



▲ 全体教师开展树立和践行正确政绩观学习教育



▲ 数字编钟活动剪影



▲ 数字编钟活动之博物馆研学



▲ 辩论赛



▲ 元旦晚会



▲ 足球比赛(女足)

▲ 足球比赛(男足)



▲ FU力公社·心理嘉年华



体育科技文化艺术节

教育,是生命对生命的唤醒。

2026年初,教育部发布《关于全面推进健康学校建设的指导意见》,明确提出“践行”健康第一’教育理念,将身心健康作为学生全面发展的前提和基础”,为新时代基础教育锚定了清晰的价值航向——健康,不是育人的点缀,而是教育的底色。

在随州这片崇文重教的沃土上,曾都区第二高级中学跳出“唯分数”的传统办学惯性,把“健康第一”贯穿教育教学全过程,以五育融合为抓手,积极践行“身心筑基、智识赋能、多元成长”的育人新模式。这里的教育,关注分数之上的健康,重视成长之中的快乐。这里的课堂,不仅传授知识,更点燃梦想。这里的校园,让每一位学子都成为向阳生长、人格健全的时代青年。

阳光心育 筑牢心理安全防线

长期以来,“健康”在中小学教育中常常被窄化为“不生大病”“跑得快”。事实上,身心健康与心理健康犹如鸟之两翼,缺一不可。

曾都二中面对的,是一群生源基础整体偏弱、自我认同感低的孩子。他们当中,不少长期背负学业挫败感和自我认同危机走进校园。如何让这些“种子”在阳光下重新找到生长的力量?学校用行动作答:把健康还给学生,把成长的权利还给学生。

曾都二中构建起“测评—教育—辅导—干预”四位一体心育体系,把心理健康教育贯穿校园全部场景。每学期开学之初,学校运用专业心理量表完成全体学生心理健康普查,建立“一生

一策”心理档案,对筛查出重点关注对象开展一对一访谈评估,做到早发现、早研判、早介入。持续升级心理疏导室软硬件条件,打造安全温馨专业化咨询空间,为学生提供情绪倾诉、心理疏导的港湾。

心理健康月打造系列沉浸式体验活动:2025年心理游园会设置减压游戏、情绪宣泄打卡点位;2026年“FU力公社·心理嘉年华”以积极心理学为内核,设置闯关集章体验摊位,让学生在体验游戏中接纳自我、释放压力。常态化开设情绪管理、挫折应对主题心理班会,开展心理健康手抄报、黑板报评比,推动心理健康知识

入脑入心。作为北京幸福公益基金会“幸福学校”公益项目试点校,学校连续推出三期专题讲座,覆盖教师、学生、家长群体,传播积极情绪、成长型思维、积极关系等理念,为师生家庭注入心理能量。

学校打通家校社协同心育渠道,按照高一新生适应、高二压力疏导、高三备考调适三个不同阶段,分层召开专题家长会。班主任通过微信群、电话、上门家访保持常态化沟通,定期开展家长心理健康专题讲座,普及科学家庭教育方式,引导家长看见分数之外孩子的情绪状态,凝聚家校守护学生心理健康的合力。

课堂提质 学业身心双向赋能

没有健康的身心做支撑,高质量学业发展便无从谈起。曾都二中课堂改革同样将守护学生身心状态作为重要标尺,坚持向课堂要效益,以教学改革减轻学生无效负担,以科学备考守护学生身心节律,推动质量提升与健康育人同频共振。

学校持续深化“463”生动课堂教学模式改革,把激发学习内驱力、保护学生学习自信心作为课堂改革的重要标尺。要求全体教师每学期打磨高质量公开课,推行跨学科、跨年级听课研讨,推动课堂从“单向灌输”转向师生互动共生,提升课堂单位时间效率,减少学生课

外低效刷题负担。严格落实“一推四看”推门听课制度,校领导深入课堂,既审视教学环节规范性,更关注学生课堂状态、参与热情,把学生精神面貌纳入课堂评价维度,倒逼课堂提质增效。

在分层教学与高三备考工作中,学校将健康理念嵌入备考全流程。各年级落实培优补弱“三定”“四有”工作机制,坚持因材施教,拒绝“一刀切”高压刷题模式。高三实施三轮阶梯式科学复习,每月组织全真模考,推行四层质量分析与错题本制度,重在梳理问题、精准补位,而非简单以分数评价学生。为尖子生建

立成长档案,开展小班化、个性化辅导,兼顾学业拔高与压力疏导。

健康导向下的精细化教学,结出了沉甸甸的办学果实。2026年高考,在一类生源为零的现实条件下,学校纯文化重点本科上线43人,纯文化本科上线336人,体育双过线44人,综合成绩位居全市同类学校前列。这份亮眼成绩单的背后,不止是数字的跃升,更是“不放弃每一个孩子”的健康育人温度:尊重学生成长差异,保护学生自尊自信,让学生在从容、可持续的状态下追逐学业目标,生动诠释“健康第一”理念下的“低进高出、弱进优出”。

以体强心 运动淬炼青春品格

体育是落实“健康第一”理念的首要载体,不仅强健体魄,更兼具疏解压力、培育抗挫能力、涵养团队精神的育人价值。曾都二中坚持面向全体学生搭建体育实践平台,让运动成为校园常态,引导学生在奔跑竞技中强筋骨、磨意志、释压力。

学校已连续举办15届体育科技文化艺术节,融合传统田径项目与“同心协力”“欢乐传递”等趣

味集体项目,实现师生广泛参与。常态化开展拔河比赛、校园篮球联赛,不分男女组别,鼓励更多学生走上赛场,在对抗协作中学会遵守规则、直面输赢。校园足球作为学校特色体育品牌蓬勃发展,校园足球联赛常年火热开展;在2024年冬季随州市第三届运动会(青少年组)赛事上,学校女足斩获冠军,男足拿下亚军,绿茵场上的攻防进

退,把永不言弃的体育精神深植学生内心。

运动释放的活力延伸至德育场景。每年春季举办的成人礼,摒弃单纯的形式化仪式,融合励志演讲、集体成人宣誓、跨越“成功门”等仪式,将体育精神转化为青春成长力量,引导毕业生学子树立责任担当、自立自强的人生态度,把强健的心理韧性化为奔赴人生新征程的底气。

以美润心 艺术滋养丰盈心灵

美育温润心灵、陶冶情操,是促进学生心理健康、塑造健全人格的重要路径,也是“健康第一”育人体系不可或缺的一环。曾都二中坚持面向人人开展美育实践,让普通学生都拥有感受美、表达美、创造美的机会,以艺术滋养学生精神世界。

学校艺术团与展演活动百花齐放。校合唱团在曾都区2026年“和声筑梦·美育曾都”大合唱展演荣获一等奖;团体舞队先后斩获区级、市级文艺汇演二等奖。校园美术展演每年如期开展,涵盖国画、水彩、素描、书法、手工、创意装置艺术等多元品类,学生拿起画笔、巧手创

作,把情绪与思考倾注于作品之中。立足随州“编钟之乡”地域文化禀赋,创新打造数字编钟科技美育项目,学生运用编程、3D建模技术活化古老编钟,实现传统文化、科创实践与审美教育有机融合,让学生在创新实践中拓宽精神视野。

实践赋能 多元舞台绽放光彩

真正的健康成长,需要尊重个体差异,为学生搭建发展兴趣、锻炼能力、适应社会的广阔舞台。曾都二中践行“人人有社团,个个有特长”的育人承诺,开设人文、科技、体育、艺术、劳动五大领域20余个精品社团,文学社、无人机社、黏土社、羽毛球社、心理社、舞蹈社等百花齐放。每周固定时段开展走班式社团活动,学生自主选择参与,在兴趣天地里结交伙伴、发掘潜能,提升沟通协作能力与社会适应力。

校园辩论赛聚焦社会热点、校园现实,引导学生

思辨表达,锤炼逻辑思维与临场应变能力;常态化开展研学实践活动,组织学生走进红色教育基地、历史文化遗址、现代农业产业园,读万卷书、行万里路,将书本知识对接社会现实,在行走实践中厚植家国情怀、磨砺意志品格。丰富的社团与实践活动,拓展课堂边界,弥补单一文化课学习的局限,为学生完整健康成长提供多元支撑。

从强健体魄到丰盈内心,从课堂提质到实践拓展,曾都二中将“健康第一”的教育理念转化为看得

见、摸得着的校园行动,破解“重分数轻成长”的现实困境,为生源基础薄弱高中的高质量发展探索出可借鉴的实践样本。

面向未来,曾都二中将继续坚守立德树人根本任务,持续深化健康学校建设,把生理健康、心理健康、人格健全摆在育人优先位置,持续完善五育融合育人生态,用心浇灌每一颗青春种子,努力办好人民满意的教育,为培养德智体美劳全面发展的时代新人书写新的答卷。

让每一颗种子都向阳开花

曾都二中深入践行「健康第一」理念推进高质量发展纪实

全媒记者 王松 通讯员 宋小青



▲ 体育科技文化艺术节之体育竞技



▲ 体育科技文化艺术节之美术展演