次上场，手持祝福牌许下郑重承诺，一句句真挚的寄语、一声声坚定的誓言，彰显了全体教师与学子同心同力、共战百日的决心，让现场学子备受鼓舞。

赵黎黎校长在讲话中充分肯定了初三年级学子的备考付出，结合中考形势为同学们明确了百日冲刺的方向与要求，叮嘱大家珍惜时光、脚踏实地，以良好的心态迎接挑战，同时向学子们传递了学校的全力支持，为全体初三师生注入了强大的精神动力。

誓言铿锵，初心如磐。初三2班李天凯同学作为领誓人，带领全体初三学子以青春的名义庄严宣誓。洪亮的誓言响彻操场，字字句句凝聚着学子们的壮志豪情，也定格下他们百日攻坚的坚定信念。

随后，同学们相互为彼此系上“中考必胜”红绸带，红绸相系，心意相通，将同学间的鼓励、陪伴与祝福化作前行的动力。一抹红绳，承载着金榜题名的美好期许；一份情谊，凝聚着携手共进的备考力量。

此次百日誓师大会，不仅为初三学子营造了浓厚的备考氛围，更让大家在仪式感中坚定了备考信念，凝聚了班级向心力。百日征程，始于足下；砺剑百日，决胜中考。相信2026届初三学子定能以此次誓师大会为起点，将信念化为行动，将拼搏写满百日，以昂扬的姿态、扎实的努力迎战中考，用汗水浇灌梦想，用拼搏书写青春华章，在今夏的中考考场上交出最满意的答卷！（本部初中德育处）

以沟通为桥 赴心灵之约

——本部初中校区开展青年教师研究会心育专题研讨

在3月24日举行的北京市陈经纶中学本部初中校区青年教师研究会第二次会议上，一场以“聚焦心育·赋能沟通·共促成长”为主题的心育专题研讨，如同投入湖心的一颗石子，激起了关于教育本质、师生关系与专业成长的层层涟漪。

一张纸的褶皱，一堂课的深意：当“非暴力沟通”走进初一课堂

马嘉骏老师的面向初一学生的一节心理健康课《有话好好说》，清晰对比了“暴力沟通”与“非暴力沟通”的天壤之别。课堂活动形式生动有趣，并通过角色扮演等方式，让学生在实践中体会非暴力沟通的重要性。马老师提出“非暴力沟通”四步法——观察、感受、需要、请求，将理论方法的学习与情感态度的培养有效结合，实现了认知、情感、行为目标的螺旋式上升与深度融合。

从“我说你听”到“我们沟通”：评课中映射的教师成长与转变

青年教师王晨曦的反馈体现了对课堂效率与多元尝试的关注，她建议可以分组完成全部四个情境练习，以最大化利用教学资源。

而张慧老师的分享，则更具冲击力地揭示了“非暴力沟通”理念对教师自身教育行为的重塑。作为一名新班主任，她坦诚地反思了自己的转变：“之前可能会直接指责迟到的学生”，但在学习了相关方法后，她尝试用更平和、协商的方式沟通。她发现，当自己放下指责，表达对接时上课的需要和请求时，“学生的态度明显软化，眼神中透露出被理解的触动。”这种从“评判行为”到“表达需求”的转变，让她深刻体会到：“班主任工作的本质——不是用权威压制，而是引导学生主动跟随。”

赵紫薇老师则通过分享马嘉骏老师与学生相处的多个案例（如组织淘气学生活动、耐心疏导考场学生），印证了基于共情与尊重的沟通方式所能产生的巨大教育力量。

张会会老师在评课中精准地指出，课程的导入环节——“揉皱的纸”互动实验这一设计成功地将“语言暴力的伤害”这一抽象概念，转化为学生可感可知的具身体验。“这种符合初一学生心理特点的活动设计，既解决了抽象概念教学难点，又抓住了该年龄段学生偏好体验式学习的特点。”

从“经验感知”到“专业审视”：LICC 框架下的课堂观察进阶

董秋平老师重点介绍了崔允漉教授的 LICC 课堂观察模式，即从学生学习(L)、教师教学(I)、课程性质(C)、课堂文化(C) 四个维度，包含 20 个视角和 68 个观察点进行系统化课堂诊断。董老师强调，青年教师应借助此类专业工具，从看“热闹”转向看“门道”，实现从“经验型”到“专业型”听评课者的转变。

教育的温度：在沟通中抵达，在尊重中升华

赵黎黎校长在总结讲话中表达了对本次研讨活动的肯定。她表示，许多师生、家校矛盾的本质，在于沟通陷入“情绪对抗”而非“就事论事”；并强调“亲其师，信其道”的基础在于教师的共情能力。

这场关于“沟通”的研讨，始于一张被揉皱的纸，却指向了如何抚平心灵可能产生的褶皱。当学生开始有意识地运用“非暴力沟通”，他便不仅在使用一种方法，更是在营造一种文化：一种拒绝暴力语言、滋养彼此生命成长的文化。这，或许正是“赋能沟通”最深远的寓意——赋能学生，最终让整个校园，充满温柔而坚定的生长力量。

本次研讨不仅是一次常规的听课评课，更是一次理念的碰撞、方法的淬炼与共识的凝聚。从具体的课堂设计到抽象的沟通哲学，从青年教师的实践困感到资深教师的专业引领，让大家得以窥见学校如何在细微处着力，赋能师生，让教育真正抵达心灵。（张会会）

淬能砺志勇担当 凝心聚力筑校园

——保利分校开展初中学生干部与值周生能力提升专项培训

为进一步提升初中学生干部综合素养与工作能力，强化值周生责任意识与服务水平，打造高

素质学生管理队伍，营造文明有序、和谐向上的校园氛围，3月2日，北京市陈经纶中学保利分校开展初中学生干部与值周生能力提升专项培训。本次培训由学生发展处副主任刘雪亮主讲，校学生会各部门成员、各班班长及全体值周生参与本次培训。培训紧扣“提升能力、服务同学、共创美好校园”核心宗旨，为新学期校园学生管理工作有序开展筑牢基础。

本次培训分为学生干部专项培训与值周生岗位培训两大板块，层层递进、精准赋能。在学生干部培训环节，培训内容围绕班长工作与学生会干部工作两大核心展开。班长工作培训聚焦打造优秀班集体核心力量，明确班长作为师生桥梁、班级管理核心的定位，系统讲解班干部队伍建设与班级一日常规制定落地的方法：一方面要求班干部明确班长、学习委员、纪律委员等各岗位职责，做到分工协作、沟通凝聚合力，通过定期召开班委会、倾听同学意见提升服务质量；另一方面强调班级一日常规制定需遵循民主、可行性、激励性、全面性四大原则，执行中要做到宣传到位、榜样示范、检查监督、奖惩分明，让班规成为班级管理的有效准则。

学生会干部培训则围绕“服务全校师生，引领校园风尚”展开，先明晰学生会主席团、学习部、纪检部、文体部、宣传部、广播台、卫生部的组织架构与各部门核心职责，明确主席团统筹全局、各部门各司其职的工作体系：学习部负责学风建设与学术活动组织，纪检部聚焦校园纪律检查与值周工作管理，文体部统筹校园文体活动与物资管理，宣传部承担校园宣传与礼仪服务，广播台传递校园资讯与节日氛围营造，卫生部负责校园环境与健康检查。同时，对学生会干部提出责任心强、服务意识、团队精神、以身作则、积极创新的常规工作要求，引导学生会成为连接学校与学生的坚实桥梁。

值周生岗位培训环节，学校围绕值周工作制定了清晰的总体要求与详细的岗位安排，以“进校好、纪律好、卫生好、上操好、离校好、用餐好”为核心标准，明确值周生工作需坚守责任心与服务意识、公正公平、认真记录、及时反馈的通用原则。培训还对值周岗位进行详细示范讲解，明确各岗位的区域、时间与具体职责，确保值周工作闭环推进，让每一位值周生清晰岗位要求、明确工作方向。

培训最后，学生发展处主任赵鑫进行活动总结。她充分肯定本次培训的实效与意义，强调全体学生干部要秉承“学习不耽误，工作负责任，品格有成长”的态度深耕学生工作，在做好自身学业的同时，认真履行岗位职责，在实践中锤炼品格、增长才干，真正发挥学生骨干的示范引领作用。

此次培训既是一次工作职责的明确会，也是一次工作方法的指导会，为学生干部和值周生搭建了学习交流的平台，让参训学生不仅找准了自身工作定位，更掌握了科学的工作方法与沟通技巧。参训学生纷纷表示，将把培训所学切实运用到新学期的实际工作中，以高度的责任心履行岗位职责，以身作则、勇于担当，充分发挥模范带头作用，在服务同学、管理校园的过程中凝聚集体力量，用实际行动为建设文明和谐的美好校园贡献自己的一份力量。（刘雪亮）

山海可赴 未来可期

——崇实分校隆重举行 2026 届中考百日誓师大会

3 月 16 日，北京市陈经纶中学崇实分校 2026 届初三学生齐聚一堂，隆重举行“山海可赴·未来可期”中考百日誓师大会，正式吹响冲刺中考的号角。

大会在庄重的氛围中拉开帷幕。高殿君校长发表动员讲话，回顾三年来同学们的成长历程，勉励大家以百日冲刺的拼搏精神迎接中考挑战，并带领全体学生庄严宣誓。

随后进入“青衿岁月 似水流年”篇章，一段精心剪辑的视频带领师生重温从初一入学到初三奋斗的点滴瞬间，温馨画面引发强烈共鸣。学校对上学期表现优异的学生进行表彰，颁发志愿服务、学习进步等十余项荣誉，激励全体学生以榜样为镜，奋勇争先。这份荣誉不仅是对过去的肯定，更是对未来的期许，让同学们在感动中积蓄前行的力量。

表彰的余温未散，“且听风吟 静待花开”环节将大会推向高潮。各学科教师代表依次登台，结合学科特色送上祝福：语文组以“诗韵逐梦”开启古诗接龙互动，数学组寄语“解人生方程”，英语组传递“能量棒”，物理组鼓励“万物有‘理’”，道法组强调“道法必‘燃’”，体育组则以“篮球筑梦”点燃全场热情。老师们别出心裁的祝福与寓意深刻的礼物，让同学们倍感温暖与鼓舞。

当老师的期许化作前行的动力，“百日磨砺 奔赴荣光”篇章接踵而至。家长代表通过书信传递殷切期望。

班主任带领各班高喊誓师口号，铿锵誓言响彻会场。随后，全体师生在横幅上郑重签名，写下对未来的坚定承诺。大会尾声，张晔副校长带领教师团队庄严宣誓，为同学们保驾护航。

此次誓师大会不仅是对百日冲刺的动员，更是一次凝聚家校合力、激发拼搏精神的盛会，让同学们深刻认识到“百日虽短，奋斗可期”，激励着全体初三师生以更饱满的热情、更坚定的信念，携手奔赴六月辉煌，书写青春无悔篇章。（张晔）

金榴焕彩赴征程 百日同心耀辉煌

——民族分校 2026 届初三中考百日誓师活动圆满举行

3 月 14 日，北京市陈经纶中学民族分校在怀柔生存岛隆重举行以“金榴焕彩赴征程 百日同心耀辉煌”为主题的 2026 届初三中考百日誓师活动。校领导、教育教学干部及初三年级全体师生参加活动。活动将励志动员与素质拓展深度结合，既是冲刺中考的庄严誓师，也是磨砺意志、凝聚团队、铸牢中华民族共同体意识的生动实践。

誓师仪式

活动中，崔凯副校长致辞，向全体初三学生提出殷切期望，勉励大家在中考前的最后一百天坚定信念、全力以赴，树立中考必胜的决心，以奋斗姿态迎战中考。

初三年级组王志海老师代表全体教师送上祝福，寄语同学们在百日拼搏中创造无限可能、书写精彩答卷。学生代表杜依依、张笑然代表全体初三学生向师长表达诚挚感谢，并号召全体学生

以破釜沉舟之勇、脚踏实地之行冲刺百日，用优异成绩回报父母、献礼学校、成就自我。

全体师生面向战旗郑重宣誓，誓言铿锵、斗志昂扬。德育副主任黄园园作动员讲话，鼓励同学们勇于挑战、攻坚克难，坚定夺取中考胜利的信念。全体教师为学生佩戴太阳花手花，寓意学子向阳生长、一举夺魁、前程似锦。

素质拓展

生存岛挑战活动中，同学们在“飞檐走壁”项目中，昂首挺胸，一路高歌，和老师们一起翻山越岭，跨越重重阻碍，体验长征路的艰难与智慧。800米趣园体验活动，同学们在空中栈道、静思湖、平衡木、大转盘、集体秋千等项目中，不断挑战自我，欢笑声充满趣园。

高15米的攀岩项目，四面九道、由易而难，不仅是臂力、体力的比拼，更是意志品质的磨练。同学们奋力挑战，感受登高过程的艰难，更体验登顶鸣钟的喜悦。久违的交通工具——“愚公移山”项目，需要体能和技巧的完美结合。同学们小组配合，护车护粮，体验了战争年代人民群众热火朝天运送公粮的热情与艰难。

“动力火车”项目中，同学们开动大脑，双手灵巧用力，齐心协力向前冲，在沸腾的加油声中冲向终点。“步调一致”项目中，同学们一遍又一遍练习，体现了齐心协力、勇往直前的团队精神。

签下决心

最后，全体师生满怀信心地在横幅上签下自己的名字，可谓“黄沙百战穿金甲，不破楼兰终不还”。

征程万里风正劲，重任千钧再出发。此次活动为民族分校全体初三师生注入了强大的精神动力。学校将以此次誓师为契机，持续做好中考备考各项保障工作，陪伴榴园学子全力以赴、逐梦前行。（林成青）

民族分校举行2026年“师德教育月”启动暨《教师的五项修炼》导读活动

3月17日，北京市陈经纶中学民族分校以“修师德、强素养、育新人 争做‘四有’好老师”为主题，举行2026年“师德教育月”启动暨《教师的五项修炼》导读活动。陈经纶中学教育集团东部子集团保利分校吕娜书记，保利小学景朝霞校长、张彦薇书记及常欣分校张雅旋主任，分别率领本校干部、教师代表共150余人到校参加活动。活动由民族分校工会主席杨艳主持。

精心谋划，启动师德建设新征程。学校紧扣“四有”好老师标准制定了《师德师风建设活动方案》。方案融合师德修养与专业发展双重目标，精心设计专题学习、榜样宣讲、实践反思等系列活动。杨艳主席对活动方案进行简要介绍。

建强队伍，夯实师德建设硬基础。学校调整组建了覆盖多学科的校级师德自律委员会。杨艳主席宣读委员会名单，郭锋校长为陈召芬、冯惠、薛姣姣、王志海、张娜、刘亚冬6名委员颁发聘书。

专家引领，明晰教师成长新路径。活动特邀《教师的五项修炼》核心作者刘华蓉博士作专题分享。刘博士以“历经五项修炼，成为优秀而幸福的教师”为主题，通过真实生动的案例，深化教师师德理解，多维度给出成长路径，明晰从教意愿、实践锤炼、持续学习、改革创新、收获修炼五项环环相扣的修炼，激励教师构筑成长坐标系，铺就优秀幸福的教师成长之路。

深学规范，筑牢职业行为防火墙。全体教师观看视频，专题学习《中小学教师行为规范十条》，重点领会“八项禁令”划定的职业红线与底线。

郑重签约，压实师德育人硬责任。全体榴园教师郑重签署师德责任书，以书面形式明确每位教师的师德责任与职业底线。

本次“师德教育月”启动活动，进一步明晰优秀教师成长路径、划定职业行为红线、压实师德育人责任。全体榴园教师会以此次活动为契机，将所学所悟融入日常教育教学，修内功、提素养、守底线，携手塑造风清气正的师德师风，以高尚师德与过硬专业素养践行“四有”好老师标准，为育人工作注入强劲动力。（刘利红）

精研复习提效能 同课共研促提升

——集团开展九年级数学专题复习课共研活动

为精准把握中考备考方向，优化数学专题复习课教学策略，提升集团教师中考复习能力，实现优质教育资源互融共享，3月19日，北京市陈经纶中学教育集团开展九年级数学专题复习课共研活动。活动以专题复习课展示+精准评课的形式开展，聚焦中考高频考点，为集团教师搭建了交流备考思路、切磋教学技艺的专业平台，助力中考复习提质增效。

三位教师紧扣北京中考考情与课标要求，分别围绕二次函数、勾股定理、平行四边形三大中考核心专题，呈现了三节设计精巧、高效实用的专题复习课，展现了集团教师扎实的备考教学功底与精准的课堂把控能力。

保利分校区级优秀青年教师柳鑫洋以二次函数数形结合综合问题为授课核心，课前通过精准检测诊断学生学习痛点，课堂上借助GGB动画、希沃白板等多媒体工具动态演示函数图象变化，突破“分类画图”教学难点。课堂以含参数问题层层设问，引导学生实现文字、符号、图形语言的相互转化，深度渗透数形结合与分类讨论思想，培养学生几何直观和推理表达能力，教学环节环环相扣，师生互动充分高效。

帝景劲松分校区级骨干教师付雪娇聚焦勾股定理折叠模型专题，以模型化教学为核心，将折叠问题本质归结为轴对称变换，提炼出“标→设→找→列→解”的解题通法。课堂从直角三角形到长方形、从“落在线段上”到“落在直线上”层层递进设计习题，自然引导学生形成分类讨论意识，通过精准追问暴露学生思维漏洞，强化几何推理严谨性，板书简洁明了，让学生能举一反三，实现从“解题”到“建模”的能力提升。

崇安分校特级教师赵淑花以平行四边形证明与计算专题为载体，开篇通过“构建知识网络图+动手构造平行四边形”的活动夯实学生基础，培养动手实践能力。教学中依托北京中考真题及

朝阳区模拟变式题，采用多设问、题后反思的形式深挖解题思路，紧扣中考6年4考的命题特点，精准突破平行四边形判定与性质的综合应用难点，引导学生在变式练习中掌握知识的灵活应用方法。

课后，保利分校区级学科带头人康燕芳老师围绕三节复习课展开精准评课，充分肯定课堂的亮点与实效。三节复习课均立足中考精准定位考点，将数形结合、分类讨论等核心数学思想贯穿始终，以“基础梳理-例题探究-变式拓展-总结提升”为主线，兼顾不同层次学生需求；同时重视学生课堂主体地位，预留充足探究空间，教师精准捕捉学生课堂生成，以学定教、顺学而导，实现了从“知识再现”到“能力迁移”的复习目标，达成了“以题梳知、以练提能、以思悟道”的教学效果。

此次九年级数学专题复习课共研活动，是陈经纶中学教育集团深耕中考备考、深化教研融合的生动实践，不仅为集团教师提供了优质的复习课教学范例，更让教师在交流研讨中明晰了中考复习的思路与方法，凝聚了备考教学智慧。未来，集团将持续开展各学科、各学段的专题教研活动，充分发挥优质教育资源的示范引领作用，不断优化课堂教学策略，助力教师专业成长，推动集团教育教学质量再上新台阶。（康燕芳）

课堂灵动启思维 示范引领促成长

——本部高中校区举办好课分享活动

为深化课堂教学改革，聚焦学生核心素养培育，让课堂真正“动起来”、思维真正“深下去”，3月5日，北京市陈经纶中学本部高中校区举办了主题为“动起来的课堂，深下去的思维”好课分享活动。活动通过示范课展示、现场点评、专家指导与校长总结相结合的形式，为全体教师搭建了交流学习、共促提升的优质平台，彰显了百年经纶深耕课堂、笃行致远的教育追求。

活动中，思政学科张洁老师率先呈现示范课《法治让生活更美好》。课堂上，张洁老师严格对标课堂标准，精心创设丰富教学情境，将学校小课堂与社会大课堂有机结合，充分调动学生参与积极性，让学生在互动探究中激活思维、深化理解。

随后，朝阳区高中政治教研员杨从立老师对该课进行现场点评，既肯定了课程内容贴合课标、情境创设鲜活、互动性强的突出优点，也提出了针对性建议，希望能进一步强化核心概念落实，设计更具深度和长度的问题链条，推动学生思维向纵深发展。

紧接着，宋其云老师带来高三二轮复习示范课《破解含三角的函数问题》。课程紧密结合课标要求与北京高考特点，精准对接高三复习痛点，践行“四要课堂”理念，让学生在主动参与中夯实基础知识、掌握基本技能、领悟基本思想、积累基本活动经验。

朝阳区高中数学教研员王文英老师在点评中指出，宋其云老师的课堂注重能力点均衡发力，通过系列递进式问题，引导学生思维实现可视化、过程化、规范化，为高三二轮复习课提供了可借鉴的优秀范例。

随后，冯朱娅老师执教《英语阅读表达43题专项提高》示范课，聚焦题型难点，以核心概

念为引领，助力学生突破解题瓶颈。

朝阳区高中英语教研员周莹老师对该课进行点评，重点强调英语词块教学应注重整体理解，而非机械拆解，因为多个单词组合后意义可能发生改变，教学中需同时体现双向作用与赋能作用，避免学生产生认知误解，同时肯定了冯朱娅老师精准把握解题要点、有效引导学生突破难点的教学能力。

示范课与点评结束后，朝阳区教育科学研究院李怀东院长进行高位指导讲话。他高度肯定本次好课分享活动的重要意义，认为三位老师的示范课充分展现了陈经纶中学各教研组对高考的深入分析、对新课标修订的精准把握，以及根据学生反馈优化课堂设计的务实作风。李院长动情表示：“我非常敬重陈经纶中学这样一所学校，这是我们朝阳本土的学校，每年都是顶着很大的压力不断向前，我们有攻坚克难的精神，每次高考都能够给教委和区域百姓交一个满意的答卷。”

最后，本部高中徐琳校长作总结讲话。她强调，新学期全体教师精准把握课标要求，明确教学方向，确保教学力气用在实处，无论是教学设计、学案编辑还是试题精选，都要贴合课标与学生实际；不仅高三教师要聚焦高考出口，高一、高二及贯通部教师也要树立长远意识，瞄准学生最终发展目标。同时，她要求全体教师注重教学成效，杜绝方向与成效出现落差，以高质量课堂赋能学生全面成长。

此次好课分享活动，既是教师教学风采的集中展示，也是学校深化教研、提升教学质量的具体举措。本部高中将以此次活动为契机，持续深耕课堂教学，传承不服输的经纶精神，推动教师专业成长，助力学生核心素养提升，继续书写朝阳教育高质量发展的新篇章。（于海畅 崔伟平）

笔墨传情润书香 书香致远促成长

——本部初中校区开展初一年级寒假语文作业展示活动

为反馈寒假语文学习成果，搭建交流展示优质平台，近日，北京市陈经纶中学本部初中校区初一年级寒假语文作业展示活动顺利开展。展示活动聚焦“书写之美”与“阅读之深”，集中呈现硬笔书法、新春春联、整本书阅读系列成果，不仅让寒假的沉淀与积累可视化，更彰显了本部初中深耕语文教学、厚植学科素养的育人理念。

走进展示区，一幅幅工整隽秀的硬笔书法作品映入眼帘，笔锋刚劲有力，结构匀称美观，字里行间尽显初一年级学生对汉字书写的敬畏与热爱；大红的春联作品更是年味十足，同学们以笔墨为媒，将新春的美好期许融入平仄对仗的文字中，既传承了中华优秀传统文化，又展现了扎实的语言文字运用能力。

书写类作业的展示，不仅是对学生书写习惯的一次检阅，更让“提笔即练字，落笔即精品”的理念深入人心，助力学生在横竖撇捺间感悟汉字魅力，锤炼严谨认真的学习态度。

在整本书阅读成果展示区，《骆驼祥子》与《钢铁是怎样炼成的》两大经典名著的学习成果令人眼前一亮。精致的任务单上，同学们详细记录了阅读轨迹、关键情节批注与人物形象分析；逻辑清晰的思维导图，将复杂的故事脉络、人物关系与主题思想直观呈现，尽显思维的条理性与

创新性；一篇篇核心观点述评，更是展现了同学们独立思考的能力——他们或探讨祥子“三起三落”背后的社会根源，或致敬保尔·柯察金的钢铁意志，语言真挚、见解独到，实现了从“读懂书”到“读透书”的跨越。

本部初中凭借语文组强劲的教科研实力，将“整本书阅读”列为教研重点，不断探索促进学生深度学习的阅读策略。本次寒假作业设计，正是语文组教研成果的生动实践：书写类作业夯实语言文字基础，传承文化根脉；整本书阅读作业则引导学生拓宽阅读视野、提升思维品质与人文素养，二者相辅相成，全面落实了语文核心素养的培养目标。

此次展示活动，不仅为同学们提供了展示自我、交流学习的舞台，更激发了全体学生学好语文、用好语文的热情。未来，本部初中语文组将继续深耕教科研，创新作业设计与教学形式，让语文学习真正融入生活、滋养心灵，助力学子在语言的世界里收获成长、遇见美好。（阴泓宇）

英韵绽寒假 研思促成长

——本部初中校区英语寒假创新作业成果精彩亮相

寒假如歌，研学有所获；笔墨生香，实践促成长。寒假，北京市陈经纶中学本部初中校区英语组立足各年级学情特点，打破传统纸笔作业的单一模式，以提升学生英语核心素养为核心，设计了分层、多元、趣味的创新作业。从初一的经典品读与创意表达，到初二的生活实践与全维输出，再到初三的中考靶向与能力夯实，各年级学子以英文为翼，在阅读、书写、创作、实践中解锁英语学习新方式，让英语走出课本、融入生活，交出了一份份精彩纷呈的寒假作业答卷，尽显少年英语素养与创新风采。

初一：品经典绘书香，以英文抒真知

初一年级的英语寒假作业，以经典阅读与多元解读为核心，让学生在文字与光影的世界中积累新知、感悟成长，用细腻的笔触与灵动的思考，让英文表达绽放独特芳华。

经典名著是学生们的阅读主阵地，《哈利·波特与密室》的魔法世界里，邓布利多的经典台词“*It is our choices that show what we truly are, far more than our abilities*”，让学生在剧情中收获关于选择与成长的思考。

“*The Little Prince*”的故事，则让同学们领悟爱与责任的深意，中英双语的解读里，满是纯粹的思考与温暖的感悟。

除了书籍品读，学生们还将目光投向优秀影视与绘本，“*Inside Out*”系列成为热门解读主题，同学们细致梳理情绪角色特点，解读主角的成长蜕变，读懂“*Sadness is not a bad feeling. It helps us grow*”，学会接纳每一种情绪。

英语学习的边界更在多元探索中不断延伸：有的同学用英文介绍2026米兰冬奥会的精彩瞬间、中国2025年胜利日大阅兵的庄严时刻，在表达中了解世界、致敬历史；有的以“*Harbin in Winter*”为题，用文字描绘冰雪之城的魅力。

还有的解读《绿野仙踪》《阿拉丁神灯》等经典童话，在冒险故事中收获勇气、友谊与坚持的力量。

不少同学还将经典品读转化为生动的视频表达，初一4班邵泽一制作专属视频介绍《夏洛的网》，全程用英文流畅梳理书籍情节、解读人物形象，分享自己对友谊与奉献的理解，画面搭配简洁清晰，表达自信大方。

初一5班段悦溪聚焦《寻梦环游记》，以英文为解说语言，讲述影片中亲情与梦想的核心主题，解读“死亡不是生命的终点，遗忘才是”的深层内涵，用真挚的表达传递影片的温暖与力量，尽显优秀的英语口语表达能力。

工整的英文书写、条理清晰的读后感、精美的英文PPT、创意的排版设计，每一份作业都凝聚着初一学生的用心。在这个过程中，同学们不仅提升了英文读、写、表达能力，更培养了批判性思维与审美能力，真正体会到英语学习的乐趣。

初二：融生活践真知，以多元展风采

初二英语寒假作业以“用英语做事情”为设计理念，鼓励学生将英语与生活、兴趣、文化、实践深度融合，作业成果覆盖阅读、艺术、生活、文化、运动、科技等全维度，让学生在真实场景中运用英语、表达自我，全方位展现英语核心素养。

阅读浸润让文字积淀素养，《夏洛的网》经典段落摘抄成为亮点，同学们用工整的英文书写关键词句，搭配中文感悟，在积累地道表达的同时，读懂友谊、生命与成长的深层内涵；

英文日记则成为日常表达的载体，同学们用规范的句式、鲜活的内容记录寒假点滴，将课堂语法与词汇灵活运用，尽显扎实的写作基础与自主表达能力。

词汇积累让坚持筑牢根基，百词斩每日打卡成为学生的寒假日常，大家以截图、视频记录背诵过程，从词汇量增长到学习时长，尽显自律与坚持，让词汇学习从“被动任务”变为“主动习惯”，为听说读写能力提升打下坚实基础。

生活实践类Vlog则成为本次作业的核心亮点，同学们以动态视频形式，呈现阅读分享、美食制作、新年纪实、旅行记录、运动日常等多元生活场景，全程用流利英语解说，搭配清晰画面与精心剪辑，语言表达自然流畅、内容真实有趣。年夜饭的英文讲解、新年民俗的英语介绍、英文书法的创作分享，每一支Vlog都实现了“在做中学、在用中练”，是英语核心素养落地的最佳体现。

初三：夯基础靶向练，以深耕迎中考

立足初三毕业班的学情特点，英语组以“中考靶向，分层设计”为原则，为同学们量身打造寒假作业，兼顾听说能力提升与阅读词汇夯实，让假期学习更具针对性、实效性，为下学期的英语中考做好充分准备。

针对下学期即将参加第二次英语听说中考的同学，作业聚焦听说能力专项提升，设计单词音频听写复习+听说综合模拟训练，层层递进巩固听说基础，强化应试能力，助力学生在听说考场中从容应战。

其余同学则以中考核心能力夯实为重点，一方面自主规划中考词汇复习，可选择自主听写或利用百词斩 App 完成，确保词汇基础无漏洞。

另一方面加强中考阅读专项训练，采取“独立思考完成——自主订正批改——教师网络答疑”的闭环学习模式，让学生在自主研思中提升阅读能力，教师的精准答疑则及时解决学习困惑，让假期阅读训练更高效。

以研促学，以行践知

从初一的趣味品读、初二的生活实践，到初三的靶向深耕，本部初中英语组寒假创新作业的设计，始终紧扣“英语核心素养提升”的核心，兼顾各年级的学习目标与学生的兴趣特点，让英语学习不再局限于课本与课堂，而是成为连接生活、表达自我、认识世界的桥梁。

同学们在读书、书写、创作、实践的过程中，不仅夯实了语言基础，更提升了思维能力、文化意识与自主学习能力，展现出蓬勃的英语学习热情与综合素养。此次寒假创新作业成果展示，既是对学生假期学习的一次检验，更是学校英语教学“读思用”结合的生动体现。

本部初中全体学生将以此次寒假作业为契机，保持英语学习的热情，在英文的世界里继续探索、不断积累，让英语成为成长路上的有力翅膀，在听说读写的实践中不断提升，遇见更好的自己！（回杨 赵心仪）

阅读不打烊 以书暖时光

——本部初中校区开展“经纶书语”读书沙龙分享活动

三月校园，书香氤氲，温暖相伴。北京市陈经纶中学本部初中初一年级读书沙龙系列活动如约启幕，午间的校园因阅读而鲜活，因分享而温暖。同学们以书为媒，让阅读不打烊，用文字的温度，温暖少年成长的美好时光。

“我们不用‘读书会’，而叫‘沙龙’，就是希望这里没有标准答案，只有最纯粹的阅读与分享。”3月9日午间，语文学科关宇老师精心策划的读书沙龙首期活动，在一片欢声笑语中温暖开启。这里是专属于热爱阅读的少年们的温馨小天地，未来还将被布置得雅致舒适，让每一位踏入这里的同学，都能暂时放下课业的忙碌，沉浸在阅读的美好氛围中，享受文字带来的治愈与放松。

为了让同学们快速熟络，一场别出心裁的“抽签猜书名”游戏点燃了现场热情。大家手持线索，争相猜出《海底两万里》《朝花夕拾》《简·爱》等经典书目，还踊跃分享自己的阅读感悟。从科幻探险的奇思妙想，到经典散文的细腻温情，再到世界名著的深邃内涵，多元的阅读兴趣在现场交融，思想的火花在交流中碰撞，陌生的面孔也因书香的联结渐渐熟悉，小小的空间里，满是温暖与欢喜。

启动会上，关老师还为大家勾勒出读书沙龙的美好蓝图：未来将设置“领读”与“共读”两大板块，初一初二的同学们轮流担任领读者，以自由的方式分享心爱书籍；共读环节围绕趣味话题，展开深度交流。后续还将开展“于时光里见成长的足迹”“褪去文字，识作者本心”等富有

深意的主题活动，更有鲁迅、蔡元培等文化名人立牌小礼品，以及“经纶阅读沙龙领读者”荣誉称号，为阅读增添别样趣味，鼓励每一位同学都能勇敢表达、真诚分享。正如关老师所言：“分享即收获，这里不仅是阅读的空间，更是心灵的港湾。”

书香不散，温暖延续，阅读的美好从不打烊。3月13日午间，读书沙龙系列之“书中的过客，亦有痕迹”主题活动开讲。一场关于文学与生命的深度交流，让同学们在经典人物的故事里，汲取温暖的力量。初二6班周子然同学担任本期活动主持人，初一2班林友哲、初二3班王锦琦同学作为领读者，分别分享了《悲惨世界》《海底两万里》，带领大家走进经典的文学世界，探寻文学人物背后的精神内核。

共读环节，则从大家最熟悉却又最陌生的鲁迅作品切入，围绕“谁是鲁迅生命中最美那朵花”这一温情话题展开深入探讨，一同探寻鲁迅笔下那些平凡的小人物。那些匆匆的“过客”，虽在文字中短暂登场，却留下了深刻而温暖的痕迹。同学们踊跃发言、各抒己见，畅谈自己对这些人物的理解，分享阅读时的触动与感悟，让思想在交流中碰撞，让温暖在分享中传递。大家渐渐懂得，文学作品里那些平凡的小人物，就像夜空中一闪而过的流星，虽停留短暂，却能照亮他人的精神夜空；生活中每一个给予我们温暖、带来启发的人，都是生命里最动人的风景。而阅读，正是我们遇见美好、感受温暖、汲取成长力量的最好方式，让每一段读书时光，都充满治愈与希望。

每周五中午，“经纶书语”读书沙龙与同学们温暖相约，不见不散。阅读不打烊，以书暖时光，愿每一位热爱阅读的少年，都能在这里以书为友，以文为伴，在文字里邂逅美好，在分享中温暖同行，让书香浸润童心，让阅读的光芒照亮成长的每一段旅程。（刘馨予 乔弘硕）

于时光里见成长 在阅读中遇自己

——本部初中校区开展“经纶书语”读书沙龙（第二期）活动

3月20日，北京市陈经纶中学本部初中校区“经纶书语”读书沙龙（第二期）活动顺利开展。本次活动以“于时光中，见成长轨迹”为主题，初一、初二年级的同学们围坐一堂，在文字的世界里穿梭，于思想的碰撞中探寻成长的意义，交流独属于少年的成长轨迹。

活动伊始，主持人米媛歆将目光聚焦于“时光”和“成长”两个词上，对此次活动的主题展开细致解读，为台下的同学们阐明：成长不只是年龄与外表的变化，更是内心不断成熟，变得更加坚强有担当的过程。而在我们的日常生活中，很多的成长都是在不知不觉中发生的，当回过头看的那一刻，才会发现自己成长的地方。大家要懂得正视自己成长中的不足，面对自身的一切，从而不断进步。在阐明成长意义的同时，主持人也围绕《哈利波特》一书进行讲解。通过主人公从儿时的脆弱迷茫，到后面逐渐变得成熟坚强，为大家讲述了成长是在无数次经历中，在时间的打磨中不断改变，不断完善自己，认识自己。

主持人的分享拉开了交流的序幕，同学们纷纷接过话题，结合读过的书籍畅谈对成长的理解。初一7班的李溢原同学带来《波西杰克逊》的阅读感悟，将书中主人公从面对“莫名其妙”遭遇的无措，到学会坦然面对、扛起责任的转变，与自身的成长经历相融，让在场同学深刻体会到：

责任与担当，是成长最美的底色。初二3班的姜一菲同学，则从多本书籍中挖掘成长的不同维度，结合《傲慢与偏见》《小王子》《西游记》的经典情节与人物，从不同角度解读成长的内涵，让大家对“成长”二字有了更全面、更深刻的认知。

分享环节里，同学们认真聆听、默默思考，让书中的智慧与他人的感悟，成为自己成长路上的养分。而在最后的共读交流环节，大家将目光聚焦于“成长中的鲁迅”，纷纷敞开心扉，分享自己与鲁迅先生成长经历中的共鸣之处，在文字中触摸先辈的成长轨迹，在交流中梳理自己的成长感悟。

一场读书沙龙，一次成长对话。在这个温暖的午后，同学们以书为媒，以交流为桥，不仅对成长有了清晰而深刻的新认知，更懂得了珍惜当下的时光，在阅读中审视自己、感悟自己、成就自己。

阅读不打烊，以书暖时光。“经纶书语”读书沙龙的故事仍在继续，未来，我们将继续以书会友，让墨香浸润校园，引导同学们多读书、读好书，在文字里汲取力量，在交流中共同进步，让每一位少年都能在阅读中遇见更好的自己，在时光里走出属于自己的成长轨迹。（关宇）

数智闪耀 少年出彩

——帝景劲松分校学生亮相朝阳区数学节，用代码解锁数学奥秘

3月20日，2026年北京市中小学“数学节”（朝阳场）盛大启幕。在这场以“格物致知”为主题的数学盛宴中，陈经纶中学帝景劲松分校初一1班的雷童硕同学，凭借“数学与C++编程结合求解无盖方盒最大容积”的创新项目，在区级舞台上自信展示，成为现场一道亮眼的风景。

创新实践：当数学思维遇上代码力量

在本次数学节的户外展示区，雷童硕同学的展位吸引了众多师生驻足。他带来的项目，巧妙地将经典的“无盖方盒最大容积”数学问题与C++编程相结合。

核心思路：通过建立容积公式 $V=(20-2x)^2 x$ ，将抽象的数学问题转化为可计算的模型。

编程实现：利用C++代码，不仅验证了数学结论，更通过动态演示，让观众直观地看到了容积随变量变化的过程。

教育意义：这种“计算思维”的应用，不仅是对课本知识的延伸，更为解决其他复杂问题提供了通用的解决思路。

在展示过程中，雷童硕同学思路清晰、表达流畅，熟练地操作着笔记本电脑，向围观的同学和老师讲解代码的运行逻辑和数学原理，展现了扎实的学科功底和从容的台风。

少年风采：从课堂到舞台的成长从日常课堂上的勤学善思，到区级市集上的自信展示，雷童硕同学的表现，是帝景劲松分校长期以来注重培育学生数学素养和创新能力的生动缩影。

学校支持：学校通过搭建多元展示平台，鼓励学生将数学知识与信息技术、工程实践等领域融合，让数学学习变得更有意思、更具挑战性。

个人成长：此次经历不仅是一次成果展示，更是一次宝贵的学习历练。在与全区优秀学子交

流切磋的过程中，他收获了知识，也收获了成长的自信。

未来可期：以数为翼，逐梦前行

数学节的舞台虽已落幕，但探索的脚步永不停歇。期待雷童硕同学能继续保持这份对数学的热爱与好奇，在未来的学习中不断突破自我。同时，也希望更多经纶学子以他为榜样，敢于创新、勇于展示，在成长的道路上绽放出属于自己的光芒！（张晓琴）

书香润校园 思辨伴成长

——保利小学“思辨悦读工程”全面启动

为进一步营造浓郁的校园书香氛围，培养学生良好的阅读习惯，提升思辨能力与综合素养，北京市陈经纶中学保利小学正式启动本学期“思辨悦读工程”，让阅读扎根校园，让书香浸润童心。

3月9日，保利小学的三个校区在周一升旗仪式上，分别举行了简洁而庄重的“思辨悦读工程”启动仪式。在庄严的国旗下，景朝霞校长、李娜副校长以及隗合刚主任分别向学生们发出阅读倡议，鼓励同学们与好书为友、与经典同行，在阅读中增长见识、启迪智慧、涵养品格，让读书成为每日生活中最美好的习惯。

“在读书中，你能跨越山海，看见课本之外的万千世界；在读书中，你能找到对抗迷茫的底气，从容面对成长里的挫折与困惑；在读书中，你能涵养心性、坚定志向，看清自己想要奔赴的方向。”景校长的话语掷地有声，点燃了同学们的阅读热情。

同时，学校在楼道打造阅读专栏、班级创设阅读角，为学生营造浓厚的阅读氛围，提供便捷的阅读空间，丰富学生的课余生活，培养良好的阅读习惯。

启动仪式后，保利小学“思辨悦读工程”正式进入实施阶段。本周，师生共同进行了第一本书的导读课。老师们精心备课、细致引导，带领孩子们走进书籍世界，了解阅读方法、激发阅读兴趣。课堂上，孩子们认真倾听、积极交流，眼神里满是对阅读的期待与热爱，校园处处洋溢着浓浓的书香气息。

最是书香能致远，腹有诗书气自华。未来，保利小学将持续推进“思辨悦读工程”，丰富阅读形式、搭建展示平台，让每一位同学都能在阅读中学会思考、在书香中快乐成长，让阅读之花绽满校园！（王亚岐）

巧思探究勾股定理 数智诠释数学之美

——崇实分校学生亮相朝阳区中小学数学节

3月20日，以“格物致知”为主题的2026年北京市中小学“数学节”（朝阳场）盛大启幕。来自北京市陈经纶中学崇实分校初一5班的三位同学——胡明宇、井伊凡、张紫涵，带着精心准备的数学作品，在区级平台绽放思维光芒，尽显崇实学子的数学素养与创新风采。在这场数学盛宴上，视频作品《探寻勾股定理的证明方式》凭借其独特创意与专业内涵收获全场瞩目。

临行嘱托暖人心 精心筹备赴盛会

临行前夕，崇实分校张晔副校长给同学们细致叮嘱活动注意事项，从现场礼仪、作品展示、团队协作到安全出行逐一强调，鼓励同学们沉着自信、大胆展示，把对数学的热爱与钻研成果充分展现，在交流学习中拓宽视野、收获成长。

为了让作品更具吸引力，三名同学与指导教师提前打磨细节，精心设计制作了精美宣传单与主题海报，将作品核心亮点、创意理念清晰呈现，为本次数学节参展做好充足准备，以饱满的姿态迎接这场区级数学盛宴。

创意作品展实力 数形之美获赞誉

该作品由初一学生胡明宇、井伊凡、张紫涵自主构思制作，在藏研老师的悉心指导下，打破传统书面推导的枯燥模式，借助 GeoGebra 数学软件打造高清动态视频，将抽象的几何定理变得直观易懂。作品中系统梳理勾股定理 4 种经典证明方法，融合平行四边形性质、割补法、图形全等变换等核心知识，全程紧扣数形结合思想，既保证了数学推理的严谨性，又实现了可视化呈现的创新性，完美贴合初中数学学习重难点。

展区现场，胡明宇、井伊凡、张紫涵三位同学从容讲解作品思路、分享创作历程，用同龄人的视角解读数学奥秘，让更多人感受到数学的逻辑之美与探索乐趣，充分展现了其扎实的数学功底、极强的动手实践能力和对数学学科的赤诚热爱。

闲暇之余，三位同学还认真驻足参观了其他学校的各类数学创意作品，从趣味数学模型、创意手抄报到动态编程成果，大家仔细观摩、细心记录，主动与外校学生交流创作灵感、探讨解题思路、分享学习方法。

在这场跨校的思维碰撞中，同学们不仅见识了多元化的数学表达形式，更拓宽了数学视野，汲取了宝贵的创作经验，真切体会到数学学科的趣味性与包容性。

返校分享传经验 数学热情共传递

满载收获返校后，参赛团队第一时间开展校内分享会，向全校同学讲述本次朝阳区数学节的所见所闻、所思所悟。同学们细致分享了展区各类优秀数学作品的亮点、区级赛事的交流氛围、与其他学校学生的探讨心得，还现场播放参展视频片段，拆解创作思路与制作技巧。

这场分享会不仅让全体学生领略了数学文化的魅力，更点燃了大家探究数学、钻研数学的热情，营造了“爱数学、学数学、用数学”的浓厚校园氛围，让数学节的成果在校园内持续传递。

以数启智向未来 深耕教研促成长

本次亮相朝阳区中小学数学节，是崇实分校落实拔尖创新人才培养、推进数学学科素养教育的生动实践。学校始终注重激发学生的数学创新思维，鼓励学生将数学知识与生活实践、科技工具相结合，用创意解锁数学之美，用探究提升学科能力。

未来，崇实分校将继续依托区级学科平台，深耕数理教育教学，搭建更多展示交流的舞台，引导学生在数学的海洋里畅游探索，培养更多善思考、敢创新、乐实践的新时代学子，让数学思维之花在校园绚烂绽放！（藏研）

本部高中校区举行新发展团员入团仪式

为纪念新发展团员的“政治人生第一课”，引领团员青年听党话、跟党走，激励全体团员青年励志向学、成长成才，做好党的助手和后备军，3月26日，北京市陈经纶中学本部高中校区举行新发展团员入团仪式。本部高中校长徐琳，校团委书记王非凡，优秀团员代表余之乐、蔡昊博和新发展团员178人参加。入团仪式由优秀团员代表徐国轩同学主持。

入团仪式在庄严的国歌声中开始。校团委书记王非凡宣读新发展团员名单，并与徐琳校长一道为新发展团员颁发团员证及团徽。全体新发展团员面向团旗庄严宣誓，老团员一同重温入团誓词。李宜泽同学代表新发展团员作表态发言，蔡昊博同学代表老团员发言。

徐琳校长对新发展团员提出希望和要求，希望全体团员要坚定信念，筑牢思想之基、勤学善思，练就过硬本领、严于律己，锤炼优良作风、勇于担当，彰显青春本色，为学校的发展、为国家的繁荣、为民族的复兴贡献自己的全部力量。

最后，全体团员青年齐唱团歌，入团仪式圆满结束。（王非凡）

党建引领强根基 赋能教育启新程

——本部初中校区召开2026年春季党员大会

3月5日，北京市陈经纶中学本部初中校区党支部以“党建引领强根基，赋能教育启新程”为主题，召开党员大会。全体党员教师齐聚一堂，通过专题学习、整改落实、工作报告、任务部署、民主评议五大环节，推动党的创新理论与教育教学深度融合，为新学期党建工作谋篇布局。党支部书记盛宇辉主持会议并作核心部署。

会议从聚焦理论武装开始，系统学习习近平总书记系列重要讲话精神。以“学思践悟新思想，砥砺奋进新征程”为纲，详细解读总书记在二十届中央政治局第二十一次集体学习时关于作风建设与自我革命的重要论述，清晰阐释中央八项规定作为新时代管党治党标志性举措的深刻内涵；深入解读党的二十届四中全会精神及“十五五”规划建议核心要义，结合学校智慧教育、跨学科教学等实践，明确教育高质量发展的具体路径。

在党员大会上，盛宇辉书记代表党支部委员会通报上一次组织生活会整改措施落实情况，明确建立学习成效跟踪机制、干部下沉课堂听课视导制度、每月集体谈心制度等具体整改措施。同时，盛宇辉书记从理论学习创新、党建与业务融合、党员教育管理、党风廉政建设等方面总结成效，从师德师风专题活动、学生德育实践、青年教师青研会等工作成果方面报告本年度工作，按照上一级党组织确定的项目和内容，接受党员评议，并对近期党支部工作进行部署。

此次党员大会议程紧凑、内容扎实，党员教师纷纷表示，将以此次会议为契机，把学习成果转化为教书育人的实际行动，在教学创新、师德示范、学生培养等方面发挥先锋模范作用，以高质量党建引领学校教育事业高质量发展，为“宜学”朝阳建设贡献经纶力量。（盛宇辉）

健康第一筑根基 向阳逐梦启新篇

——本部初中校区开展开学第一天系列特色活动

春风送暖启新程，向阳逐梦正当时。3月2日，北京市陈经纶中学本部初中迎来新学期第一天，学校以“健康第一”为核心理念，精心策划开展了丰富多彩的德育、体育、心理等特色活动，让全体学子在轻松愉悦的氛围中开启新学期，同时以科学家精神为指引，引导同学们求真而行、全面成长。

一场简洁庄重的升旗仪式为新学期拉开序幕。本部初中赵黎黎校长进一步明确新学期“健康第一、全面发展”的育人方向，寄语同学们将科学家精神融入日常学习生活，以健康体魄、阳光心态迎接新挑战。

初二6班周子然同学分享成长感悟，号召大家传承求真务实、勇于探索的科学家精神，兼顾学业与健康，争做全面发展的少年。

升旗仪式后，新学期第一天的健康主题活动正式拉开帷幕，各类体育、心理活动有序开展，让校园充满青春活力，充分践行“健康第一”理念，助力学子们身心健康成长。

体育活动多点开花，点燃青春运动热情。受天气影响，原定班超联赛调整为吉尼斯体育单项挑战赛之单足站立挑战赛，同学们精神饱满、身姿挺拔，在坚持中锤炼意志、展现风采，用最简单的方式诠释着体育精神；与此同时，学校正式启动吉尼斯体育单项挑战赛，50米跑、引体向上、1分钟跳绳等多个项目同步上线，同学们踊跃报名。此外，课桌操成为校园新亮点，同学们跟着节奏舒展肢体、活动筋骨，在有限空间里实现劳逸结合，切实增强身体素质。

心理活动温暖相伴，守护学子心灵阳光。为帮助同学们快速适应新学期生活，学校精心设计了系列心理活动：“三件好事21天打卡”活动引导同学们发现生活中的美好，培养积极心态；“爱要说出来”“夸夸大会”让同学们大胆表达善意与赞美，增进同学间的情谊，营造温暖和谐的班级氛围；“同心鼓”“我的心愿泡泡”等互动活动，让同学们在协作中学会沟通、在分享中放松心情，有效缓解了开学压力，筑牢心理健康防线。

此外，学校还设置了开学心愿墙和暖心大转盘两个特色环节。同学们在心愿墙上写下新学期的愿望与目标，定格成长期待；暖心大转盘上，“做一件好事”“和朋友拥抱”等亲社会行为选项，引导同学们主动传递温暖，培育责任与担当。

新学期，新起点，新征程。本部初中将始终坚守“健康第一”理念，将体育锻炼、心理健康教育与科学家精神培育深度融合，引导全体学子向阳而生、求真而行，在强健体魄、滋养心灵的同时，传承科学精神、锤炼过硬本领，在青春的赛道上奋力奔跑，书写新学期的成长华章。（马嘉骏）

帝景劲松分校以身心健康强根基，护航学生全面成长

在教育部召开深入贯彻落实“健康第一”工作部署会后，陈经纶中学帝景劲松分校六校区迅速响应、同步行动，以身心健康第一为核心，精心设计新学期开学第一课与首日活动，把体质强健、

心理阳光、习惯养成落到实处，筑牢成长根基，以健康姿态开启新学期。

健康赋能，开学典礼立初心。开学首日帝景劲松分校六校区分别举行开学典礼，各校区围绕“健康第一”理念作主题发言，引导师生强健体魄、乐学善思、品行端正。同学们带来的精彩节目展现出朝气蓬勃、昂扬向上的精神风貌。典礼庄重而热烈，充分彰显学校对学生身心健康的高度重视，也让健康成长、全面发展的理念深植每一位师生心中。

多维发力，开学首课筑根基。学校紧扣“健康第一·强根基·向未来”主题，扎实推进健康教育系列活动。班主任把第一节班会课设计成“健康第一课”，以身心健康为引领为学生成长筑牢坚实根基。

开学首日的眼操时间，德育处引导学生科学用眼，守护清晰“视”界；开学第一天的大课间，体育组用精心设计特色操、动感十足的随机舞等活动焕发学生身心活力；开学首日的午餐，学校引领学生践行均衡饮食，练就健康体魄。通过开学第一课、第一餐等活动设计，用“健康第一基石”理念引导学生从点滴做起，向着向阳向上的美好未来稳步前行。

多措并举，强健体魄促成长。各校区多措并举推进健康校园建设，制定每日2小时体育活动专项计划，严明体育教学纪律，确保学生运动时间、运动质量双达标。开学第一周，各校区同步举办班超联赛，以趣味赛事点燃学生运动热情；开学后的体育课程采用“理论+实践”“室内+室外”相结合的模式，室内开展健康知识宣讲、安全教育动员，室外组织体能恢复训练，结合智慧操场系统完成体能打卡，既提升学生健康意识，也帮助学生快速恢复运动状态，锤炼强健体魄。

暖心护航，守护心灵向阳光。各校区积极开展心理健康教育系列活动，筑牢学生心理健康防线。各班结合学生年龄特点召开心理主题班会，聚焦不同学段成长困境，引导学生学习情绪调节方法；设置心理展板、“青松”健康贴士、开展心语留言、绘制笑脸等活动，同学们彼此鼓劲以阳光心态迎接新学期。以家校合作为抓手，通过心理健康专题培训、致家长一封信等形式，凝聚家校育人合力；班主任牵头开展全员心理排查，对情绪有波动的学生，及时提供一对一精准个别辅导，全方位守护学生心理健康。

此次开学系列活动，是帝景劲松分校落实“健康第一”部署的生动实践，也是六校联动、协同育人的具体体现。学校将持续将健康育人融入教育教学全过程，完善长效机制，让每一位学子都能在运动中强健体魄，在关爱中滋养心灵，在陪伴中快乐成长，努力培养德智体美劳全面发展的时代新人。（帝景劲松分校六校区德育处）

骐骥跃新程 驰骋向未来

——保利分校2026年春季开学第一课暨班级特色操超级联赛启动仪式圆满举行

为迎接新学期的到来，凝聚师生奋进力量，践行“健康第一”的教育理念，北京市陈经纶中学保利分校隆重举行2026年春季开学第一课暨班级特色操超级联赛启动仪式。全校师生齐聚校园，共同开启新学期的美好篇章。本次仪式由学生发展处赵鑫主任主持，吕娜书记为新学期送上深情寄语，仪式后各班开展了独具特色的马年主题开学第一课。

开学第一课在庄严的升旗仪式中拉开帷幕。全体师生肃立注目，雄壮的中华人民共和国国歌奏响，爱国情怀在每一位师生心中激荡，新学期的庄严与希冀也在这一刻悄然铺展。

赵鑫主任以“新学期、新起点、新征程、新风貌”为引，向全体师生致以新春的问候，同时介绍本次仪式融合“班级特色操”超级联赛启动的特殊意义，强调学校将以体育为翼，助力学子全面发展，让“健康第一”的教育理念落地生根。

吕娜书记为新学期致辞，并宣布保利分校班级特色操超级联赛启动。她以“骐骥跃新程，驰骋向未来”为主题，结合央视春晚中科技与传统融合的精彩场景，勉励同学们不仅要练就扎实的知识功底，更要拥有强健的体魄、昂扬的精神。她详细阐释教育部对“健康第一”教育理念的要求，并指出，班超联赛不仅是一场体育比赛，更是班级凝聚力的展示、少年精气神的绽放，希望各班创出特色、跳出风采，让每一位同学在运动中收获自信与快乐。同时，吕书记向同学们提出三点希望：坚持健康成长，做阳光自信的好少年；坚持全面发展，做品学兼优的好少年；厚植爱国情怀，做志存高远的好少年，愿少年们以奋斗为笔，在保利分校的沃土上书写青春华章。

在开学第一课环节，初中各班围绕马年主题，以“一马当先 奔跑吧少年”为核心，设计了一系列趣味与内涵兼具的活动。各班“马上相识”的 emoji 猜谜游戏，以马相关元素为线索，让同学们在互动中增进默契；“马年说马”环节，师生共同解读“马”字的象形内涵与奋斗向上的象征意义；学习习近平总书记 2026 年新年贺词中关于奋斗的寄语，结合谷爱凌、苏翊鸣、中国短道速滑队的拼搏事例，深入阐释“跃马扬鞭的勇气、万马奔腾的活力、马不停蹄的干劲”的“三马精神”。同学们踊跃分享身边体现“三马精神”的班级人和事，让集体荣誉感在交流中升华。

此外，各班还开展了“时光胶囊”活动，同学们写下对期末自己的期待与目标，由老师统一保管，静待期末开启成长之约；“图书漂流或旧物交换”活动让同学们在分享中践行环保与阅读理念；家长暖心祝福视频的播放，更让同学们在温暖的期许中感受亲情的力量，为新学期注入满满动力。

此次春季开学第一课暨班级特色操超级联赛启动仪式，既是一次新学期的动员大会，也是一堂生动的成长教育课。从书记的殷切寄语到班超联赛的正式启动，从庄严的集体仪式到多彩的班级第一课，保利分校的初中学子们在仪式中凝聚力量，在感悟中校准方向。新学期，全校师生将以“三马精神”为指引，践行健康成长、全面发展的理念，在学业的赛道上勇攀高峰，在班超联赛的舞台上绽放风采，以骐骥之姿、奋进之态，驰骋向更加美好的未来！（刘雪亮）

健康第一筑根基 金品育人启新程

——保利小学举行 2025-2026 学年度第二学期开学典礼

春风送暖，骏马踏春。3月2日，北京市陈经纶中学保利小学以“骏马踏春开新卷 金品育人向未来”为主题，隆重举行 2025-2026 学年度第二学期开学典礼。学校深耕“健康第一”教育理念，将开学第一课搬到操场，让活力运动与品格培育相融，为新学期绘就昂扬开篇。

开学典礼正式开始前，操场上已是一片欢乐海洋，活动期间春雪悄然飘落，为校园添上一抹

别样诗意。各年级划分专属活动区域，同学们无惧春雪微凉，有序参与趣味体育活动，奔跑跳跃间尽情释放蓬勃朝气，欢声笑语穿透漫天飞絮。大家在协作互动中收获快乐、锤炼意志，不仅为新学期注入满满能量，更让“健康运动、不畏挑战、团结协作”的理念深植心间。

随后，开学典礼正式启幕，整场仪式以金色品格培育为核心，打造爱国、集体、担当三大特色篇章。爱国篇中，校领导以“健康第一”为核心发表致辞，寄予师生新学期殷切期许。全校师生齐声演绎《少年中国说》，尽显保利少年的热血朝气与时代担当。

集体篇里，学校重磅宣布本学期“金品班集体”评选活动启动，少先队员代表宣读《保利小学文明公约》，为全校学生立下文明行动准则。担当篇中，全校齐唱《学习雷锋好榜样》厚植奉献精神，五年级学生代表朗诵《金品少年·向光而行》，以少年之声许下金色品格承诺，将现场氛围推向高潮。

典礼落幕，各班级特色开学第一课随即展开。各班紧扣“健康第一”核心，开展形式多样的主题课堂：既有心理健康专题分享，引导学生关注身心状态、学会情绪调节；也有文明公约践行讨论、冬奥精神学习分享等内容，让开学第一课既有温度又有深度，既富趣味又有内涵，为学生新学期的健康成长筑牢坚实根基。

此次开学典礼，打破传统仪式模式，将体育锻炼、品格培育与课堂学习深度融合，让“健康第一”理念落地生根，也让金色品格的种子在每一位保利学子心中发芽。新学期，保利学子将以健康为基、以金品立身，策马扬鞭、逐光而行，在校园中收获成长，奔赴美好未来，努力成长为德智体美劳全面发展的新时代好少年！（李媛婧）

健康第一 活力启航

——民族分校上好 2026 年春季学期学生开学第一课

3月2日，北京市陈经纶中学民族分校全体学生重返榴园，共同迎来以“健康第一 活力启航”为主题的开学第一课，在丰富多彩的教育活动中开启昂扬向上、朝气蓬勃的新学期。

迎新打卡

伴着师生们灿烂的笑容，榴园学子陆续步入美丽的校园。大家纷纷在民族人物打卡板前驻足合影，定格美好瞬间。

开学典礼：健康同行，立志奋进新征程

升旗仪式：雄壮的《义勇军进行曲》响彻校园，五星红旗冉冉升起。嘹亮的歌声、挺拔的身姿，彰显着师生们对祖国的热爱与对新学期的无限憧憬。

五年级2班殷梦辰和七年级2班安振鑫进行发言。他们结合米兰冬奥会拼搏奋进的体育精神，分享对“健康第一”的理解，倡导身心同健，号召同学们护眼运动、规律作息、调适心态，以昂扬姿态践行健康理念，活力开启新学期。

评比表彰：中小学部分别对“校园环境卫生”评比中表现出色的班级进行表彰。

开学第一课：强体健心，点亮成长之路

开启“班超”：操场上开始飘起了雪花，但遏制不住同学们的热情与活力。四年级和九年级在充分热身的前提下，分别开展了“一圈到底”“齐心协力旋风跑”两个项目的比赛，开启了新学期首场“班超”联赛。其他年级的竞赛也先后登场。

心理健康教育：心理教师楚洪娟以“打开新学期的心灵工具箱”为主题，进行心理健康微讲座。楚老师引导学生看见并接纳开学初的真实情绪，为假期的“未完成”寻找出口，带领学生进行深呼吸、心理拉伸操、心理加油操等小练习，学生带着满满的能量“阳光”启程。

体质健康教育：教师详细讲解近视、肥胖、脊柱侧弯预防要点，示范并带领学生练习眼保健操，引导学生养成健康生活习惯。

主题班会：班主任老师鼓励同学们将假期学习热情带回校园，从假期回顾、AI 赋能、四大安全领域讲解及好习惯养成等方面，引导大家规划新学期成长目标，以奋斗精神安全起航新学期。

此次开学第一课，学校落实立德树人根本任务，坚持五育并举，践行“健康第一”理念，融合体育、心理、体质健康教育，全面推进健康校园建设。活动为同学们开启了昂扬奋进、逐梦前行的新学期序幕！（苏雪）

民族分校举办教职工开学第一课活动

迎新年、聚同心、谋发展、赴新程。3月1日，北京市陈经纶中学民族分校圆满举办教职工开学第一课活动。

登高鸣警钟 笃行启新章。上午8:00，在学校工会主席杨艳主持下，2026年新年登高鸣钟暨第五届垂直马拉松比赛准时开始。全体教职工满怀喜悦、意气风发，齐聚学校民族团结宫大厅钟楼入口处，共同参与“敲响学校高品质发展之钟”登高鸣钟活动。各工会小组在组长的带领下，依次登顶钟楼，庄重敲响“四JING”钟，齐诵“庄敬、专精、惕警、奋竞”钟铭，记录庄严时刻。

奋力逐梦路 垂马展风采。登楼鸣钟后，垂直马拉松比赛有序开启。7个工会小组分别选派3位老中青教师进行垂直马拉松接力赛。选手们斗志昂扬、向着终点奋力冲刺。经过激烈角逐，星光组脱颖而出，以45秒56的卓越成绩冲过终点，勇夺本届教职工“垂马”小组接力赛桂冠。今年，6位教师报名参加垂直马拉松挑战赛。经过激烈角逐，产生了男女擂主各1名。他们是挑战上届擂主成功的男擂主赵虎跃（28秒42）、守擂成功的女擂主杜敬珊（36秒29）。

灯谜传文化 榴园迎元宵。教职工在榴园餐厅参加了“迎元宵、猜灯谜”游园活动。老师们或独自沉思、或结伴切磋，在字里行间探寻谜底，现场互动踊跃、喜气洋洋。

荣耀颁佳绩 同心赴前程。9时整，主会场活动在党政办主任楚洪娟主持下拉开帷幕。全体教职工观看2025年学校新闻视频，共同回顾过去一年学校的奋斗足迹与高光时刻。郭锋校长为荣获集团2025年度“感动经纶人物”“党员特色工作示范标兵”和“师德（服务）标兵”获奖教师颁发荣誉证书。杨艳主席公布“垂马接力赛”小组成绩和“垂马个人挑战赛”擂主名单，赵艳波副书记为获奖小组和个人颁发奖状。

心语传初心 携手共奋进。带着对“庄敬、专精、惕警、奋竞”四词钟铭的思考，各工会组长代表本组依次分享“登高鸣钟心语”，表达感悟与初心。

学章程聚力 谋发展知行。2025年底，学校第七届第四十三次教职工代表大会讨论通过了《北京市陈经纶中学民族分校章程》，对学校办学发展作出了系统谋划与定位导航。学校组织全体教师利用寒假时间学习章程，知晓学校发展路线与策略。开学第一课现场举行了“学章程·聚同心·谋发展”知识竞赛。全体教师利用手机终端，踊跃作答，巩固自己对学校发展路线的认识与理解。

全校齐动员 教育健康行。会议最后，郭锋校长传达市、区两级关于落实“健康第一”教育理念的专题会议精神，并就学校具体推进进行动员与部署。

新学期奋斗的征程上，榴园教师将把开学第一课中攀登的勇气、竞赛的激情、榜样的力量，以及对学校章程的深刻理解，转化为干事创业的强大动力，共同书写学校更加辉煌的篇章！（刘利红 楚洪娟）

百年经纶润物无声 五育融合全面发展

——集团举办德育干部发展论坛

为进一步提升学校管理水平，促进德育干部队伍专业化发展，近日，北京市陈经纶中学教育集团举办了德育干部发展论坛。本次论坛以“百年经纶润物无声 五育融合全面发展”为主题，集团德育、共青团、少先队和科体艺干部分别围绕德育课程建设、德育活动开展、学生心理健康教育等方面展开研讨和交流。论坛由陈经纶中学党委副书记冯梅主持。

冯梅副书记首先介绍陈经纶中学德育工作的发展历程，讲述从崇贞学园时期“学而事人”的教育理念到今天“传统精神+实践载体+学生主体+全员育人”的德育特色的实践过程，并以“阳光经纶七彩德育一体化德育建设方案”为题解读集团新学期工作立项。立项以“立德树人”为根本，聚焦思想政治教育、心理健康引导和行为规范养成，通过红色爱国德育、橙色习惯德育等七彩教育活动，构建德育体系。

论坛设置小学、初中、高中学段和年级及艺术教育交流发言，保利小学李娜副校长、本部初中杨海龙副主任，嘉铭分校马红霞副校长，本部高中吴爱兄主任和赵珺、郭琳老师，团结湖分校吴尊老师分别介绍本学期各分校德育工作立项、开展的特色德育活动，并分享在活动设计、组织实施、效果评估等方面的经验和想法，探讨可能遇到的问题和解决策略。

本次论坛为集团德育干部队伍搭建了一个交流学习、共同进步的平台，对提升学校德育管理水平、促进学校内涵发展具有重要意义。（袁建伟）

科技领航 生态共建

——集团召开“课创计划”推进会暨集团科技骨干教师研修会

为深入推进集团科创教育生态建设，北京市陈经纶中学教育集团于3月10日召开以“科技领航，生态共建”为主题的“课创计划”项目推进会暨集团科技骨干教师跨校区跨学段跨领域研

修会。本次活动以“经纬·星辰启航”“经纬·科创续航”两类特色课程的典型案例为抓手，统一课程实施标准，围绕“理论筑基、项目驱动、以赛促创”三大核心方向，通过“理论精讲+实操体验+赛事解读”的模式，凝聚集团各校师资力量，形成跨校区教研联动机制，系统提升教师综合施教能力，推动课程教育资源的共建共享。

理论筑基 实践赋能

作为集团“课创计划”落地实施的关键环节，本次研修以“理论筑基、实践赋能”为核心目标，围绕两大集团科技类特色课程构建“目标-内容-实施”三位一体培训体系。研修聚焦前4次课程核心模块设计全流程教学环节，实现理论解释与实践实效的有机统一。

研修启动阶段，课创项目牵头校本部高中校长徐琳在致辞中明确指出，本次研修旨在让科技培养链条更清晰、课程实施更实效。课程内容需以理论为根基、以实践创新为路径，强调“理论和实践”同步进行，将其定位为赋能学生核心素养、塑造集团教育特色的战略支点。

项目驱动 协同聚力

课程实施以项目式学习方式为主，在精讲环节，授课教研团队围绕具体项目，以航空故事引入、飞行原理、模型结构认知及制作基础等核心内容展开细致讲解，为教师筑牢教学理论根基，提供专业的课堂设计指导。

实操体验作为本次研修的重点环节，老师们按项目分组开展沉浸式实践，亲手制作手掷模型飞机，反复打磨重心调整、翼型影响等实操技巧。

在动手实践与小组研讨中，老师们不仅直观理解了器材制作与飞行调试的关键要则，更深刻体会到科创教学中，理论讲解与实际操作看似简单，实则极具实操难度，每一个细节都需要精准把控，也在此过程中积累了课堂实操指导的第一手经验，实操教学能力得到切实提升，形成“学-思-做-教”的完整能力闭环。

以督促教 以赛促创

研修过程中，教研团队着重强调了竞赛对课程实践的推动作用，引导教师将所学知识与各类青少年科技竞赛紧密结合。通过解读国内外知名航空模型赛事规则、分析优秀参赛作品案例，老师们系统掌握了如何从竞赛视角设计教学内容、指导学生备战。例如，针对竞赛中对模型飞行稳定性、续航时间等关键指标的要求，教研团队有效帮助教师精准把握两大课程的教学核心与实操技能，明晰校级赛事筹备思路，搭建起集团科技教师共研共享、协同发展的专业交流平台。

陈经纶中学教育集团将以此次活动为抓手，以“课创计划”为核心引领，持续完善科创教研体系、优化教学支持保障、深化校际协同联动，坚持以督促教、以研促学、以赛促创，让科技教育在课堂落地生根、开花结果，赋能学生在航空航天科创领域探索求知、成长成才，持续构建集团科创教育优质生态，以科技领航赋能集团教育高质量发展。（金朝娣）

凝聚青年力量 引领研习新风

——本部高中校区贯通部青研会新学期首期活动圆满举行

为加强教师队伍建设，搭建跨学段、跨学科的深度交流平台，赋能青年教师专业成长，3月12日，北京市陈经纶中学本部高中贯通部优秀青年教师研究学习会新学期首期活动圆满举行。本次活动以“知行合一 寻根赋能”为主题，通过立项解读、读书分享、领导点评与互动交流四大环节，为青年教师指明了新学期研习方向，注入了前沿理论与实战经验的双重动力。

蓝图擘画：青研会立项解读，明晰学期成长路径

活动伊始，青研会会长常小兰老师对《贯通部优秀青年教师研究学习会立项方案》进行了全面而细致的解读。

常老师系统阐述了青研会“研读经典、研磨课堂、研究学生；修身立德、修心赋能、修业创新”的核心理念，并详细介绍了本学期“3+2+1”的研修体系。该体系规划了三次聚焦教学、德育、心理的理论深耕·读书分享会，两次涵盖校史寻根与技术融合的实践真知·沉浸式体验，以及一次成果凝练·年度交流会。这一清晰、系统的成长路径图，旨在通过“站稳课堂+阅读筑基+体验赋能+凝练升华”四位一体的模式，助力青年教师实现从理论到实践、从个体到团队的全面跃升。

智慧分享：从理论到实践，探索 AI 赋能学习方式变革新范式

紧随其后，青研会学习委员刘珊老师带来了题为“《成长型思维训练 2》：助力学生‘AI+学科学习’”的读书分享。

刘老师并未停留在书籍理论的简单复述，而是创造性地将其与秋季学期开展的《AI 与我们的历史学习》学科实践活动深度融合，呈现了一场极具启发性的“理论-实践”对话。分享聚焦三大核心议题：书籍如何赋能学科实践？如何带领学生适应 AI 时代？教学工作如何转化为科研成果？三个核心议题分层破题，为青年教师如何从经验型教学走向研究型教学提供了清晰范本。

高位引领：点评、互动与激励，凝聚团队前行力量

贯通部教学主任张静对本次活动进行了高屋建瓴的总结与点评。张主任肯定了刘珊老师分享的学术价值与实践意义，并指出，分享中关于“元认知”的阐述对青年教师学科专业发展极具启示，提醒大家要注重培养学生的策略性学习能力；关于“共情文化”与“失败设计”的解读，则为班主任工作提供了新的视角——如何构建支持性班级氛围，并将成长中的挫折转化为教育契机。这三点精准地连接了教学与育人，为青年教师的双向成长提供了理论支撑。

张主任还从贯通部教学质量提升的全局出发，特别点赞了在上学期教学中表现突出、成绩喜人的代雨容、董宇璇、刘凯航等多位青年教师，肯定了他们的专业实力与辛勤付出。同时，她分享了身边的榜样力量：常小兰、张莉梅等老师在日常教学与班级管理中的极致细致与无私奉献；初三年级亢思元老师带领全年级教师展现出的团结凝聚、攻坚克难的团队精神。这些身边的榜样，生动诠释了“经纶精神”，为全体青年教师树立了可学可做的标杆。

在互动环节，张滢怡老师主动分享了自己的收获。她表示，刘珊老师的分享让她对如何在历

史教学中理性、有效地运用 AI 工具有了更清晰的思路，对设计能培养学生高阶思维的学习任务深受启发，体现了本次分享强大的跨学科辐射力。

活动在热烈而充满希望的氛围中落下帷幕。它如同一粒饱满的种子，在新学期的土壤中播下。我们坚信，在学校的全力支持下，在青研会这一优质平台的滋养下，贯通部全体教师必将以更坚定的信念、更科学的方法、更饱满的热情，投身于立德树人的伟大事业中，在研究与实战中实现专业飞跃！（刘珊）

本部高中校区召开 AI 赋能教学培训暨寒假读书总结分享会

为深化人工智能与教育教学融合，提升教师专业素养，3月19日，北京市陈经纶中学本部高中校区召开 AI 赋能教学培训暨寒假读书总结分享会。全体教师在专家引领与同伴分享中，共同回顾假期学习成果，开启新学期教学新征程。

专家引领：洞见 AI 教育新图景

会议特邀北京教育科学研究院信息中心副主任唐亮博士作专题讲座。唐主任围绕“生成式人工智能与教育教学深度融合理念与实践”，从理论高度到实践路径，深入浅出地解析了人工智能赋能教学的前沿趋势与创新应用。讲座既有前瞻性思考，又有操作性指导，为教师们打开了智慧教育的新视野。

书香浸润：阅读中汲取教育智慧

寒假期间，学校为教师推荐了《生成式人工智能赋能教学与研究》和《教师的五项修炼》两本读物，鼓励大家在阅读中沉淀思考。分享环节中，初一年级夏伟超老师结合学科实践，分享了备课组在“判判”“飞象”等 AI 工具应用中的探索与反思，展现了从“试水”到“赋能”的实践进阶。

张成老师则围绕《教师的五项修炼》，分享阅读带来的心灵触动与自我觉察。“真正的教育不是用力的掌控，而是自然的流淌”，让在场教师深切感受到阅读对教育者心灵成长的滋养。

锚定课堂实效，深化智慧赋能：新学期教学工作再启程

会上，教学处杨秋静副主任就寒假教师读书心得的整体情况进行总结汇报，并对本学期依托“麦盟智慧课堂”开展教学分析的相关工作进行部署。

王小平副校长部署听课工作新要求：推动听课职能从“检查”向“研究”转变。同时她强调，教师应精心设计板书，以此为载体让课堂教学中的“思维”过程清晰“可见”，切实提升教学实效。

会议最后，徐琳校长作总结讲话，勉励全体教师，要以深度阅读积淀育人底蕴，以智能技术赋能教学创新，在躬身实践与反思中不断实现自我成长，共同推动学校教育教学质量迈向新台阶。

本次会议回顾学习成果，部署新学期工作，实现了从“假期充电”到“课堂实践”的有效衔接。本部高中将持续推进教师专业发展，以阅读涵养情怀，以技术赋能教学，为学校高质量发展注入持久动力。（杨秋静）

让科学家精神照亮成长路 校本培训定调新学期

——本部初中校区召开 2026 年春季学期校本培训大会

为明确新学期办学发展方向，部署教育教学重点工作，凝聚全体教师奋进力量，2月27日，北京市陈经纶中学本部初中校区召开了2026年春季学期教师校本培训会。会议全面梳理新学期工作思路，聚焦教师队伍建设、教学质量提升、德育内涵深化、智慧校园建设等核心工作，为新学期教育教学工作开好局、起好步奠定坚实基础，本部初中全体教师参会。

本次大会以“让科学家精神照亮成长之路”为核心指引，紧扣学校三年发展规划，内容丰富、安排紧凑。大会伊始，学校宣布了新任英语教研组长回杨、物理教研组长王姗姗两位教师，两位新任教研组长依次登台表态发言。回老师结合十七年从教经历，从做好教研带头人、服务者、合作者三个方面，提出打造团结务实、有温度有活力的英语教研组的目标；王老师则从传承物理组优良传统出发，明确将立足高效课堂、探索AI技术赋能物理教学、助力教师专业发展作为工作重点。两位老师的发言，彰显了经纶教师的担当与初心，也让全体教师看到学校教研队伍的中坚力量。

教学处张婷玉副主任围绕新学期教学工作立项进行详细解读，提出六大核心规划：聚焦常规提质，筑牢教学管理生命线，通过二级巡视制度、深化听课评课制度、推进个性化辅导，制定明确的教学质量目标；深化课程建设，打造特色课程新生态，重点推进语文整本书阅读、科学家精神特色科技类课程建设，实现校本和社团课程精品化发展；赋能教师专业成长，激活专业发展内生力，以青研会平台为依托，开展教学科研能力培训、深化师徒结对、推动教研组活动与课题研究深度融合，打造特色学科月；深化课堂改革，践行“真问题、真探究、真实践”的三真课堂新样态，打造多样化课堂形式；优化作业设计，减轻学生课业负担，严格落实教育部作业量规定，创新作业设计形式，利用大数据分析优化作业布置；构建AI教学矩阵，赋能教育教学数字化转型，推动人工智能与各学科教学深度融合。

在智慧校园建设板块，集团信息办公室主任姚维红详细介绍了人工智能赋能教育教学的应用场景与新学期工作要求，提出打造集团智慧校园应用典型案例校的目标。学校将依托“1+2+6+N”数智赋能办学新模式，重点推进大数据精准教学平台、智慧作业、AI作文批阅、AI英语听说、AI课堂教学分析等十大深度融合应用场景建设，同时开展人工智能体系化建设，以案例驱动、科研引领，完善“四个一”配置保障，推动教育教学数字化转型。此外，还对校园网络安全、电教设备使用与报修等事项提出明确要求，为智慧校园建设保驾护航。

德育处杨海龙副主任以“向阳而生，求真而行”为主题，阐述新学期德育工作立项。围绕科学家精神深化德育改革，将科学家精神转化为“善提问、会学习、勇创新、报家国”的育人目标，从重构校园文化、深化德育实践活动、夯实专业支撑三大方面入手，通过打造科学家精神主题校园文化、开展科技节、精准小院士评选等实践活动、构建家校社协同育人机制、打造高素质德育队伍，让科学家精神融入学生成长全过程，丰富“向阳花开”德育课程体系内涵。

盛宇辉书记以“师德铸魂，安全护航”为主题开展师德师风教育，强调教育的本质是生命性

的守护，要坚守“健康第一”的教育底线，关注学生身心健康，培养学生健全的人格与向阳的心态。结合教育部相关工作部署，要求全体教师严守师德规范，使用文明用语，给予学生正向鼓励，同时做好学生安全保障工作，以教育家精神呵护每一位学生的成长，让每个孩子都能眼中有光、向阳生长。

校办主任任力还对新学期常规管理工作进行明确要求，涵盖教师职业形象、坐班制度、考勤管理等方面，强调全体教师要严格遵守工作规范，弘扬办公室正能量，以良好的精神风貌投入新学期工作，让教育家精神融入日常教育教学的方方面面。

大会最后，赵黎黎校长作总结讲话，对新任教研组长的担当、对假期中默默奉献的教师们致以感谢。赵校长深入阐释了学校“让科学家精神照亮成长之路”的办学理念，明确学校将从高质量发展向科技特色示范初中校迈进的发展方向，围绕培育新质人才构建理念体系与实践体系。同时，提出新学期四项重点工作：一是打造质量过硬、特色发展的教研组，守住质量底线、搭建教师发展平台、打造教科研成果输出高线；二是狠抓学生身心健康工作，保障体育锻炼时间、渗透心理健康教育、开展教师心理健康培训；三是从作业量抓起落实减负提质，精简作业设计、提高课堂效率，加强备课组有效备课；四是做好各项重点工作落实，以扎实的行动推动学校发展。赵校长希望全体教师凝心聚力、笃行实干，在和谐进取的氛围中推动学校新学期工作再上新台阶。

此次教师校本培训大会，为学校新学期工作划定了重点、明确了方向、凝聚了共识。全体教师深受鼓舞、倍感振奋，纷纷表示将以此次大会为契机，秉持教育家、科学家精神，立足本职岗位，凝心聚力、真抓实干，以更加饱满的热情、更加务实的作风，投身新学期教育教学工作，为本部初中的高质量发展贡献力量，让科学家精神照亮每一位学生的成长之路。（马嘉骏）

锚定新航向 聚智共成长

——本部初中校区青研会新学期首次会议顺利召开

3月10日，北京市陈经纶中学本部初中校区青年教师研究会以“锚定新航向 聚智共成长”为主题召开本学期首次会议，全体青年教师齐聚一堂，在分享与研讨中开启专业发展新征程。

会议伊始，青年教师研究会董秋平老师阐述了本学期青研会的工作方向。她指出，青年教师应锚定学校教师专业成长发展目标，以教育家精神为引领，努力成长为“四有”好老师和新时代“大先生”，具体体现为专业精深的“智慧之师”、仁爱笃行的“德行之师”以及开拓创新的“创造之师”。成长离不开学习与实践，寒假期间，老师们共读了两本书——《教师的五项修炼》旨在筑牢教育“内功”与根基，《GenAI时代如何做教师》则为教师掌握未来教育“外挂”工具提供了指引。以此为序，新学期首场“精神大餐”——读书分享会拉开帷幕。四位教师从不同角度切入，结合教学实践，带来了内涵丰富、干货满满的感悟。

赵紫薇老师以“意愿”为关键词，阐释“意愿是教师成长起点”的核心观点。她从仁爱之心、对教育的理解、对职业的敬畏三个层面展开，通过烹饪大赛、专题研学、亲子露营等鲜活育人案例，讲述了以爱育爱、蹲下来倾听学生心声的教育故事，让在场教师深切感受到教育意愿背后的

温度与初心。她强调，“意愿”是可以修炼的——它来自教师对学生的爱、对教育的深刻理解以及对职业的由衷敬畏。

张会会老师聚焦“锤炼”，提出“锤炼是在实践中打磨，在反思中精进”的理念。结合七年初中数学教学经验，她从打磨课程品质、沉淀专业能力、反思失误价值三个方面，分享了自己从“会上课”到“上好课”的成长路径。通过课堂锤炼、育人耐心锤炼、复盘反思锤炼，她不仅带领班级屡创中考佳绩，更实现了从经验型教师向研究型教师的转型。现场，张老师展示了厚厚的手写备课资料，用行动诠释“教育是一场慢功夫，教师的成长永远在路上”。她寄语同伴：锤炼课堂、锤炼初心、锤炼专业，做有温度、有功底、有成长的教师。

蒋帅老师以“学习”为核心，剖析新时代教师从“知识传授者”向“终身学习者”的角色转变。他提出构建兼具专业深度与跨界广度的“T型”知识结构，并从向书本学习的科学策略、以他人为师搭建多元学习共同体、掌握数字化技术赋能教学三个维度展开。结合地理学科特点，他分享了GIS、人工智能等技术助力地理实践力培养的创新路径，强调让学习成为教师成长的不竭源动力。

肖毛毛老师紧扣“创新”，带来《从经验到创新——AI赋能化学课堂的实践与思考》。她指出，教师创新需立足学生与时代变化，从观念、内容、方法三维突破。通过微创新、打造“跨学科+项目式”DIY天气瓶课堂、运用3D数字人讲解化学史、借助智能体引导学生设计实验，她实现了从“知识灌输”到“激发思维”的课堂转型，让化学课堂充满创新活力。同时，她通过创意活动从科任角度达成全育人效果，激发学生内驱力，推动学生主动成长。

分享环节结束后，董秋平老师部署了本学期工作实战安排。她提出构建“实战场”“会诊室”“孵化器”三位一体的研修体系：依托公开课、研究课的听评课打造“实战场”，借助教学与带班困惑沙龙开设“会诊室”，通过课题研究与论文转化建设“孵化器”，全方位助推青年教师进阶发展。她勉励大家，要以培养拔尖创新人才的七条路径培养自己，全面提升教学实力与教研素养。

赵黎黎校长对青年教师的专业探索给予高度肯定，并鼓励大家以创新驱动发展。她深入解读了新学期青年教师“六个一”成长行动：承担一次精细的校级以上研究课，撰写一篇高质量教学论文，主持或参与一项课题研究，独立开展一个学生社团，积极改进一个教学微创新点，讲述一个深入学生的真实教育故事。赵校长强调，“六个一”既是任务清单，更是专业成长的阶梯，旨在让每一位教师在教学相长中留下清晰足迹，实现从“合格”到“优秀”再到“卓越”的跨越。她勉励青年教师，要在“六个一”的实践中不断积累教育智慧，让成长有迹可循，让奋斗有果可鉴。

盛宇辉书记在讲话中进一步升华会议主题。他指出，青年教师要以打造人民满意的教育为根本目标，将个人成长深深扎根于立德树人的沃土之中。盛书记强调，“深入学生成长”不是一句口号，而是要真正走进学生的内心世界，理解他们的需求，陪伴他们的发展，在成就学生的同时成就自我。他期望全体青年教师永葆教育初心，以深耕的姿态、笃行的精神，不断锤炼师德师风，努力成为学生为学、为事、为人的“大先生”。盛书记最后寄语青年教师：教育是一场温暖的修

行，愿大家在教书育人的道路上，既有仰望星空的理想，更有脚踏实地的担当。

本次青研会读书分享活动，不仅是一场思想的盛宴，更是一次成长的集结。四位教师的精彩分享与领导的殷切寄语，为青年教师注入了新的思考与动力。站在新学期的新起点上，本部初中青研会将继续以“锚定新航向、聚智共成长”为使命，搭建更多互学互鉴的平台，推动青年教师在理论与实践的交融中拔节生长。教育之路，道阻且长，行则将至；行而不辍，未来可期。全体青年教师将以此次会议为起点，在教育家精神的引领下，携手并肩，共同书写教育人生的崭新篇章。（赵紫薇）

凝心聚力启新程 笃行实干谱新篇

——帝景劲松分校帝景北校区多维发力推进新学期育人工作

为确保春季开学平稳有序、高效推进，全面夯实新学期发展根基，新学期开学第二周，帝景劲松分校帝景北校区精心谋划、统筹部署，扎实开展系列工作，相继召开教研组备课组工作计划分享会、班主任带班方略分享会、青研会专题活动及行政后勤部门工作规划会，分层推进、精准发力，凝聚全校育人合力。

深耕教学提质效 研思共进促发展。为落实新学期教学要求，帝景北校区各教研组、备课组全面部署推进重点工作。各组立足上学期工作，明确提升目标，聚焦“四阶五维”思维生长课堂，建构学科特色课堂模型；扎实推进学科习惯与素养贯通培养，深化跨学科整合；统筹开展学科活动、社团及参赛工作。中期将以“课例+汇报”展示成果，全力促进课堂提质与教学质量稳步提升

坚守育人初心 抓实班级管理。落实“健康第一”理念、强化学生习惯培养，帝景北校区召开“有责、有光、有度”班主任工作会。德育处反馈开学首周班级工作并提出明确要求；教师分享育人智慧，年级组长交流管理经验，诠释教育平衡之道；进一步强调班主任要肩上有责、心中有光、言行有度，扎实做好班级管理与习惯养成，筑牢德育根基。

智驭 AI 促成长 青研奋进建新功。青年教师研究会开展专题活动，助力青年教师专业成长。青研会会长解读本学期工作计划，明晰发展路径；五位教师围绕“智驭 AI 赋教学，研思共享促成长”主题，分享 AI 教学实践经验，碰撞创新教学思路。鼓励青年教师主动拥抱新技术，深耕课堂、研思并进，以专业成长助力学校教育高质量发展。

凝心聚力强保障 精耕细作优服务。为共筑校园发展基石，行政团队将强化服务与担当，提升效能，做好协调保障。全体行政人员落实“八精育人”理念，把事做精、抓细抓实，全力做好教育教学保障，营造安全和谐校园环境。

新征程催人奋进，新使命重任在肩。帝景北校区将以饱满的热情、务实的作风、创新的举措，统筹推进各项工作落地见效，凝心聚力、笃行实干，奋力谱写学校教育发展新篇章。（弥萱）

凝心聚力启新程 笃行实干谋新篇

——保利分校召开 2026 年春季学期校本培训会

春山可望，奋进当时。为全面提高学校办学质量，深入贯彻落实教育部及全市教育工作会议精神，扎实推进学生身心健康工作，3月1日，北京市陈经纶中学保利分校召开 2025-2026 学年春季学期校本培训会。会议由保利分校党政办公室主任宗赵霞主持，全体教师参会，培训会旨在统一思想、明确目标、凝聚育人合力，为学校新学期高质量发展擘画蓝图。

会上，吕娜书记首先作专题培训。她向全体教师致以新春祝福，高度肯定上学期全体教职工的辛勤付出与育人成效，重点传达教育部 2026 年新春工作会议及全市相关工作部署精神，深刻阐释新时代教育发展要求，强调必须牢固树立“健康第一”教育理念，把学生身心健康工作摆在教育教学核心位置。吕书记指出，全体教师要坚守育人初心，提升专业能力，以高尚师德与扎实学识护航学生全面发展。

随后，陈江华副校长结合上学期学业质量各项指标，对全校各年级、各学科的学业质量进行全面、精准、深入的数据分析。他以详实的统计数据为支撑，多维度系统梳理各学科的教学成效，客观剖析教学过程中存在的学科发展不均衡、学情把握不精准、教学方法待优化等问题，同时结合各年级的学段特点，精准定位不同学科、不同班级的提升空间。他指出，学业质量是学校教育教学工作的核心体现，上学期学校整体学业质量稳中有进，但仍需靶向发力、精准提质；新学期全体教师要以此次质量分析为导向，聚焦教学痛点与难点，加强集体备课与学科研讨，优化教学策略，因材施教，针对不同层次的学生制定个性化的教学与辅导方案，同时强化学科间的交流合作，形成教学合力，推动全校学业质量实现整体提升。

教学处康燕芳主任围绕新学期教学立项工作进行详细解读，并对教学常规工作提出明确且具体的要求。本学期，教学立项紧扣初中课堂教学改革重点，聚焦作业设计优化、分层教学实施、高效课堂构建等核心议题，鼓励教师以课题研究为抓手，以研促教、以研提质，不断提升自身教研能力和教学水平。在教学常规要求方面，康主任针对备课、上课、作业设计与批改、课后辅导、教研活动等关键环节提出要求，强调全体教师要抓实抓细教学常规，严把教学质量关，让每一个教学环节都落地见效，夯实学校教学发展的根基。

学生发展处赵鑫主任对新学期德育工作立项进行解读，并发布德育重要活动预告。赵主任结合初中生身心发展特点和学校德育工作总体规划，以成长性思维为指导思想，围绕家校共育体系构建、学生行为习惯养成、主题德育课程开发等方面展开，强调德育工作要贴近学生、贴近生活、贴近实际，让德育入脑入心。同时，赵主任预告了新学期学校重点德育活动，明确了各项活动的时间节点和工作要求，并强调要坚持“德育为先，五育并举”，将德育工作融入教育教学全过程，着力培养学生良好的道德品质和行为习惯，促进学生全面发展。

陈旭老师开展的“以无形场域 塑有形成长”主题讲座，为一线班级管理育人工作提供了精准高效、可落地的实践指导。讲座中，陈旭老师结合自身丰富的育人经验，围绕班级常态管理、特色活动设计等具体路径，详细剖析了如何深耕班级无形场域。她强调，要通过常态化的正向引

导，营造积极向上的氛围场；要通过科学合理的规则设计，搭建有序可循的规范场；要通过持续的习惯培养，筑牢长效成长的习惯场，最终让班级规范内化为学生的自觉行为，让场域的隐性力量转化为学生成长的显性成果，真正实现“以场域之‘形’，塑成长之‘实’”，为班级管理工作注入新的思路与活力。

大会最后，荣丽校长作总结讲话，为学校新学期发展提出整体工作要求。荣校长首先对本次大会的各项议程和各部门的新学期工作规划给予充分肯定，她表示，新学期是学校提质发展的关键时期，全体教师要紧扣“精准发力、勇于担当”的核心要求，把思想和行动统一到学校的工作部署上来。随后，荣校长从三个方面提出具体要求：一是持续深化师德师风建设，始终将立德树人作为根本任务，坚守教育初心；二是聚焦教学质量提升，狠抓教学常规落实，以教学立项推动教学改革，破解教学难题；还要创新德育工作形式，落实各项德育活动，构建全方位、立体化的德育体系；三是强化团队协作意识，各年级、各学科、各部门要凝心聚力、密切配合，形成育人合力。荣校长希望全体教师能够以时不我待的紧迫感、真抓实干的责任感，踔厉奋发、勇毅前行，以扎实的工作成效推动学校教育教学工作再上新台阶，共同书写学校发展的崭新篇章。

此次春季学期全体教师大会的召开，不仅为新学期学校各项工作的开展理清了思路、明确了方向，更凝聚了全体教师的育人共识，鼓舞了干事创业的士气。全体教师表示，将把本次会议精神落实到实际工作中，以饱满的热情、务实的作风、扎实的行动，深耕课堂、潜心育人，以实际行动践行教育使命，为学校的高质量发展贡献自己的力量。（刘雪亮）

力研质量 开学即冲刺

——保利小学开学学期教学计划交流会暨开学质量工作会

为确保新学期教育教学工作高起点开局、高质量推进，开学前夕，北京市陈经纶中学保利小学召开了2025-2026学年度第二学期教学计划交流会暨开学质量工作会。会议由教学质量中心牵头，全体干部、年级组长、全学科教研组长、备课组长共同参加培训。

会议包含部门质量分析、学科组质量分析、六年级质量提升经验分享、保利小学八大赋能工程方案解读、校区管理经验分享等多项议程，为新学期教学工作擘画清晰蓝图。

教学质量中心负责人围绕“全面提升学生综合素养”的育人目标，呈现多维度质量数据、辨析亟待解决的问题和突破举措，带领干部教师全面了解质量中心新学期工作计划与核心任务，为整体教学工作锚定重点。语、数、英三学科负责人，围绕期末考试情况，基于学科发展视角，从题型、学情、课堂实施、素养目标等进行深入分析和举措、要求的说明，聚焦问题，阐明新学期工作重点和实施路径。

为推动学校重点工作落地见效，教学部门率先对“思辨悦读、智慧启迪、语通世界、美育润心”四个工程的方案进行细致阐释。随后“铸魂领航、科技筑梦、强体正心、幸福家园”四个工程的负责人也深度解读了工程方案。此环节将宏观工作目标转化为具体方法和行动路径，为各层级干部、组长有效落实工作提供了有力抓手。

质量提升，实干为要。上学期，六年级在期末考试中取得了成绩突破，成绩中凝聚了干部教师的智慧和心血，同时也验证了一些具体有效的提质举措。会上，六年级冯宇凡、赵家欣、汤晨、胡秀珍四位教师，分别从教研组长、备课组长、学科教师等不同角度分享了提质增效的务实做法与显著成效，为全体参会教师提供了宝贵的经验。柏林爱乐校区负责人分享了校区基于“守正求精”建设目标的管理经验，从数据盘点、精准施策、身心健康关注、均衡发展推进等方面展开交流，相关举措成效显著，亮点突出，为各校区发展提供了有益参考。

张彦薇书记对干部教师的发言给予肯定，并强调：教学要直面问题，真抓实干，通过聚焦一生一案、打造开放课堂、强化班级组职能、抓实青年教师培养等关键举措，稳步推进教育教学质量持续提升。

最后，景朝霞校长总结讲话，强调集团提出的“开学即冲刺”要求，叮嘱带组干部要深入年级一线，精准解读、梳理各项工程方案，全面推动各项工作高质量落实。她指出，保利小学质量核心团队要站稳关键岗位，凝聚强大合力，以过硬担当为学生的全面发展提供最坚实的保障。（鲍娜）

骏马踏春启新篇 奋蹄致远育未来

——保利小学召开新学期工作部署大会

春山可望，奋进当时；骏马踏春，逐光前行。3月1日上午，北京市陈经纶中学保利小学全体教职工齐聚一堂，隆重召开新学期工作部署大会。会议紧扣立德树人根本任务，深入践行“健康第一”教育理念，紧密衔接学校“十五五”发展规划，以“八大工程”为核心抓手，共绘学校发展新蓝图，凝聚全员奋进新力量。

大会伊始，景朝霞校长以“骏马踏春启新篇 奋蹄致远育未来”为核心主题作主旨讲话，为新学期工作明确方向、注入动能。她强调，2026年作为学校“十五五”发展规划的开局之年，是实现高质量发展的攻坚之年，学校将以八项工程为总揽，统筹布局、协同发力，厚植育人沃土、坚守教育初心，全力培育德智体美劳全面发展的新时代“金钥匙”少年。这份清晰的蓝图与坚定的目标，点燃了全体教师教书育人的热忱与担当，凝聚了大家深耕教育、潜心育人的信念与力量，更唤醒了全体教职工对学校新五年发展的美好憧憬与前行向往，激励着大家坚守“为党育人、为国育才”的初心使命，以策马扬鞭的昂扬之姿、实干笃行的务实作风，深耕育人一线、潜心赋能成长，同心同向、奋勇争先，携手开启学校未来五年发展新征程，共筑教育事业发展新辉煌！

随后，学校三项重点工程负责人依次登台，对实施方案进行详细解读、明确任务举措，为新学期工作划定重点、指明路径。

思政铸魂强根基，立德树人守初心。李娜副校长围绕思政铸魂工程，明确七大具体工作举措，提出要以“铸魂领航工程”为核心，以“金色品格培养”为抓手，以“立体评价体系”为支撑，推动思政教育融入日常、抓在经常，切实为学生健康成长筑牢思想根基、把稳人生航向。

强体正心护成长，健康护航向未来。张莹主任与宋田组长共同解读强体正心工程，指出学校将全面贯彻“健康第一”教育理念，严格落实上级工作部署要求，牢牢把握“身心健康是学生全面发展的前提和基础”的核心原则，聚焦学生“四小”问题综合防治，从体育锻炼强化、心理健康疏导、健康习惯培育三大维度精准施策，保障学生每天综合体育活动时间，深化“以体强心、以美润心”育人模式，全方位守护学生身心和谐发展。

深耕课堂提质效，创新教学促发展。鲍娜主任以“把住硬核、练出真功、做出实效”的核心理念，全面部署新学期教学重点任务，明确提出“变革教学方式，共创开放课堂”的工作目标。六年级汤晨老师结合教学实践，分享“小组合作”教学经验，为全体教师提供可借鉴、可推广的教学范本。

大会落幕，实干启程。会后，各年级组迅速行动，在年级主任带领下深入学习会议精神，结合年级与班级实际细化新学期工作计划，聚焦教学提质开展研讨交流，进一步凝聚共识、汇聚合力，为新学期全面育人工作开好局、起好步。

此次大会，明确了发展方向，凝聚了奋进力量。未来，保利小学全体教职工将以骏马奋蹄之姿、以实干担当之行，书写学校高质量发展的崭新答卷！（李媛婧）

破浪前行 向光而生

——集团游泳大学部组织开展游泳冬训

室外寒风掠过，游泳馆内却涌动着炽热的浪潮。在北京市陈经纶中学教育集团游泳大学部组织下，经纶游泳队、花样游泳队的队员们以水为伴，用汗水书写青春的篇章；与此同时，远在云南高原的另一支队伍正挑战极限，在稀薄的空气中锤炼意志。三地联动，共赴一场关于成长与突破的约定。

泳池里的“速度与激情”。游泳队在余永舜教练的指导下，聚焦体能强化与竞技策略提升。每日训练涵盖陆上力量练习、耐力游、速度游及出发、转身等细节打磨，并通过模拟赛检验训练成果。余教练强调：“寒假是突破技术瓶颈的关键期，必须让每个动作形成肌肉记忆。”

高原上的“逆风飞翔”。赵海涛教练率领的12人队伍在海拔2000米的云南泳池展开特训。高原稀薄的空气使训练强度倍增，队员需克服呼吸困难、易疲劳等挑战。赵教练介绍：“高原训练可提升血红蛋白含量，增强回平原后的爆发力与耐力。”

水中的“芭蕾精灵”。冬日泳池，碧波为证。李昕璐老师带领花游小将们在寒假集训中坚守热爱，以刻苦训练诠释体育精神。一次次伸展、一遍遍打磨，每一滴汗水都是奔赴梦想的注脚。不负韶华，不负热爱，在坚持与拼搏中，绽放少年最美的姿态！

本次集训后，队员们将带着淬炼出的技术与意志，迎接新赛季的挑战，每一滴汗水都是未来的伏笔，每一次坚持都在靠近梦想。这次集训，他们以水为镜，照见更好的自己；以梦为帆，驶向更远的未来。（陈泓宇）

经纶篮球，冬训聚力：从雏鹰振翅到雄鹰翱翔

——集团篮球大学部开展篮球冬训

当新春的暖意驱散冬日的寒冷，北京市陈经纶中学教育集团篮球大学部也圆满完成了一次充满汗水、拼搏与传承的冬训旅程。本次篮球冬训，以“薪火相传，逐梦 2026”为引领，紧紧围绕“梯队建设、以赛促练、精英集训、文化传承”四大核心，先后组织三大主题活动，为新赛季奠定坚实基础。

寒假前周末试训：夯实基础，科学选材

冬训伊始，篮球大学部即组织了多轮周末试训。这不仅是一次常规训练，更是对“小初高贯通培养体系”的一次精准摸排。

通过系统的专项技术测试、体能评估和实战模拟，我们为每位参训队员建立了个人数据档案，为后续的梯队分层、个性化培养提供了科学依据。试训中，小队员们（“小学雏鹰”）展现了无限潜力，初高中队员（“初中飞鹰”“高中战鹰”）则不断锤炼着技术与意志，体现了“课程-社团-梯队”贯通培养模式的蓬勃活力。

“正德杯”集团篮球联赛：以赛代练，检验成果

1月25日至28日，第二届“正德杯”集团篮球联赛在本部高中体育馆燃情开战，这是对冬训第一阶段成果的最佳检验。本次比赛覆盖小学、初中、高中三个学段，参赛规模空前，战况激烈。

小学组：帝景分校小学部、保利小学分获冠亚军，小6雏鹰队获得优胜奖，展现了集团篮球新生代的强劲实力。初中男子组：本部贯通队力压群雄夺得冠军，嘉铭分校、劲松分校分获亚军，竞争异常激烈。高中男子组：集团一队摘得桂冠，团结湖高中、集团三队紧随其后。

比赛不仅决出了胜负，更通过“正德杯”这一品牌赛事平台，完善了球队的梯队结构，实现了集团内各校区、各年龄段队员的切磋交流与共同进步。赛场上的每一次攻防，都是“敢于亮剑、永不言弃”的经纶篮球精神的生动写照。

集团精英队员冬令营：聚力淬炼，瞄准未来

在“正德杯”的余热中，集团篮球精英队员们迅速投入了为期十日的冬令营集训。

本次冬令营旨在进一步统一技术规范、打磨战术配合、锤炼团队精神，是打造“经纶雄鹰”的关键一环。集训聚焦“金奥标准”，通过高强度的训练和内部对抗赛，提升核心队员的竞技水平和比赛阅读能力，为征战 2026 赛季市级的赛事储备能量、磨砺尖兵。

冬训亮点：传承与连接，不止于篮球

本次冬训，最大的亮点在于“传承”。一是贯通培养体系初见成效：从小学雏鹰、初中飞鹰、高中战鹰，到代表最高水平的经纶雄鹰，一条清晰的篮球人才培养通道在实践中愈加顺畅。“正德杯”和冬令营正是这一体系成果的集中展示。

二是“师兄回队”，情暖经纶：冬训期间，举办了“经纶杯”2024、2025届学长返校（师兄回队）联谊活动。安邦、罗恩泽、姜熠谦、廖子轩、季嘉鹏、王锐、李林泽、高周宇、姜皓钧、

张驰等十位已升入北京工业大学、中央财经大学、南京航空航天大学、中国人民公安大学、首都医科大学等知名高校的优秀毕业生重返母校。他们不仅与学弟们切磋球技，分享大学生活，更以过来人的身份，为正在备战高考的高三队员们送上了真挚的祝福与鼓励，相约在大学赛场再见。这份跨越届别的“传帮带”情谊，是经纶篮球最宝贵的财富，也是对“薪火相传”育人理念最温暖的诠释。

一次冬训，一场淬炼，一段传承。从周末试训的汗水，到“正德杯”的呐喊，再到冬令营的拼搏，以及师兄们带来的温暖与激励，篮球大学部的这个冬天，充实而充满力量。展望 2026，集团篮球大学部将继续以“课程建设、社团赋能、赛事提质、科研引领”为四轮驱动，深化体教融合，直面“学业与训练平衡”的挑战，朝着构建更优育人生态、打造高水平“金奥运动队”的目标，振翅高飞，一往无前！（集团篮球大学部）

冬训砺锋芒 逐梦向赛场

——集团田径大学部开展田径冬训

冬日寒风掠过经纶操场，却吹不散田径队少年们的热血与执着。当清晨的微光洒向跑道，当傍晚的余晖映亮沙坑，熟悉的呐喊声与脚步声，成为校园冬日里最动人的旋律。冬训，是积蓄力量的时光，是打磨技术的征程，更是北京市陈经纶中学教育集团田径人坚守热爱、砥砺前行 的见证。这个冬天，经纶田径队以冬训为基，在寒风中锤炼意志，在训练中夯实本领，只为在未来的赛场上，绽放属于经纶的光芒！

冬训正当时，秣马厉兵磨硬功

冬训是田径运动的“黄金储备期”，更是提升运动能力、打磨技术细节的关键阶段。为了让队员们在冬日实现体能与技术的双重突破，经纶田径队教练组结合队员的年龄特点、项目优势和体能基础，制定了科学系统、针对性极强的冬训计划。

从基础的耐力跑、力量训练，到各项项目的技术精细化打磨，从短跑的起跑加速、长跑的节奏把控，到跳高、跳远的动作规范，每一项训练内容都经过精心设计。清晨的耐力拉练，让队员们在冷风中锤炼心肺功能；下午的力量与技术训练，教练组一对一指导，纠正每一个细微的动作偏差。即使寒风刺骨，队员们的训练热情依旧高涨，跑道上的每一次冲刺，沙坑中的每一次跳跃，器械旁的每一次发力，都是少年们对热爱的最好诠释。

以专业护航，以初心育人

冬训的有序开展，离不开教练组的专业指导与默默付出。为了更深入了解本次冬训，我们特别采访了陈经纶中学田径负责人宋田老师，听听他对本次冬训的解读。

以热爱为帆，以坚持为桨：在田径队，每一位队员都有着自己的运动目标，也有着属于自己的冬训感悟。他们迎着寒风训练，在汗水与疲惫中坚守，用少年的热血，诠释着对田径运动的热爱。我们采访了不同年级、不同项目的三位队员，听听他们的冬训心声。

冬训的时光，是枯燥的，也是充实的；是疲惫的，也是成长的。寒风中，经纶田径队的少年

他们用汗水浇灌梦想，用坚持诠释热爱，他们的身影，成为校园里一道最靓丽的风景线。

教练的专业指导，是队员们前行的灯塔；队友的相互鼓励，是彼此坚持的力量；心中的热爱与期许，是支撑他们不畏严寒、奋勇向前的底气。冬训砺锋芒，蓄力待绽放，相信经过这个冬天的打磨与沉淀，经纶田径队员们必将在未来的赛场上，乘风破浪，再创佳绩！

愿每一位经纶田径少年，都能带着冬日的坚守与热血，在属于自己的赛道上，奋力奔跑，不负热爱，不负韶华！（王子尧）

经纬科学大讲堂

——本部初中校区成功举办经纬科学大讲堂（第一期）活动

为深入落实科学育人理念，传承科学家精神，推动集团化办学资源共享，切实发挥“课程创新计划”的辐射带动作用，3月10日，北京市陈经纶中学本部初中校区成功举办经纬科学大讲堂（第一期）活动——讲述航天故事、追逐太空梦想。

资源辐射：课程创新共享，集团筑梦航天

科技强国背景下，本部初中立足百年名校的历史积淀与时代责任，提出“让科学家精神照亮成长之路”的育人理念，结合初中生身心发展规律和成长特点，将科学家精神转化诠释为“善提问、会学习、勇创新、报家国”的育人方向，引导学生在学习与生活中像科学家一样思考、像科学家一样学习、像科学家一样面对问题与挑战，让科学家精神成为学生成长路上的精神坐标与前行动力。本次活动特邀中国载人航天工程专家申行运教授担任主讲嘉宾，以中国航天发展历程与载人航天精神为核心，为经纶学子带来了一场兼具科学性与感染力的航天精神盛宴。本部初中初二年级学生在现场参与，其他年级和集团其他校区学生则通过线上直播同步听讲，实现优质教育资源跨校全覆盖。

精神引领：航天精神铸魂，科学家故事润心

申教授通过一个个感人至深的故事，诠释了“特别能吃苦、特别能战斗、特别能攻关、特别能奉献”的四特精神。他讲述了钱学森先生放弃美国优渥生活，历经5年斗争回国，立志“同中国人民一道建设自己的国家，使我的同胞能够过上有尊严的幸福生活”；邓稼先作为“核弹之父”，为找回氢弹试验残骸，不顾辐射风险冲上前线，最终因直肠癌离世，一生为国奉献；郭永怀在飞机失事的10秒内，与警卫员紧紧抱住装有航天机密文件的公文包，用生命守护国家利益；酒泉卫星发射基地的将士们“献了青春献终身，献了终身献子孙”，在艰苦环境中坚守航天事业；翟志刚在神舟七号出舱时，面对轨道舱火灾警报，依然坚持完成任务、展示国旗；聂海胜、刘洋等航天员在执行任务前，舍小家为大家，将国家利益置于首位。这些故事深深打动了在场每一位学子，让航天精神在心中扎根。

申教授还结合航天人的工作状态，勉励学子们珍惜当下的学习条件。他提到，航天人践行“5+2、白加黑”的工作模式，白天黑夜、周末节假日不停奋战，才能实现中国航天的快速发展；王亚平成为航天员后，曾三年未走出航天城，潜心钻研基础理论，付出了常人难以想象的努力。

他告诫学子们，学习如同航天科研，难免遇到困难和压力，唯有勤奋努力、脚踏实地，将聪慧与勤奋结合，才能实现梦想，成为国家栋梁。

科学育人：立足课堂实践，厚植报国初心

申教授强调，中国航天的成功，离不开党和国家的英明决策、全国人民的支持、一支年轻有为的人才队伍，更离不开载人航天精神的传承。他希望学子们认清时代形势，感谢对手带来的压力，树立“祖国利益高于一切”的信念，坚定理想、埋头苦干，牢记“弱国无外交，落后就要挨打”的道理，爱科学、爱航天、爱祖国，德智体美劳全面发展，将来为国家发展贡献力量。最后，同学们踊跃提问，与申教授对话，在心中种下了探索宇宙、追逐梦想的种子。

初一（6）班罗修齐：讲座中，专家用生动易懂的语言，讲述了我国航天事业从无到有、从弱到强的发展历程，介绍了航天员严苛的训练、太空生活的奇妙与挑战，以及一代代航天人攻坚克难、为国奉献的感人故事。我真切感受到了“特别能吃苦、特别能战斗、特别能攻关、特别能奉献”的载人航天精神，心中充满敬佩。专家还勉励我们热爱科学、勇于探索、立志报国，把个人梦想融入祖国发展。他的话语朴实而有力，在我心中种下了追逐梦想、崇尚科学的种子。我明白了，任何伟大成就都不是轻易得来的，离不开日复一日的坚持与付出。

作为新时代少年，我们要以航天工作者为榜样，珍惜学习时光，勤奋刻苦、迎难而上，努力学好知识、锻炼本领。今后我会把航天精神记在心里，脚踏实地、积极进取，长大后用所学回报祖国，为科技强国贡献自己的一份力量。这场讲座让我受益匪浅，也让我更加坚定了努力学习、逐梦前行的决心。

初一（8）班薛闻天：听完郭永怀烈士的故事后，我的心里久久不能平静。郭永怀爷爷在生命的最后一刻，想的不是自己，而是保护那份重要的文件。他用身体护住了祖国的希望，这种精神让我特别感动，也特别敬佩，他让我明白了什么叫“责任”，什么叫“爱国”。

以前我总觉得，保家卫国是那些科学家、军人的事。但现在我认为，爱国其实就在我们每个人的心里，体现在平时的行动中。作为一名初中生，我现在能做的，就是好好学习，认真听每一堂课，做好每一次作业，不怕困难，勇于探索。也许将来我也能成为一名科学家，为祖国的科学事业贡献力量；也许我会成为一名老师，把郭永怀爷爷的故事讲给更多的学生听；也许我会成为一名工程师，设计出更先进的装备。不管将来做什么，我都要像郭永怀爷爷那样，心中有祖国，肩上有责任。我要努力学习，对得起先烈，扛起大任，让我们的祖国更加强大。

初二（2）班齐泽民：我向申老师提出了一个问题：中国人用37年完成第一次一百次火箭发射，靠的是什么？申老师认真听完，坚定地告诉我：是人才。这两个字虽然简单，却让我豁然开朗。中国航天能一步步走向成功，正是因为有一代又一代优秀人才前赴后继、刻苦钻研。没有强大的人才队伍，就没有今天的航天奇迹。这也让我深深明白，国家的发展、科技的进步，最终都要靠人才来支撑。

这次讲座让我深受启发。以前我只在课本和新闻里看到航天成就，今天才真正懂得，每一次成功发射的背后，是无数科研工作者的默默付出、日夜攻关。航天事业依靠科技，科技发展依靠

人才，而人才的成长，依靠从小努力学习、打下坚实基础。作为一名初中生，我们正处在学习知识、增长本领的关键时期。申老师的分享，不仅让我了解了航天知识，更让我树立了努力学习、报效祖国的志向。今后，我会以航天人为榜样，认真对待每一堂课、每一次练习，不怕困难、勇于探索，努力成长为对国家、对社会有用的人才。

初二（5）班马玟妍：互动提问环节，我满心好奇，特别想请教关于未来月球科研基地的问题。然而机会有限，举手数次都未能获得提问机会。讲座结束后，我不愿带着遗憾离开，便鼓起勇气，走到申老师面前：“申教授您好！听了您关于月球基地的设想，我非常向往。作为一名初中生，如果我们未来想参与到这样伟大的事业中，现在最应该注重培养哪些能力？”

申教授停下交谈，亲切地看着我，认真思考后回答道：“首先，要有扎实的知识基础，特别是数理化的基本功。其次，要保持强烈的好奇心和探索精神，就像你今天这样勇于追问。再者，航天是集体的事业，要从小培养团队协作意识。最后，要锻炼好身体，培养坚韧不拔的意志——探索宇宙不仅需要智慧，也需要强健的体魄。”这让我明白：科学探索的道路上，需要的正是这种敢于追问、勇于行动的精神。

从今天起，我将更认真地学习每一门功课，更积极地参与集体活动，更坚持地锻炼身体。我相信，今天播下的航天梦想种子，经过不懈努力的浇灌，未来定能生根发芽。感谢学校组织的这次宝贵活动，让我们有机会近距离感受航天精神，树立科学报国的志向。

“经纬科学大讲堂”是本部初中落实“课程创新计划”的重要载体，此次邀请申行运教授进校园，不仅为学生们打开了探索宇宙的大门，更将航天精神融入校园教育，实现了“资源辐射、精神育人”的目标。未来，学校将持续发挥集团化办学优势，不断丰富课程资源，邀请更多顶尖专家走进校园，让更多经纶学子在科学家精神的感召下，树立远大理想，勇担时代使命，共筑逐梦穹顶的青春华章。（本部初中德育处）

水培植趣润心灵 劳动实践促成长

——本部初中校区学生开展水培种植及习作活动

为丰富假期学习生活，培养学生实践能力与劳动意识，2026年寒假里，北京市陈经纶中学本部初中校区初三6班在盛宇辉老师带领下，开展了富有意义的水培种植及习作活动。同学们以家中常见菜根为原料，亲手培育绿植，在观察与照料中感悟生命、收获成长。

活动初期，不少同学对水培种植心存疑惑，认为普通菜根难以生根开花。在老师的指导下，大家认真学习植物生长原理，动手开启水培实践。李沅墨同学细致记录道：“小心地切下两厘米厚的胡萝卜头部，橙红的切面光滑水润，还渗着清甜的汁水。我找来透明玻璃杯，装上清水，把胡萝卜头稳稳放进去，让水面刚好没过底部，再把杯子移到阳光充足的窗台。看着这截普通得不能再普通的根茎，我满心期待，又有些怀疑：它真的能开花吗？”

在日复一日的悉心照料下，原本不起眼的菜根悄然蜕变，给大家巨大惊喜。黎朔阳同学满怀欣喜地描写：“推开阳台门，我被眼前的景象惊艳。白菜头开出淡黄色小花，像小小的向日葵；

萝卜头的紫色花朵簇拥成云霞，飘着淡淡清香；油菜头的白色小花星星点点，像碎钻缀在绿丝带上，蝴蝶也循着花香翩翩起舞。谁能想到，这些即将被丢弃的菜根，竟能绽放如此光彩！”

水培之美，不仅在于眼前的繁花，更在于心底的成长。同学们在见证生命绽放的同时，也收获了深刻感悟。负嘉然同学感慨：“白菜花，也是花。它开在窗台，开在清水中，更开在我心里。它让我懂得，生命的价值不在出身与外表，而在认真活过、努力绽放。平凡的生命只要心怀热爱、坚韧生长，也能拥有属于自己的春天。”孙天翊同学说：“花的价值，从来不在名贵与否，而在是否坚守本心、奋力绽放。”

此次活动，老师们也积极参与其中。盛宇辉老师亲手种植的油菜，经过半个多月的精心养护顺利开花。他分享感受：“油菜花虽小，但也在努力体现自身的价值，我们也要像油菜花一样努力生长，展现最美的自我。”

大家纷纷表示，水培种植看似简单，却离不开耐心与细心。从菜根生根、长叶到绽放，大家真切感受到生命的力量，体会到劳动带来的快乐与成就感，心中也种下了顽强生长、向阳而行的种子。此次实践活动既锻炼了同学们的自主学习与动手能力，又增强了班级凝聚力，还通过一篇篇作文习作，汇成班级小报展示，为中考积累了作文素材，更是初中成长岁月的见证，将激励同学们以沉稳、坚定、积极向上的心态，勇敢迎接初三的挑战，努力绽放属于自己的青春光彩。（本部初中初三6班学生）

迎“篮”而上 青春当“燃”！

——本部初中校区初二年级“班级超级联赛”圆满落幕

迎“篮”而上，青春当“燃”！备受瞩目的北京市陈经纶中学本部初中初二年级“班级超级联赛”（班超）决赛于近日圆满落下帷幕。

初二男生篮球比赛

在为期数周的激烈角逐中，各班级队伍全力以赴，为荣誉而战。

决赛赛场上，气氛紧张激烈，球员们攻防转换迅速，精准的投篮、默契的配合、顽强的防守，一次次将现场气氛推向高潮。场边观战的同学们也热情高涨，加油声、欢呼声此起彼伏，共同见证了这场热血沸腾的青春对决。

经过多轮鏖战，比赛结果尘埃落定：冠军，初二3班；亚军，初二1班；季军，初二6班。

本次“班超”联赛不仅展现了同学们高超的球技和默契的团队协作，更彰显了经纶学子顽强拼搏、永不言败的体育精神。比赛虽已落幕，但青春的赛场永不止步，期待同学们将这份拼搏的热情延续到学习和生活中，继续绽放光彩！

初二女生定点投篮

本次比赛也面向全体初二女生，以班级为单位展开定点投篮项目的激烈角逐。

赛场上，各班选手全神贯注、沉稳出手。持球、瞄准、起跳、投篮——篮球在空中划出一道道优美弧线，应声入网的瞬间，场边掌声与欢呼声此起彼伏。比赛不仅考验个人的投篮精准度，

更考验团队的协作与心态调节能力。每一次出手，都是日常训练成果的最好检验。

经过多轮鏖战，比赛结果尘埃落定：冠军，初二1班；亚军：初二4班；季军，初二5班。

本次“班超”联赛不仅为女生搭建了展示自我的舞台，更点燃了同学们参与体育运动的热情。学校将继续开展丰富多彩的班级体育赛事，让更多学生在运动中享受乐趣、增强体质、锤炼意志。

（本部初中体育组）

健体逐梦启新程 活力毓秀展风采

——帝景劲松分校毓秀校区“毓秀杯”系列班级体育赛正式启动

近日，陈经纶中学帝景劲松分校毓秀校区隆重举行新学期“毓秀杯”系列班级体育赛启动仪式，全体师生齐聚运动场，以昂扬姿态开启全员健身新篇章。

仪式伊始，毓秀校区校长冯琳致辞，强调学校始终坚守“健康第一”育人理念，以“毓秀杯”为载体，打造全员参与的体育赛事平台，引导学子走出教室、走向操场，在运动中强健体魄、锤炼意志，为全面发展筑牢健康根基，让体育精神浸润校园。

随后，体育组组长安宁老师宣读赛事议程，明确赛程安排、参赛规则与评奖办法，并开展赛事安全动员，从赛前热身、赛场防护、文明参赛等方面作出细致部署，保障赛事安全有序推进。

在紧张有序的联赛抽签环节，各班代表依次上台抽签，对阵格局正式揭晓，点燃了全体同学的参赛热情与集体荣誉感。

仪式最后，精彩的展演与竞赛轮番上演。灵动舒展的课间操展演节奏明快、默契十足，绽放青春活力。

师生篮球联谊赛火热开赛，师生同场竞技、携手比拼，欢声笑语与加油呐喊交织，将现场氛围推向高潮。

此次启动仪式奏响了校园体育活动的序曲。未来，毓秀校区将持续深耕体育文化建设，让运动成为校园常态，助力学子在拼搏中成长，在健康中逐梦。（陈仲童）

燃动百日 智赢未来

——保利分校初三年级体智拓展班级赛圆满落幕

为锤炼初三学生拼搏意志，深化“体育+学科”融合育人模式，落实“健康第一”教育理念，3月17日，北京市陈经纶中学保利分校“燃动百日 智赢未来”初三年级体智拓展班级赛圆满落幕。全体初三师生齐聚运动场，在奔跑中释放青春活力，在协作中凝聚班级力量，以昂扬之姿为学业成长蓄力赋能，让体育精神与学科素养在实践中深度交融。

活动伊始，全体初三学生在校操场整齐列队，精神抖擞、气势昂扬，展现出初三学生奋勇前行的坚定信念。学生发展处赵鑫主任进行动员讲话，她向同学们寄予奋进期许，鼓励大家以此次体智拓展赛为契机，在运动中锤炼坚持不懈的毅力，在协作中涵养团结共进的精神，将赛场上的拼搏劲头转化为前进的动力，不负青春、不负韶华。

动员仪式结束后，体育健康跑活动正式拉开帷幕。在体育教师的专业指导和有序组织下，同学们以班级为单位，迈着整齐的步伐踏上跑道。大家步伐坚定、奋勇争先，汗水浸湿衣衫，却始终保持着昂扬姿态，在跑道上挥洒青春汗水，展现出朝气蓬勃、不畏挑战、永不言弃的青春风采。测试过程中，班主任与体育教师全程陪伴，师生相互鼓励、彼此支持，跑道旁的呐喊声、加油声此起彼伏，赛场之上处处洋溢着拼搏向上、团结友爱的热烈氛围。完成测试后，同学们稍作休息调整，快速平复状态，以最佳精神面貌迎接接下来的学科拓展打卡挑战。

学科拓展打卡环节是本次活动的亮点所在，更是学校“体教融合”育人理念的生动实践。语文、数学、英语、物理、化学、历史、道法七大科目教师精心研磨教材核心知识点，将学科内容与团队游戏深度融合，打造出一系列兼具知识性与趣味性的挑战关卡，让同学们在“玩中学、学中悟”，在轻松愉悦的氛围中巩固知识、提升素养。

看图猜成语的语文趣味挑战，让传统文化与文字积累碰撞出火花；通力协作的数学武士数独，在逻辑推理中考验团队默契；生动有趣的英语你比我猜，让口语表达变得鲜活有趣；创意十足的物理意面塔搭建，将抽象的力学知识转化为动手实践；巧思妙想的化学轨道搭建，在操作中感受科学的魅力；寓教于乐的历史投壶，让千年历史文化在趣味竞技中传承；考验配合的道法不倒森林与呼啦圈传递，在协作中涵养责任与担当。

各关卡前，同学们手持专属闯关卡，以小组为单位分工协作、头脑风暴，相互提醒知识点、彼此配合闯难关。有人专注思考破解难题，有人默契配合衔接动作，有人轻声鼓励加油打气，从认真思索到豁然开朗，从齐心协力攻克难关到成功打卡后的欢呼雀跃，每一个瞬间都彰显着团队的力量与青春的活力。现场的各学科守关教师化身“关卡守护者”，严格审核、细致指导，耐心解答同学们的疑问，用温暖的鼓励陪伴大家闯关，整个打卡过程秩序井然、趣味盎然。最先完成所有学科打卡的小组，还能前往兑奖处领取精美奖品，这份小小的荣誉进一步点燃了同学们的参与热情，让每一份努力都得到认可。

活动最后，迎来了激动人心的颁奖环节。本次活动以班级为单位进行综合评定，结合各班级团队表现、体育测试成绩、学科打卡完成效率等多个维度，公平公正评选出多个优秀班级，并现场为获奖班级颁发奖状与奖品。一张张奖状承载着班级的荣誉，一声声喝彩传递着师生的喜悦，不仅是对各班团队协作、奋勇拼搏的充分肯定，更让同学们在收获成就感的同时，进一步增强了班级凝聚力和集体荣誉感，凝聚起学业奋进的强大合力。

此次初三年级体智拓展班级赛，是保利分校落实“健康第一”教育理念、推进“五育融合”的重要举措，更是一场集体育锻炼、知识巩固、团队协作于一体的育人实践。活动既让同学们在紧张的初三学习中放松了身心、强健了体魄，又通过趣味化的学科打卡实现了知识的巩固与提升，更在团队协作中培养了同学们的集体意识、互助精神和拼搏意志。正如“以体育人、以体育智”的育人初心，这场活动让体育精神与学科素养深度融合，为初三学生的学业奋进之路注入了强劲动力。全体初三学生必将带着此次活动中的收获与力量，凝心聚力、奋勇拼搏，以坚定的信念、昂扬的姿态，书写属于自己的青春答卷，奔赴理想的彼岸！（徐桂 刘雪亮）

青春护蔚蓝 AI 育珊瑚

——保利分校学生化身海洋志愿者践行生态保护

近日，北京市陈经纶中学保利分校部分学生以海洋志愿者的身份，走进富国海底世界开展“珊瑚养殖记”研究性学习活动，在实践探究中，以 AI 技术赋能珊瑚养殖，用青春志愿行动守护海洋生态。

作为“智探蔚蓝 科创未来”海洋主题系列活动的延伸，此前学校已围绕海洋科技与生态保护开展了丰富实践：从科技节开幕式上极地科考专家带来的专题讲座，到初三年级宣讲团为学弟学妹们开展的海洋科普微讲堂，从学生讲解员走进富国海底世界的沉浸式研学，到校园内海洋生物标本与科技成果的巡展互动，一系列活动为本次珊瑚养殖志愿实践奠定了扎实的知识与能力基础，也让“关心海洋、认识海洋、保护海洋”的理念在校园里持续生根。

活动中，同学们在专业导师与海洋生态专家的指导下，系统开展软珊瑚养殖实践，从珊瑚基础认知、养殖设备调试、海水配置与水质监测，到日常养护、生长数据精准记录，一步步掌握珊瑚养殖专业技能，亲历珊瑚生长的全过程。作为海洋志愿者，同学们始终以严谨的态度完成各项实践任务，在团队协作中落实养殖工作，精准记录每一项实践数据，用耐心与细致守护着这些脆弱的海洋生命。

实践过程中，同学们充分运用 AI 工具，完成养殖数据可视化处理、实践报告优化、宣传海报设计及成果论文撰写等工作，实现科技与海洋生态保护的深度融合。大家借助数据分析工具直观呈现珊瑚生长趋势，用智能设计工具制作科普海报，将专业知识转化为通俗易懂的生态宣传内容，让更多人了解珊瑚保护的重要意义。

开学后开展的寒假特色作业学科展示中，学生代表初一 5 班张稀予同学精心准备，向全校师生展示了此次海洋志愿活动的宝贵经历。她分享道：“从最初对珊瑚的陌生，到亲手为它们调节水质、记录生长，我真切感受到海洋生命的脆弱与珍贵。AI 工具帮我们把复杂的养殖数据变成清晰的图表，让我们更直观地看到珊瑚的变化，也让我明白科技可以成为保护生态的有力武器。这段志愿经历不仅锻炼了我的动手能力，更让我懂得了‘守护’二字的重量。”

此次志愿实践，不仅让同学们提升了动手操作、跨学科探究的综合能力，更让大家在沉浸式的研究性学习中深化了海洋生态保护意识，以实际行动践行志愿精神，为守护蓝色海洋家园贡献青春力量。未来，学校将继续搭建更多实践平台，引导学生在探索中成长，在行动中担当，让生态保护的种子在青春里生根发芽。（张依晨）

科技思辨启心智 科创逐梦向未来

——崇实分校智能机器人科普讲座圆满举行

3 月 23 日，北京市陈经纶中学崇实分校积极响应集团课创计划，遵照集团统筹安排开展“科学家进校园”活动，特邀清华大学董景新教授来校，主讲以“智能机器人会统治自然人吗？”为主题的科普报告。本次活动由初一 1 班冯悠唐、初一 5 班胡明宇同学联袂主持，通过校园直播实

线上线下同步参与，初一年级全体师生共赴这场兼具趣味与深度的科技之约。

科学家进校园，共赴科普之约

董景新教授是深耕科研与科教领域的资深专家，身为清华大学精密仪器系导航与控制专业教授、博士生导师，同时担任中国青少年科技教育工作者协会专家、星辰启航共育未来航空航天科学教育专家，深耕青少年科技启蒙领域，用专业力量为青少年点亮科学灯塔。

活动伊始，两位主持人以亲切饱满的语调拉开讲座帷幕，向远道而来的董教授致以热烈欢迎，同时问候直播间全体同学，并阐述本次讲座的核心意义：帮助同学们破除对智能机器人的片面认知，着力培养科学思辨力，引导大家理性看待科技进步，牢记科技是服务人类、造福生活的工具，激发全校学子爱科学、学科学、用科学的浓厚热情。

解码机器人奥秘，思辨科技未来

当下人工智能飞速发展，智能机器人早已突破传统机械范畴，不仅具备远超自然人的行动力，更拥有完善的环境感知、自主学习、推理决策、规划行动等能力，逐步向“会思考”的高阶形态迈进，“智能机器人是否会统治人类”也成为大家热议的焦点话题。

针对这一焦点问题，董教授并没有直接给出答案，而是以讲座主题“智能机器人会统治自然人吗？”向现场学子抛出问题，引导大家主动思考、大胆表达，瞬间点燃了全场的思辨热情。

随后，他用通俗易懂的语言、生动鲜活的案例，带领同学们回溯从古代机器人到现代智能机器人的发展脉络，细致对比机器人与自然人的能力差异，以严谨的科学逻辑拆解大家的疑惑，打破科幻与现实的边界。整场讲座深入浅出、干货满满，既贴合初一学生的认知水平，又巧妙融入科学思维，让晦涩的科技知识变得易懂有趣。

互动答疑升温，少年求知不倦

讲座尾声，迎来备受期待的现场提问环节，初一5班、6班的同学们提前梳理疑问，踊跃举手、大胆发言，围绕智能机器人的应用场景、未来发展、技术边界等话题，与董教授展开零距离交流。董教授耐心细致、深入浅出地解答每一个问题，用专业见解回应少年们的好奇心，现场掌声不断、氛围热烈。为鼓励大家的求知热情，董教授还特意准备了精美明信片，赠予现场积极互动、大胆提问的同学，用这份小礼物定格同学们的科创初心。

伴随着热烈的掌声，本次科普讲座圆满落幕。董教授与全体现场学生合影留念，快门声中，少年们的笑脸和求知热忱被永久定格。散场后，许多同学依旧意犹未尽，纷纷围上前，满怀崇敬地向董教授索要签名，近距离感受科研前辈的风采，这份对科学的向往与崇拜，成为校园里最动人的画面。

此次“科学家进校园”活动，让崇实分校的同学们近距离接触人工智能前沿科技，不仅丰富了校园文化生活，拓宽了学子的科技视野、激发了创新思维，更让大家深刻认识到，在人工智能时代掌握科学知识、培养创新能力的重要性。未来，学校将持续搭建多元科普平台，开展丰富的科教活动，让科学精神浸润校园，助力学生拓展眼界、增长见识，在探索未知的道路上勇敢前行，争做有理想、有本领、敢创新的新时代科创少年。（藏研）

民族分校召开 2025 年度教科研工作总结与表彰会

3月1日，北京市陈经纶中学民族分校以“教研融合赋能课堂提质，智研深耕聚力育人实效”为主题，召开2025年度教科研工作总结与表彰会，全体教师参会。会议由崔凯副校长主持。

教科研工作总结汇报

教科研副主任史冀伟以“深研促教，数智赋能，课改提质”为主题作2025年度教科研工作总结报告，从教师梯队培育体系搭建、课程与教学改革深化、课题研究实效强化三大方面系统梳理学校过去一年在教科研领域的实践与成效、存在的问题，并明确后续重点工作方向。

优秀成果表彰

在成果表彰环节，赵艳波副书记宣读优秀校级AI研究课、优秀教科研成果表彰名单，郭锋校长为获奖教师颁发荣誉证书。

优秀教科研成果展示交流分享

冯惠老师以“以反馈为锚，让模型精准生长——探究环节即时反馈教学实践”为题，结合小学数学“商不变的性质”教学课例，阐释建模视角下学程反馈测评的实施路径与教学优化策略。

薛姣姣老师聚焦英语学科核心素养培养，以“搭建思维阶梯，赋能高阶成长，促核心素养落地”为题，分享依托思维阶梯设计实现学生语言能力与思维品质逐级发展的实践经验。

万东老师以“课堂教学情境创设的系统性设计与实践效果分析”为题，结合物理学科“串联电路中电压规律”教学，探究真实工程情境与课堂教学深度融合的路径与实效。

刘亚冬老师围绕美术学科育人实践，作“以美育人，铸就多彩的金石榴——美术学科育人实践路径探索”分享：构建“认知启蒙——实践体验——认同内化”三阶育人体系，推动中华民族共同体意识融入美术教学。

刘利红老师以“核心素养导向下初中美术AI赋能课堂的实践探索”为题，结合《探秘千里江山图的线条》课例，探索AI技术在优化课堂互动、实施分层指导中的有效应用，为学科与数智技术融合提供了实践范式。

课题研究分享

陈召芬老师作“数字化教学对中小学语文阅读与习作能力提升的策略研究”专题分享，从课题研究背景、实施路径、阶段性成果等方面，全面展示学校在语文数字化教学领域的探索与实践，凸显了课题研究在日常教学的深度融合，为学校后续校本课题培育、市区级课题申报提供了宝贵经验。

校长讲话

郭锋校长作总结讲话。他肯定了此次年会评选的规范性、标准的严谨性以及教师参与的广泛性；高度评价本次年会分享成果具有价值导向正、教研过程实、探究方式活、思维层次深、教育视野远的鲜明特点；特别赞扬了教师们利用AI等技术突破传统局限、提升教学质量的努力；鼓励全体教师打破“薄弱校”的刻板标签，保持“日拱一卒”的坚持精神，通过持续的同伴互助与自我积累，实现教育教学水平的稳步提升。

本次教科研年会的召开，既是对学校 2025 年度教科研工作的全面总结，也进一步明晰了新学期重点发展方向，并为教师搭建了专业交流、互学互鉴的优质平台。全体教师将以此次年会为契机，将教科研成果转化为教学实践行动，深耕课堂、潜心研究，持续推动研教融合走深走实，赋能学生成长，推动学校内涵式发展。（史冀伟）

百年经纶正青春 凝心聚力续华章

——集团工会召开新学期工作部署会

3月12日，北京市陈经纶中学集团工会召开新学期工作部署会议，陈经纶中学党委副书记、集团工会主席冯梅及工会委员、各校区工会负责人齐聚一堂，围绕教师身心健康保障、专业发展支持、家校社协同、AI赋能工会、幸福工程建设及工会经费规范使用等内容，明确工作方向、部署重点任务，为学校105周年校庆凝聚合力，推动集团工会工作高质量发展。

会上，冯梅主席以“百年经纶正青春，凝心聚力续华章”为主题作工作部署，结合教育部“健康第一”相关要求及朝阳区教育强区转型关键节点，提出聚焦教师发展与关怀，推行减负理念、深化幸福工程，依托工会搭建专业成长平台，着力解决教师工作压力大、锻炼时间少、身心负荷较重等问题，倡导构建“健康、快乐、自信”的经纶教师内涵。

各校区工会负责人依次分享新学期工作立项：本部高中提出“当好娘家人，情暖人心”，聚焦民主办学、身心健康等五大方面，切实做好教职工服务；本部初中围绕“强师惠师夯基础，凝心聚力促发展”发力，从教师身心健康、专业发展、家校社协同等五大任务，打造有温度的教职工精神家园；保利分校以“凝心聚力强担当，匠心育人促发展”为主题，从身心健康守护、专业赋能、家校社协同等六方面部署工作，全力提升教师幸福感与归属感；保利小学以“以爱为源做服务，协同发展建家园”为主题，围绕师德建设、教师专业发展、温馨校园营造三大重点推进工作；帝景分校以“铸魂强基，聚力前行”为主题，从守正铸魂、强基赋能、暖心守护、校社聚力等五方面明确工作方向，凝聚合力助力学校高质量发展。

集团财务主任魏雅通报了2025年度工会经费收支情况及2026年预算安排，强调经费使用八项规范要求，确保经费管理合规透明、效益最大化。

冯梅主席充分肯定各校区工作规划，强调工会要坚持以教职工为中心，聚焦急难愁盼，加强自身建设、落实各项部署，以建校105周年为契机凝聚人心，秉持“大爱无疆、追求卓越”精神，助力打造朝阳人民最满意的教育品牌。

此次会议的召开，不仅为新学期工会工作理清了思路、明确了路径、压实了责任，更凝聚起集团各校区工会的巨大合力。会后，各校区工会纷纷表示，将结合自身工作实际，细化任务清单、明确推进时限，把会议部署的各项工作落到实处、落到细处，切实把工会服务做到教职工身边、暖到教职工心里。

集团工会将持续深化“健康第一”理念，聚焦教师身心健康与专业成长，不断创新工作方法、丰富服务载体，充分发挥工会桥梁纽带作用，以更扎实的工作、更贴心的服务，凝聚全体教职工

的智慧和力量，为学校集团化高质量发展注入不竭动力，奋力谱写经纶工会工作新篇章。（李冬新）

春风暖校园 温情致芳华

——本部高中校区开展三八妇女节庆祝活动

为热烈庆祝“三八”国际劳动妇女节，致敬辛勤耕耘在教育一线的女教职工，营造温馨和谐、尊师爱师的校园氛围，3月6日，北京市陈经纶中学本部高中校区精心组织开展系列庆祝活动，以暖心仪式与创意手作为全体教师送上真挚祝福，让校园处处洋溢着温暖与美好。

清晨入校时分，校园门口暖意融融。学生代表整齐列队，以饱满的热情迎接每一位教师入校。同学们亲手制作的绒花精巧雅致、寓意美好，在一声声真诚的问候与祝福中，被郑重送到老师们手中。小小的绒花承载着学子们的感恩之心，也定格下校园里最动人的尊师瞬间，让老师们在清晨便感受到满满的温暖与敬意。

校园内的卡片盖章摊位前，同样涌动着温馨暖意。一张张月历卡片精心印制着校园四季景致，每一处都是师生熟悉的校园印记。老师们兴致勃勃地驻足挑选，再亲手盖上设计精巧的校园美景专属印章，将春日校园的鲜活生机与节日的真挚祝福，一同镌刻在卡片之上，珍藏这份独属于经纶校园的温暖纪念。

为丰富教师课余生活，舒缓工作压力，学校艺术组特别策划“漂漆扇”手工制作活动，让老师们在动手创作中感受传统文化之美，收获专属节日喜悦。在艺术组老师的悉心指导下，老师们尽情发挥创意，调漆、晕染、勾勒，亲手打造一把把色彩独特、风格各异的漂漆扇。指尖流转间，匠心与诗意相融，每一把扇子都成为独一无二的节日纪念，也让大家在轻松愉悦的氛围中放松身心、交流情谊。

此次三八妇女节系列活动，既有温情满满的仪式感，又有创意十足的文化体验，既体现了学校对教职工的深切关怀，也展现了陈经纶中学尊师重教、温暖向上的校园文化。本部高中全体教师将带着这份温暖与鼓励，继续以饱满的热情、昂扬的姿态投身教育教学工作，在教书育人的岗位上绽放风采，为学校高质量发展贡献智慧与力量。（郭松梅）

春风如你 熠熠芳华

——本部初中校区庆祝三八妇女节活动温暖举行

春回大地，万物复苏。在这个充满生机与希望的美好时节，我们迎来了“三八”国际妇女节。为了让辛勤耕耘在教育一线的女教师们度过一个温馨而有意义的节日，3月6日，北京市陈经纶中学本部初中校区精心策划并组织了“春风如你，熠熠芳华”主题庆祝活动，向全体女教师致以最诚挚的节日问候。

晨光中的第一份惊喜

清晨，本部初中的学生代表们早早来到学校，整齐列队在校门口两侧，等待着老师们的到来。

“老师，节日快乐！”“老师，您辛苦了！”伴随着一声声清脆而真挚的祝福，学生们为每一位踏入校门的女教师送上精心准备的节日礼物。老师们纷纷在学生的手绘海报处驻足留影，一笔一画都凝聚着同学们对老师深深的敬爱与感激之情。

老师们接过礼物，惊喜与感动溢于言表，脸上绽放出幸福的笑容。温馨的氛围弥漫在整个校园，师生情谊在这美好的早晨悄然升华。

健康相伴，关爱随行

为了让平日里辛勤工作的女教师们能够更好地关注自身健康，学校特别邀请呼家楼第二社区卫生服务中心各科室医护团队走进校园，为全体教职工开展了一场暖心的义诊活动。

来自妇科、中医科、全科、推拿科等多个科室的十余位专业医护人员，携带医疗设备，耐心细致地为老师们提供健康咨询、中医把脉、血压测量、康复指导等服务。他们认真倾听老师们的健康诉求，针对教师职业常见的咽喉炎、颈椎病、静脉曲张等问题，给出了专业的预防建议和治疗方案。

义诊现场气氛热烈而有序，老师们纷纷表示，这份“健康礼包”送到了大家的心坎里，让大家在忙碌的工作之余，感受到了学校和社会带来的温暖与关怀。

感恩于心，回报于行

此次三八妇女节庆祝活动，不仅让女教师们在节日里感受到了尊重与关爱，更是一次生动的感恩教育。学生们用画笔和行动表达了对老师的敬意，社区卫生服务中心的医护人员则用专业和爱心传递了社会温情。

本部初中始终致力于营造尊师重教、关爱女性的和谐校园文化氛围。未来，学校将继续开展更多形式多样、内容丰富的活动，让温暖与关爱在校园中持续传递，激励全体教职工以更加饱满的热情和健康的体魄，投身于教育事业，共同书写经纶发展的新篇章！（本部初中工会）

解压“香”伴 优雅如你

——帝景劲松分校工会举办三八妇女节主题活动

春风送暖，芳菲渐盛。为致敬全体女教师，丰富其精神文化生活，舒缓工作生活压力，3月6日，第116个国际劳动妇女节来临之际，陈经纶中学帝景劲松分校工会举办“解压‘香’伴，优雅如你”主题手工制作活动，邀请全体教师共赴治愈之约，共度专属节日。

本次活动以香薰制作为核心，老师们可随心挑选自己喜爱的香薰制品，亲手装饰薰蜡片、石膏或扩香石。从选材搭配到塑形凝香，每一步都浸满欣喜，每一件成品都凝萃着老师们的审美与心意。现场氛围轻松，伴着舒缓的音乐，老师们在动手创作中缓解压力、感受手工带来的宁静与成就感。

每一位女教师既是职场里的铿锵奋斗者，也是家庭中的温柔守护者，却常常将自身需求藏于身后。此次活动以“解压、治愈、优雅”为核心，为老师们提供专属放松时光，让大家暂时放下疲惫，在香气中放松身心、释放压力。活动中，老师们相互交流、分享点滴，拉近了距离、增进

了情谊。

此次活动不仅为女教师们送上节日祝福，更丰富精神生活，缓解工作压力，增强团队凝聚力。帝景劲松分校工会表示，未来将持续关注教职工身心健康，策划更多贴合需求的活动，让每一位女教师都能在工作中拔节成长、在生活中绽放巾帼芳华。（刘亚琨）

情暖三八 涵养品格绽芳华

——保利小学以感恩之礼致敬了不起的“她”

三月春风暖，感恩伴成长。近日，为迎接三八国际妇女节，落实金色品格培养与感恩教育要求，北京市陈经纶中学保利小学结合三月金色奉献月活动，紧扣学校幸福家园工程建设理念，开展了“情暖三八，涵养品格绽芳华——致敬每一位了不起的‘她’”主题活动，引导学子以心感恩、以行践德，厚植尊重与奉献的美好品质，让幸福暖意浸润校园。

清晨，校园里温馨满溢，校领导、男教师代表与学生代表在校门口迎接女教师，暖心问候与真挚祝福萦绕校园。学校依托幸福家园工程，布置了由学生精心准备的祝福信、贺卡和手工作品展区，女教师通过抽盲盒的形式收获专属惊喜，每份礼物都承载着爱与感恩，凝聚着师生间的温暖情谊。

课间阳光体育活动时段，幸福互动在校园里热烈上演，各校区体育教师精心设计的师生趣味体育游戏欢乐启幕，师生携手互动、默契配合，在欢声笑语中拉近距离、增进情感。游戏结束后，学生代表宣读“致敬身边的她”主题倡议，让尊重与感恩的理念深植每一位师生心中。

此次感恩教育活动中，学子们将感恩之心化作实际行动，积极响应、躬身践行。校园里，同学们化身劳动小能手，主动参与校园净化劳动实践，用双手守护美好校园环境，用劳动之美点亮幸福家园；家庭中，孩子们主动为母亲、长辈捶背做家务，送上亲手制作的心意礼物，道一句暖心感恩语，将校园里的幸福品格传递到家庭，让感恩与关爱在幸福家园与温馨家庭间双向传递。

此次活动既是温情的节日庆祝，更是生动的品格教育课与幸福家园工程的暖心实践。保利小学将节日氛围与感恩教育、金色品格培养深度融合，丰富幸福家园内涵，让学生在表达与实践中学会感恩、懂得尊重、乐于奉献，让幸福之花在校园绚丽绽放！（李媛婧）

推进新型自营食堂改革

——集团开展食堂管理专题培训

为深入落实北京市中小学食堂自营改革要求，全面提升各校区食堂管理水平，筑牢校园食品安全防线，2月26日，北京市陈经纶中学教育集团举办了校园食堂管理专题培训，邀请朝阳区中小学卫生保健所副所长戴伟明、校园餐饮部副主任邱云峰授课。

本次培训是集团响应校园餐提质增效刚性要求的重要举措，旨在进一步压实管理责任，规范操作流程，防范安全风险。培训由集团副校长穆洁主持，集团各校区行政副校长、后勤、物业主管干部、党政办及相关部门负责人参加培训。

培训中，戴伟明副所长以“强担当、转思路、促转型、提品质——依托食堂转型打造幸福校园餐”为题作专题培训，结合《北京市中小学幼儿园新型自营食堂管理指引（试行）》，系统解读新型自营食堂的定义、与传统模式的差异、改革政策背景及朝阳区实施要求，明确新型自营食堂以学校为责任主体，突出规范化、专业化、智能化、营养化、透明化五大特征，要求朝阳区首批符合条件的学校2026年秋季开学前完成转型，并就人员配置、工作量调整等共性问题答疑解惑，建议学校将学校整体发展与智慧食堂建设、学生体质管理相结合，提升工作实效。

培训后，集团要求各校区迅速落实三项工作：一是深学政策，结合校区实际制定“一校一案”，按期完成自营改革；二是巧学管理，转换管理角色，从管着干到带着干；三是提升服务，优化营养配餐，推进“食堂+食育”建设。同时重点强调要做好开学供餐保障，科学设计开学第一周菜谱，严格核查第三方服务人员到岗情况，确保新学期平稳有序。

本次培训进一步明确了食堂工作的重要性，增强了行政后勤工作人员的责任感。集团将以此次培训为契机，扎实推进新型自营食堂转型，切实守护师生“舌尖上的安全”，为学校高质量发展筑牢后勤保障。（袁建伟）

同心共育 护航成长

——本部高中校区春季学期家委会、膳食委员会联席会圆满召开

为深化家校协同、凝聚育人合力，切实守护学生健康成长，近日，北京市陈经纶中学本部高中校区召开春季学期家委会、膳食委员会联席会。学校领导、各部门负责人与家长代表齐聚一堂，围绕教学提质、德育活动、食堂管理、校园安全等议题坦诚交流、共商举措，会议务实高效、温暖走心。

会上，王小平副校长以高三教学为切入点，向家长全面汇报学校长期深耕教学、抓实课堂管理的扎实举措。她以高三备考规划为缩影，系统介绍学校多年来坚持深研教学、精细管理、聚焦课堂、助力突破的育人思路，让家长清晰了解学校在教学质量提升上的恒心与力度，坚定家校协同培养学生成长成才的信心。

吴爱兄主任详细介绍新学期德育与校园活动安排，重点部署校生联系会常态化推进工作，强调学校将第一时间倾听学生心声、尊重学生意见，让学生主动参与校园建设与发展。她明确提出健康第一工作理念，细致解读新学期在心理健康教育、体育锻炼等方面的创新举措，全面护航学生身心和谐发展。

张秋雨主任就学校食堂自营管理作专题汇报，向家长说明2000余名学生一日三餐、错峰就餐的组织难度与管理细节，呼吁学生理解配合、遵守就餐秩序、规范使用饭卡，共同维护文明有序、安全卫生的就餐环境与校园氛围。

徐琳校长讲话全面回顾了学校近四年来坚守教育初心、办好人民满意教育的扎实历程与显著提升。她表示，新的一年学校将继续深耕细作、提质增效，期待与家长同心携手、紧密合作，推动学校办学水平再上新台阶。

会议举行校园防欺凌委员会成立仪式，学校向家长代表颁发聘书。徐琳校长强调，该委员会的成立是校园安全防线的重要加固，这份聘书既是荣誉，更是责任，期待家校携手、联防联控，坚决防范校园欺凌，全力守护每一位学生的平安与尊严。

家长代表踊跃发言，真诚表达对学校办学理念、管理举措与育人成效的理解与支持，纷纷表示将一如既往当好学校的坚实后盾，积极配合、主动参与，与学校同心同向、并肩同行，共同为孩子成长保驾护航。

此次联席会搭建起坦诚沟通、务实协作的家校平台，进一步凝聚“同心共育、护航成长”的共识。本部高中将始终以学生为中心，坚守教育初心、做实育人细节，持续深化家校协同，用责任与爱心守护每一位经纶学子健康、快乐、茁壮成长。（吴爱兄）

美化校园践初心 爱校同行树新风

——本部高中校区开展爱校卫生大扫除活动

为进一步筑牢校园环境卫生防线，营造整洁雅致、文明有序、温馨舒适的校园学习与生活氛围，厚植全体师生爱校护校的家国情怀和集体意识，以焕然一新的校园风貌助力新学期各项教学活动稳步推进，3月6日，北京市陈经纶中学本部高中校区精心组织全校师生开展爱校卫生大扫除活动，全校各年级、各班级全员响应、积极行动，用双手擦亮校园每一处角落，共同打造洁净优美的校园家园。

此次大扫除活动覆盖校园全区域，学校提前统筹部署，明确活动时间、清扫范围与细化标准，层层压实责任，要求各班级摒弃“值日生专属打扫”的固有模式，落实全员参与、全面清扫、不留死角的核心要求，确保每一位师生都投身到校园美化行动中，凝聚起团结协作、共建美好校园的强大合力。活动启动后，校园内瞬间掀起热火朝天的劳动热潮，全体师生分工明确、配合默契，个个精神饱满、干劲十足，没有一人推诿懈怠，充分展现了经纶师生昂扬向上、乐于奉献的精神风貌。

清扫过程中，各班级严格对照清洁标准，对责任区域进行全方位、无死角整治。教室内，同学们两两协作、分工有序，有的认真清扫地面污渍与垃圾，反复拖拭直至地面光洁如新；有的俯身清理墙角、桌角、暖气下方、桌椅缝隙等易被忽视的卫生死角，彻底清除灰尘与杂物；有的细心擦拭可触及墙面、窗台、教室门窗及玻璃，让墙面无灰、窗台洁净、门窗透亮；还有同学专注整理黑板与黑板槽，擦拭课桌椅凳脚，统一规整桌椅摆放，清空桌面零散物品，让原本整洁的教室变得更加窗明几净、井然有序，处处透着清爽利落的学习氛围。

与此同时，各班级同步推进室外公共区域清扫工作，大家主动扛起责任，认真擦拭教室门框、门条框，细致清理楼道公共区域、班级门口及作业收发专区，规整公共桌椅、清除杂物堆放，针对走班教室、楼层多功能教室等公共学习场所，也进行了全面整理与深度清扫，确保校园楼道、公共区域、班级责任区处处干净整洁、秩序井然。从教室内部到室外走廊，从卫生盲区到公共空间，每一处细节都被认真打理，每一个角落都焕发新颜。

此次大扫除活动，不仅是一次简单的环境卫生整治，更是一堂生动的劳动教育实践课和爱校主题德育课。通过亲身劳动，全体师生深刻体会到劳动的价值，进一步增强了集体荣誉感、责任意识 and 爱校护校意识，把对校园的热爱转化为实实在在的行动，用汗水换来了校园环境的全面提质。活动结束后，学校相关部门对各班级清扫情况进行了全面检查与评比，全方位检验大扫除成效，鼓励全体师生持续保持校园整洁，养成爱护环境、讲究卫生的良好习惯。

整洁的校园环境是学校文明形象的直观体现，更是师生身心健康的重要保障。此次爱校卫生大扫除活动的圆满开展，让整个校园以清爽、洁净、崭新的姿态迎接新学期的每一天，也进一步营造了“人人爱校园、人人护环境”的良好校园风尚。未来，本部高中将持续常态化开展校园环境卫生整治与爱校教育活动，引导全体师生把文明卫生意识融入日常，共同守护美丽校园，助力校园文明建设走深走实，为学子们打造更优质、更舒适的成长成才沃土。（吴爱兄）

家校同心聚合力 护航成长启新程

——本部初中校区召开膳食委员会与膳食监督委员会会议

为搭建家校协同育人桥梁，筑牢校园食品安全防线，凝聚育人合力，切实保障学生健康成长，3月6日，北京市陈经纶中学本部初中校区召开膳食委员会与膳食监督委员会会议。家长委员与学校领导、相关部门负责人齐聚一堂，共商育人良策，共护学生“舌尖上的安全”，共绘学生成长蓝图。

会议伊始，德育处副主任杨海龙围绕“让科学家精神照亮成长之路”这一核心主题，详细介绍了新学期学校德育工作立项情况。她表示，科学家精神是青少年成长路上的宝贵精神财富，本学期学校将深耕多元育人模式，通过开展系列主题宣讲、科技实践、成果展示等活动，让学生近距离感受科学家们追求真理、勇于探索、甘于奉献的精神品质，从而以科技赋能成长，激发学生的科学探索热情，助力学生树立科技报国的远大理想，让科学家精神真正融入校园文化，浸润学生心灵。

随后，物业处主任邱晨虎与食堂经理贺毅共同就校园膳食工作进行详细介绍。邱主任强调，校园餐事关每一位学生的身体健康和生长发育，是学校工作的重中之重，学校始终坚持“种类丰富、营养均衡、安全卫生”的供餐原则，不断优化菜品结构，兼顾口味与营养，全力实现“让孩子们吃得健康、吃得放心、吃得舒心”的目标，切实守护学生成长的“营养防线”。贺经理结合日常供餐实际，详细讲解了校园餐的食材采购、菜品制作、种类搭配等环节。

在交流研讨环节，家长委员会与膳食委员会委员们积极建言献策、各抒己见，围绕“如何引导孩子多吃粗粮”“如何进一步优化校园餐营养搭配”“如何提升餐食口味适配性”等家长关心的热点问题，提出诸多贴合实际、具有针对性的宝贵建议，为学校进一步优化校园膳食服务提供了重要参考。学校相关负责人认真倾听、详细记录。

会议最后，本部初中党支部书记盛宇辉作总结讲话，对新学期家校协同育人及校园膳食工作提出三点要求：一是坚持安全底线，筑牢饮食安全“防火墙”，严格把控食材采购、储存、加工

等各个环节，落实全流程监管，确保校园餐安全无死角；二是聚焦营养均衡，打造学生满意“营养餐”，结合青少年生长发育特点，科学搭配菜品，丰富餐食种类，兼顾营养与口味，让每一位学生都能摄入充足营养；三是优化服务质量，提升师生就餐“幸福感”，倾听学生、家长的合理诉求，持续改进膳食服务，让校园餐成为传递教育温度的重要载体。

会议结束，在学校领导及后勤工作人员陪同下，全体参会家长共同参观食堂后厨、食材储存区等关键区域，实地查看后厨操作流程、卫生状况以及当日采购的新鲜食材，详细了解食材检验、餐具消毒、菜品制作等环节的规范化管理情况，直观感受学校对校园膳食安全的严谨态度和务实举措。参观结束，一行人员走进学生食堂，与孩子们共同享用午餐。

此次联合会议的召开，不仅搭建了家校高效沟通的坚实桥梁，增进了家长对学校育人工作和膳食管理工作的了解与信任，更凝聚了家校共育、共护成长的强大合力。未来，本部初中将持续秉持“以生为本”的教育理念，认真吸纳家长的合理建议，不断优化育人模式、提升膳食服务质量，携手家长共同为学生营造安全、健康、优质的成长环境，让每一位学生都能在科学家精神的指引下，健康成长、逐梦前行。（本部初中德育处）

筑牢安全防线 守护平安校园

——本部初中校区开展消防疏散演练活动

为切实增强师生消防安全意识，提升应急避险与自救互救能力，3月19日，北京市陈经纶中学本部初中校区组织全体师生开展了一场消防疏散演练活动。整个演练过程紧张有序、衔接顺畅，达到预期效果。

各班学生在当堂教师的指挥下，立即停止一切活动，弯腰低姿，用衣袖或毛巾掩住口鼻，按照预定疏散路线快速有序撤离教学楼。整个撤离过程仅仅用时2分40秒，全校两个年级、14个班级的学生均安全抵达操场指定位置。随后，各班迅速整队，班主任第一时间清点人数，并向年级组长汇报；年级组长汇总后，将本年级师生人数上报现场指挥杨海龙副主任。

集结完毕，陈昱栋老师对本次演练进行现场总结。他对全体师生在演练中的沉着冷静和规范动作给予充分肯定，认为大家在警报响起后能够迅速反应，有序撤离，把平时学到的逃生技能用到了实战中。

杨海龙副主任强调，安全无小事，每一次演练都是对生命的尊重和守护。希望全体师生以此次演练为契机，把消防安全意识融入日常，牢记逃生要领，掌握自救互救本领，做到遇险不慌、科学应对。学校也将继续把安全教育做实做细，为大家营造一个平安、和谐的学习环境。

此次消防疏散演练，不仅让全体师生亲身体验了火灾逃生的全过程，更在实战中巩固了应急避险知识，也让大家进一步熟悉了疏散路线和注意事项，为今后从容应对可能遇到的紧急情况奠定了良好基础。居安思危，思则有备，有备无患。未来，本部初中将继续常态化开展安全教育和应急演练，让安全的种子在每一位师生心中生根发芽，共同筑牢校园安全的坚实防线。（本部初中德育处）

食安筑防线 暖心护成长

——帝景劲松分校毓秀校区扎实推进食堂食安保障工作

为切实守护师生“舌尖上的安全”，筑牢校园食品安全坚固防线，新学期伊始，陈经纶中学帝景劲松分校毓秀校区扎实开展食堂全流程、全方位管理工作，以严谨态度、暖心举措，为师生健康饮食保驾护航。

周密部署 细致排查。开学前夕，学校领导深入食堂，进行专项检查与筹备督导。开学首日，帝景劲松分校校长李威、毓秀校区校长冯琳再次深入食堂一线，召开食堂工作现场会。李威校长强调：必须严把食材采购关、清洗关、烹饪关，守护好师生“舌尖上的安全”；规范操作流程，按各层级标准与要求严格制度执行，确保每一步都合规、每一环都放心；提升服务温度品质，饭菜不仅要卫生安全、足量充足，更要美味可口，让孩子们吃得安心、老师们吃得舒心；强化责任担当与节约意识，各司其职、互相配合，杜绝浪费，用心做好每一餐，用责任和细心筑牢校园餐健康保障。

校长陪餐 暖心守护。开学首日，帝景劲松分校书记徐琳、校长李威，毓秀校区校长冯琳走进班级与同学们共同就餐，实地体验菜品口味、饭菜分量与就餐环境。陪餐过程中，校长们亲切与学生交流，认真倾听用餐感受，细致了解大家对饭菜的意见和建议，用实际行动守护学生健康成长，让校园餐食更有温度、更有保障。

家校携手 共筑安心。开学首周，学校特邀膳食监督委员会家长代表入校陪餐。食堂负责人肖永良老师带领各位家长参观食堂，详细介绍食堂运行流程，确保教师餐和学生餐食材、标准、品质保持一致。家长们实地查看食堂环境、食材加工等情况，品尝学生餐食，直观感受校园餐饮品质。随后，校方与膳食监督委员会委员开展座谈交流，认真听取家长对食堂菜品、营养、服务等方面的需求与建议，搭建起畅通的家校沟通桥梁。家校同心携手，共同监督、持续优化，让食堂管理更透明、更规范、更放心。

食品安全无小事，暖心守护不止步。毓秀校区将持续以获评的“北京市中小学校健康食堂”为标准抓实抓细食堂各项工作，以更高标准、更严要求、更优服务，为全体师生提供安全、营养、美味的校园餐食，用心守护每一位学子健康成长。（陈仲童 刘思宇）

以食为先 膳护成长

——保利分校召开新学期家校联席膳食委员会专题会议

为筑牢校园食品安全防线，提升膳食营养与服务品质，守护师生健康成长，3月18日，北京市陈经纶中学保利分校召开了主题为“以食为先，膳护成长”的新学期家校联席膳食委员会专题会议。会议由学生发展处主任赵鑫主持，保利分校党总支书记吕娜、生活物业处负责人陈展雄、餐饮公司代表、家长代表共同参会。

会上，生活物业处负责人陈展雄作食堂工作汇报，从前期准备、日常管理、德育共管、专业规范四大维度，全面介绍学校在食堂管理中的举措：假期完成食堂布局优化、设备换新与保温升

级，确保冬季饭菜温度与食材存储安全；建立“双人联检”查验制度，实现进货-食谱-要货单-入库一一对应，严格把控食材新鲜度与保质期；推行“明厨亮灶”管理，形成全流程闭环监管，保障食品安全可追溯；同时通过德育引导，规范学生就餐行为，畅通家校沟通渠道，及时响应师生与家长建议。

随后，餐饮公司经理王文校进行专项汇报，介绍餐饮团队到校后，开学前完成的厨房操作流程规范、餐具消毒流程优化、食材验收标准细化等筹备工作，以及本学期将严格落实的食材保质期管理、每日菜品留样、加工环节规范操作等日常管理举措，承诺主动接受学校、师生及家长的全程监督，全力保障校园餐饮安全与品质。

在听取双方汇报后，膳食委员会成员与食堂管理人员深入交流。家长代表们对学校及餐饮公司在食品安全、营养均衡及服务优化上的努力给予高度肯定，围绕校园膳食工作提出多项宝贵建议，同时就进一步强化食品安全管控细节、合理调整学生用餐时间等方面交换了意见。

赵鑫主任表示，学校将第一时间梳理汇总家长的所有意见建议，联合餐饮公司逐项研究、落地落实，持续加强食堂日常监督管理，从菜品、营养、时间、安全等多方面优化提升，切实做好家校与食堂间的沟通桥梁，全力保障学生的膳食营养与就餐体验。

吕娜书记作总结讲话。她指出，校园食品安全与膳食保障是立德树人的基础工作，更是家校共育的重要纽带。学校将以此次会议为契机，把家长的建议转化为提升工作的具体举措，与餐饮企业携手筑牢食品安全底线，用心做好膳食服务保障，以更严谨的管理、更贴心的服务守护每一位学生的健康成长，让家长放心、让师生满意。

会议结束，家长代表们走进校园食堂，实地参观食材储存区、烹饪操作间、备餐区等区域，直观了解食堂的环境卫生、操作规范、食材管理等实际情况。家长代表与荣丽校长、吕娜书记共同现场品尝学生餐，切身感受菜品的口味、温度与营养搭配。在参观与陪餐的全过程中，家长们对食堂整洁的环境、规范的操作、新鲜的食材及可口的菜品给予高度认可，也真切感受到学校在膳食保障工作上的用心与细致。

此次膳食委员会专题会议，不仅凝聚了家校膳三方协同育人的共识，更通过实地参观、现场陪餐让家长零距离了解校园膳食工作，进一步完善了校园膳食管理与监督机制。保利分校将以此次会议为抓手，狠抓意见落实、细化服务举措、严把安全关口，持续提升校园膳食服务质量，以优质保障为学生健康成长保驾护航。（张依晨）

集团成员校斩获教育部多项“白名单”赛事奖项

近日，在朝阳区教育系统2025年度教育部“白名单”赛事组织工作评选中，北京市陈经纶中学、北京市陈经纶中学民族分校、北京市陈经纶中学保利小学获评赛事组织奖，多名教师荣获指导类奖项，成果斐然。

获奖名单

赛事组织奖：北京市陈经纶中学 北京市陈经纶中学民族分校 北京市陈经纶中学保利小学

奥林匹克竞赛优秀指导教师奖：北京市陈经纶中学 生物教师 李品

自然科学素养类优秀指导教师奖：北京市陈经纶中学崇实分校 王晓霞

人文综合素养类优秀指导教师奖：北京市陈经纶中学民族分校 王庆春

艺术体育类优秀指导教师奖：北京市陈经纶中学民族分校 刘利红 李占娟

此外，集团小学学段获得“白名单”赛事奖项 70 余人次，其中，金牌、一等奖 20 人次。

此次获奖，既是陈经纶中学教育集团长期深耕素质教育、高度重视科创育人工作的集中体现，也是学校坚持五育并举、全面育人理念的丰硕成果，更充分彰显了经纶教师团队扎实的专业素养、精湛的教学水平与用心尽责的指导能力。

未来，陈经纶中学教育集团将继续以赛事为契机，坚持以赛促教、以赛促学、以赛促成长，不断优化育人路径，为学生搭建更广阔、更多元的成长平台，持续激发学生的创新精神与实践能力，助力每一位学子全面发展、自信成长，在追梦路上稳步前行、绽放光彩。（金朝娣 郑欣 赵静）

用“道法术器”下好集团化治理大棋

刘雪梅

北京市陈经纶中学教育集团总校长、正高级教师

“集团化办学不是拼积木，而是种植一片森林——每棵树都有自己的姿态，但根系相连，共沐阳光。”

北京市陈经纶中学教育集团是一个拥有 46 个校址、3 万多名师生，涵盖小初高十二年基础教育的超大规模教育集团。如何让这个庞然大物“形散神聚”？我的答案是：用“道法术器”的东方智慧，下一盘“整分矩阵”的治理大棋。

以“道”铸魂：让“经纶人”成为共同的精神底色。集团大了，成员多了，最怕的就是“身在曹营心在汉”。唯有凝聚于共同的“道”，我们才能心往一处想，劲往一处使。

当薄弱校刚并入集团时，校长们习惯说“我们学校”，老师们私下嘀咕“他们集团”。我没有急于发文件，而是从百年办学积淀中提炼出“经纶精神”，设计出“知经纶、懂经纶、爱经纶、发展经纶”四阶浸润路径。新教师入职第一课是参观校史馆，中层干部研修时必讲经纶故事。渐渐地，分校校长们的口头禅从“我们学校”变成了“我们集团”。文化，就这样把三万师生拧成了一股绳。

以“法”立本：用“整分矩阵”破解规模魔咒。46 个校址，有直管校，有独立法人校，怎么管？我们形成了“一核两集三横四纵”的整分矩阵式管理模式。“一核”是核心——一个学校、一个标准、一体管理；“两集”是策略——对直管校区实行“集约式”管理，对独立法人校实行“集成式”管理；“三横”是贯通——小学、初中、高中三个学段统筹管理；“四纵”是分区——

将校区划分为四个子集团，实行“区域自治”。这套模式让集团既有“主心骨”，又有“弹性”。薄弱校可以借助集团资源快速提升，优质校可以保留办学特色。

以“术”育人：让每位教师都拥有“专业发展存折”。在一次调研中，我发现一位在农村学校工作了十年的老师，从未参与过区级课题，甚至不知道集团设有骨干教师工作室。我意识到，集团再大，也不能让任何一位老师掉队。于是，我们利用“教师专业发展存折”让每位教师都有一个电子档案，记录着发展规划、学术进展。这不仅是“记账本”，更是“导航仪”：老师可以清晰看到成长路径，集团可以精准推送培训资源。在此基础上，集团出台“四航工程”——新手“启航”、骨干“领航”、成熟“续航”、专家“远航”，让教师感受到自己在不同阶段都有相应的成长目标。

以“器”增效：用“一张网”打通管理的任督二脉。46个校址，管理成本可想而知。基于此，集团构建了“四朵云”智慧平台，40余项应用模块让管理从“线下串联”变成“线上并联”。资金审批从跑两天变成两分钟，放学后校长可以在手机上远程关闭任何一间教室的电脑。更深刻的变化发生在课堂：AI课堂诊断系统分析师生互动时长、提问频次，帮助教师从“经验型”走向“循证型”。

从文化认同到治理架构，从教师培养到技术赋能，这套“经纶模式”的核心，始终是对人的尊重、对规律的敬畏。（转自现代教育报微信公众号，2026年3月8日，《芳华绽放！京城女校长讲述教育“她力量” | 三八节特辑》）

制作：集团宣传办

编辑：罗军 黄杰

邮箱：cjlxcbs@163.com