

边城高级中学校本课程系列丛书

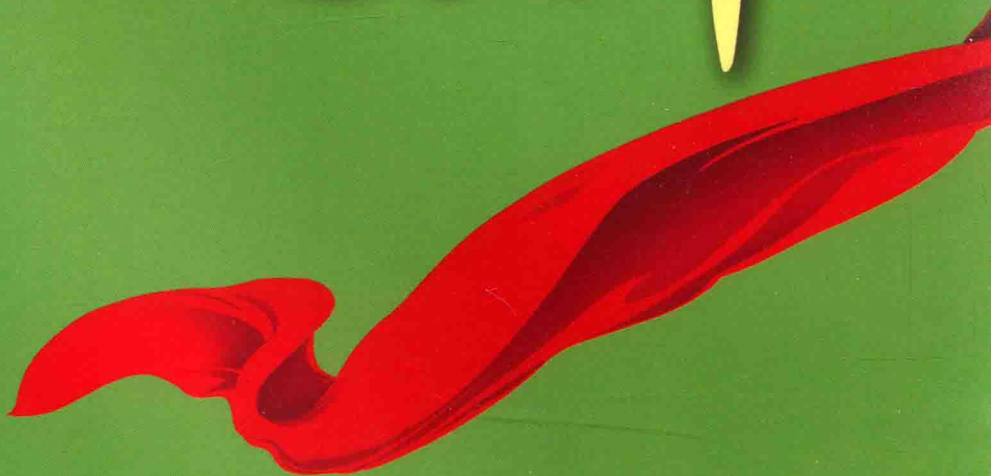
丛书主编 向 玮



在边高的 这些年

高一

王静容 主编



湖南师范大学出版社



丛书编委会

丛书主编	向 祎			
丛书副主编	罗永龙	石邦京		
丛书顾问	瞿寿华			
丛书编委				
王 麦	王 敏	王静容	文 峰	田昌洪
田忠友	田庆华	田冬梅	石庆春	龙林军
龙朝静	龙永霞	刘红春	刘有志	向绪根
吴寿星	吴立明	肖典福	陈秀坪	张发明
易长军	赵 云	唐庆吉	黄宏清	彭 林
彭林军	彭景庶	蒲宏清		

在边高的这些年

高一

主 编

王静容

· 副主编 ·

唐庆吉

· 编 委 ·

刘红春 吴立明

图书在版编目(CIP)数据

在边高的这些年(高一) / 王静容主编. --长沙:湖南师范大学出版社,
2017.9

ISBN 978 - 7 - 5648 - 2997 - 1

I. ①在… II. ①王… III. ①德育 - 高中 - 教材 IV. ①G631

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 232871 号

在边高的这些年(高一)

Zai Biangao de Zhexienian Gaoyi

王静容 主编

◇策划组稿:李 阳

◇责任编辑:李 进 廖小刚

◇责任校对:赵婧男 龚心悦

◇出版发行:湖南师范大学出版社

地址/长沙市岳麓山 邮编/410081

电话/0731 - 88873071 88873070 传真/0731 - 88872636

网址/http://press. hunnu. edu. cn

◇经销:新华书店

◇印刷:湖南雅嘉彩色印刷有限公司

◇开本:787mm × 1092mm 1/16

◇印张:12.75

◇字数:260千字

◇版次:2017年9月第1版

◇印次:2017年9月第1次印刷

◇印数:1—3600册

◇书号:ISBN 978 - 7 - 5648 - 2997 - 1

◇定价:30.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换。

本社购书热线:0731 - 88872256 88873071

投稿热线:0731 - 88872256 13975805626 QQ:1349748847

追梦的校园

——边城高级中学简介

秉承朱镕基总理嘱托，花垣县县委、县政府于2004年4月投入近2亿元兴建边城高级中学，特邀著名画家黄永玉先生依托现当代作家、学者沈从文先生的名著《边城》题写校名。2007年学校晋升为湘西土家族苗族自治州示范性普通高级中学，2009年晋升为全国民族中学协会示范学校，2010年晋升为湖南省示范性普通高级中学，2011年成为全国高中学校课改联盟发起学校，2015年成为全国校园足球特色学校。

校园坐落在花垣县城北烽火坝开发区，占地面积近300亩，建筑面积89776平方米，绿化面积84132平方米。学校环境优美，区域规划科学，现代化教育教学设施配套齐全。学校现有60个教学班，在校学生3372人，其中少数民族学生达87.85%。学校现有教职工261人，专任教师256人，均获本科以上学历，其中硕士研究生16人；高级教师86人（含特级教师2人），中级教师65人。

学校坚持“以人为本，素质为宗”的办学理念，全面推行素质教育，矢志培养“世界中的边城人”。着力实施“525德育工程”，积极探索实施“471有效学习策略”，深入推进“民族文化进校园”。十年来，自主开发《在边高的这些年》《给自己一个好习惯》《苗族文化传承》等18种校本课程，承担32个省级以上课题研究，完成了中央电教馆、省电教馆公开招标的历史、数学、化学等高中学科资源开发项目，共300余节课。

近年来，学校高考、学业水平考试成绩得到稳步提升，高中学业水平考试一次性合格率均超过95%，2016年一次性合格率达97.45%。高考成绩也不断提高，2011年我校高三学子总分上600分的有22人，文科最高分为643分，彭毅同学以687分的理科最高分成为花垣县土生土长的州内省示范校第1名；2012年，高考一本以上达78人，较上年增加30人；2013年，杨志雄同学成为花垣县高考考取的第1个空军飞行员；2014年再上新台阶，县内土生土长、本地学校培养的向秋菊同学以684分的高考成绩夺得全省文科第2名；2015年，向宣同学以633分全州文科第4名的成绩考入清华大学，彭迟同学以676分全州理科第6名的成绩考入北京大学；2016年，满兴林同学考入清华大学；2017年符帅同学考入北京大学。

建校以来学校先后获得全国和谐校园之星、全国改革开放30年基础教育发展成就30校、全国教育科学“十一五”规划重点课题实验学校、国家基础教育实验中心重点课题实验基地学校、全国高中课改联盟发起学校、全国民族中学教育信息化先进学校、湖南省文明单位、湖南省安全文明学校等170余项荣誉称号。



边城高级中学校歌

(圆 梦)

1=F $\frac{4}{4}$ J=108

稍快

田昌洪 作词
田昌洪 作曲

(6 6 7 $\dot{1}$ 6 — | $\dot{2}$ $\dot{1}$ 7 6 5 — | 2 3 5 3 4 3 2 3 | 1 ———) |

3 4 5 6 5 — | 4 3 2 3 1 — | 3 4 5 $\dot{1}$ 7 $\dot{1}$ 7 · 6 | 5 ——— |

晨曦之光，照亮苗乡，校园传出书声朗朗。
地富之锰，天佑边城，民族鼎新雨露风朝。

6 6 6 7 $\dot{1}$ · 6 | 5 1 4 3 2 — | 2 3 5 3 2 1 2 · 3 | 1 ——— |

沈老遗风，黄公墨香，古苗河畔沐浴芬芳。
厚德励志，求实创新，清江之滨运生边高。

6 6 6 7 $\dot{1}$ · 6 | $\dot{2}$ $\dot{1}$ 7 6 5 — | 5 6 6 3 2 1 2 · 3 | 5 ——— |

众生努力，少年勤学，之子于斯放飞梦想。
托起希望，树立理想，坚强要把热土实夯。

6 6 7 $\dot{1}$ 6 — | $\dot{2}$ $\dot{1}$ 7 6 5 — | 2 3 5 3 4 3 2 3 | 1 ——— |

父母期待，时代召唤，勤奋在这演绎精彩。

慢板
2 3 5 3 4 3 2 3 | 1 ——— ||

勤奋在这演绎精彩。

(注：沈老即沈从文，黄公即黄永玉)



我的小档案

班 级：

姓名				性别			我的·小·照	
学籍号								
出生日期				民族				
籍贯			家长电话					
身份证号							我的 血型	
我的星座			我的QQ号			我的微信号		
我的兴趣爱好								
我的特长								
我最崇拜的人				我最喜欢做的事				
我的人生格言								
我心目中的理想大学								
我最想对父母老师说的话								

学会做人 学会做事 学会共处 学会求知



人 生 理 想： _____

高 中 目 标： _____

我 的 名 言： _____

责 任 教 师： _____

班 主 任： _____

小 组 成 员： _____





校 长 寄 语

来到环境一流、设施一流、师资一流、管理一流的边城高级中学，同学，你年轻的心灵是否澎湃着力争上游的豪情呢？

优美的校园，新鲜的面孔，崭新的课程，多样的活动，更高的要求……

如此精彩纷呈的高中生活，同学，你是跃跃欲试，还是惴惴不安呢？

人生是攀登，也是挑战。进入高中意味着你登上了一级新的人生台阶。不管是学业还是身心的发展，都面临着前所未有的挑战。也许你在初中时得心应手，可进入高中后，却很不适应；也许你在初中时并不出色，但进入高中后却有了极大的飞跃，令人刮目相看。所以，同学，你要快速、积极、主动地适应新的环境和新的角色，认真思考和探索自己的性格、兴趣、能力、价值观，坚定信心，努力寻找适合自己的学业与职业航程，为下一级人生台阶奠定良好的基础。

当你手捧着《在边高的这些年》时，你是否在岁月的长河中找到了属于自己的人生航程呢？

《在边高的这些年》是你驶向成功的云帆，引导着你树立目标，坚定信念，磨练意志，端正态度，养成习惯；引导着你学会做人，学会做事，学会共处，学会求知，学会成功。

《在边高的这些年》是一本美丽厚重的画卷，炫目的“封底”需要你向命运之神索求，五彩人生靠你自己勤奋的双手去描绘。命运之神何在？时光老人会告诉你：命运掌握在自己的手中，你就是自己的命运之神！

你只要在这绿意盎然的青春季节，播种下你美丽的希望，你必将收获一份坚定的信念；播下坚定的信念，你必将收获一种扎实的行为；播下扎实的行为，你必将收获一个良好的习惯；播下良好的习惯，你必将收获一生辉煌的成功！

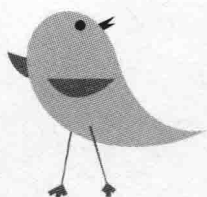
上苍赐与每个人不同的禀赋，但不会给予每个人完美的人生；命运赋予每个人不同的成功机会，同时也会给每个人无数的严峻考验。成长的过程自然是快乐的，但又何必拒绝烦恼；成功的灯塔就在前方闪烁，但总得提防骇浪与暗礁。沧海横流，方显英雄本色，此话于今自有别裁！书山凌绝顶，学海到无边。我相信：你机智，你勇敢；你立地，你顶天！最后，我谨代表母校向你泄漏一个天机：时光老人必将适时为你颁发金灿灿的成功证书，就将它作为你成长记录的魅力“封底”吧，聪明的、勤奋的、坚强的同学！

向 祎

目 录

我的成长 | 高一上学期

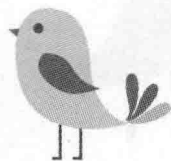
第1周	2
第2周	6
第3周	10
第4周	14
第5周	18
第6周	22
第7周	26
第8周	30
第9周	34
第10周	38
期中小结	42
第11周	43
第12周	47
第13周	51
第14周	55
第15周	59
第16周	63
第17周	67
第18周	71
第19周	75
第20周	80
成长的感悟和体验	85
通知书	86
边城高级中学学生假期社会实践活动记录表	89
边城高级中学学生社区服务记录表	90

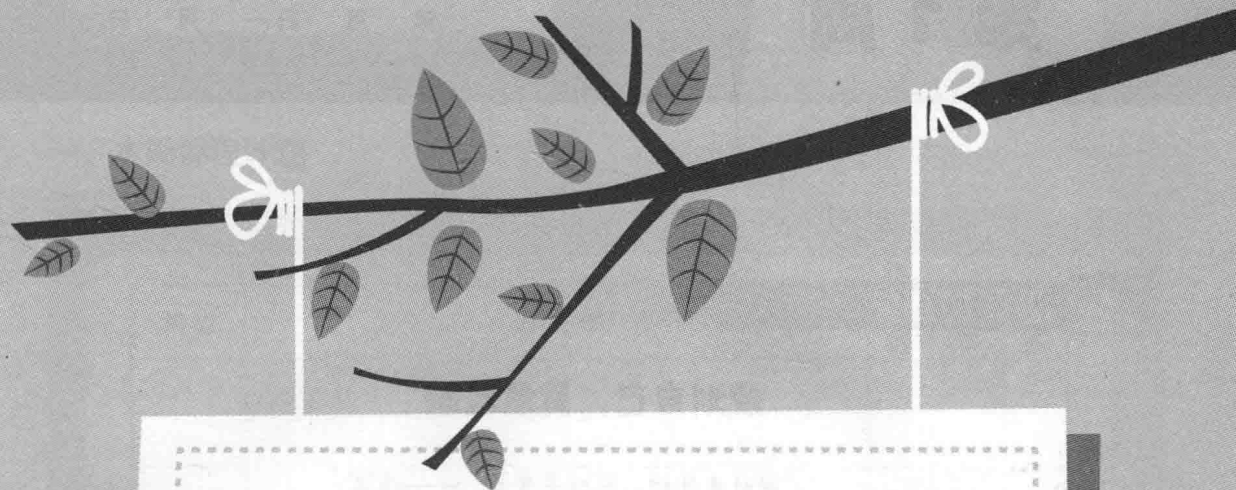


第1周	92
第2周	96
第3周	100
第4周	104
第5周	109
第6周	113
第7周	117
第8周	121
第9周	125
第10周	129
期中小结	133
第11周	134
第12周	138
第13周	142
第14周	146
第15周	150
第16周	154
第17周	158
第18周	162
第19周	166
第20周	170
成长的感悟和体验	174
通知书	175
边城高级中学学生假期社会实践活动记录表	178
边城高级中学学生社区服务记录表	179

附录

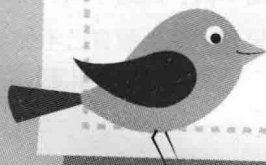
附录 1 成功=理想+勤奋+“471有效学习策略”	181
附录 2 边城高级中学成功计划	182
附录 3 《在边高的这些年》实施操作规程	183
附录 4 综合素质评价写实记录内容	184
附录 5 操作示范	184
附录 6 边城高级中学高中生学籍管理办法	187
附录 7 边城高级中学学籍异动办理说明及办理流程 ..	193





我的成长

高一上学期



心灵加油站

规划自己，勇敢起航

闲时无计划，忙时多费力。——佚名

新学校，新学期，我们规划好自己，勇敢起航。高中，不仅是学习上的提升，也是性格习惯的养成，是个人心理素质和身体素质的提高。所以日常生活中要学会保持平和的心态，经得起失败的考验。就算自己学习基础较差，接连考试成绩都不理想，也不要自卑。正确的态度是赶快找出原因，改变方法，调整计划，查漏补缺。

新学校，新学期，我们结识新朋友，携手共进。先哲有云：“独学而无友，则孤陋寡闻。”生活中，学习中，要克服心绪烦乱老走神现象，处理好人际关系是很重要的。有些同学会因与父母，与老师，与同学沟通困难而苦恼，其实问题根源在于人与人之间彼此立场不同，观点不同，所以有时学着换位思考就能理解彼此了。当出现某种负面情绪时，应敏感地意识到，并提醒自己不能成为情绪的俘虏，尽快着手按已订计划学习，或看看励志书，找学习动力！

身边的榜样

石健娥，2015届151班毕业，就读于绍兴文理学院。她有一个习惯，就是保持课桌整洁，环境整洁了，才能心情舒畅，思路清晰，从而提高学习效率。英语是其所学科目中的强项，高二时她开始每天记单词，一天20个，并总结出了一套记单词一定要记词性用法、相关词组的“石氏记忆法”，一直坚持到大学时过英语四级考试；高三时曾花一个周末连做了50篇英语短文改错。数学和理综是其短板，但三年的浸润也让她摸出了一点点规律，即做题时一定要多联系相关知识点，一定要做精而不只是做广；每套试卷都有它的特点，研究透一套题比做十套题都有用。另外一个深刻体会是一定要注意劳逸结合，过硬的身体素质是革命的本钱，平时一定要注意锻炼。



本周计划

一、本周课程计划

科目	内 容	完成情况		
		好	中	差

二、本周行动计划

序号	计划做到的事情	结果评价		
		好	中	差
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				



学习小组成员的肯定与提醒：

签名：-----

综合素质写实记录

项目	名称	时间	地点	过程	效果
思想品德					
学业水平					
身心健康					
艺术修养					
社会实践					



自查自省

1. 本周满意的事：

2. 本周欠圆满的事:



老师的评价与建议

1. 责任教师的话:

签名: -----

2. 班主任检查:

签名: -----

心灵加油站

天生我材必有用

大胆挑战，世界总会让步。有时候你被它打败了，不断地挑战，它总会屈服的。——[英] W. M. 萨克雷

同学们都有一颗孕育十多年的蚌珠，还将趁着韶光，张开贝壳，吸纳日月之精华。你们的人生之贝的左壳镌着“自信”，右壳镂着“开放”。

“天生我材必有用”，我想到这句话，顿时脑海里就浮现出自己高中时打开我的人生贝壳的人——班主任“老唐”。记得刚开学不久，老师安排同学们上讲台进行自我介绍。那时我感觉就像一个怎么使劲也张不开的贝壳，我的脸几乎都是和地板保持水平的，上台讲话给自己的第一印象都像是穿着校服在表演京剧。惊讶的是那次自我介绍以后，“老唐”让我当了班级里的体育委员，当时感觉心里突然放了一块重达千斤的巨石。庆幸的是，后面我没有给“老唐”添乱，也尽到了自身的职责。

后来读到这样一句话，深感是至理名言：“没有放错地方的垃圾，只有放错地方的资源；是金子总会发光的。”

身边的榜样

杨泽凤，2012届97班毕业。比较阳光，为人处世也甚为热情，虽然平时成绩一般般，但是也少不了自己心中远大的抱负。生活中，他不喜欢墨守成规，按部就班。在大家眼中，他是一个守纪、尊敬师长的好学生；课堂上，他热爱学习，可能因为不是啃书的料，他每次考试在班上的排名都比较落后。当然，他也想过扭转这种局面，最起码不能给班上的同学、老师拖后腿。虽然每一次的考试结果都是那么不尽如人意，但是他仍坚信自己并认识到“笨鸟，必须要先飞；一定要有坚持不懈的学习态度”，最后这只笨鸟凭着自身的努力和坚持不懈，考取了中南民族大学。