

西安市第三中学: 生涯规划 赋能未来

“什么是适合我的发展方向? 什么是适合我的选学科目?”新高考改革以来,甫一升入高中的学生们就面临这样的选择。学习模式从“要我学”的规定动作,迅速变成“我要学”的自我驱动。

西安市第三中学2022年起提出“生涯导航”发展指导工作体系,其宗旨即通过教育实践引领学生自我探索、职业探索、有效决策,强化学业管理,为适应陕西省“3+1+2”的新高考制度做好前瞻性准备。生涯教育首先应是一种教育理念,在这种理念的指导下,三中的德育、教学、教研各部门形成一个有机整体,通过学校文化、活动、课程等多种形式引导学生进行生涯探索。两年过去了,西安市第三中学的生涯课程建设、生涯活动开展、生涯个案咨询等相关指导工作获得了学生及家长的广泛认可。

面向新高考改革,西安市第三中学将生涯指导的重心放在生涯课程的设计与实施,

推进生涯课程建设,目前已经构建起相对成熟的课程体系,积极探索“心理+生涯”融合课程,提升学生生涯规划自主性,增强学习内驱力。课程总目标在于培养学生初步的生涯意识和生涯能力,引导学生认识了解自己的性格、兴趣、价值观以及个人能力,初步探索外部职业世界,了解社会发展与职业需求,并依据自己的兴趣和能力进行双向匹配,促成个人向内和向外探索的心向动力,并通过反馈指导不断帮助孩子校准自己的选择方向。

同时,学校也在积极探索“家庭、学校、社会”协同生涯指导路径,打造生涯第二课堂阵地,开展家长生涯导师团进校园活动。去年,通过招募的方式,学校选聘了6名家长为“生涯导师”,进校园为同学们带来生动有趣的职业成长课。此外还定期邀请知名校友回校演讲,开设校友大讲堂,创造机会为学生开阔眼界、更新认知,帮助学生更好地放眼未来,为自我赋能。

文/图 本报记者 陈飞波



一堂精彩的STEAM教学。

在这里 我们成了最好的自己

西安职业中等专业学校2021级(3)班 陈明真

时光如流水一般,静静地从指尖流过。不知不觉就到了说“再见”的时候,心中满满的不舍。但让人高兴的是,毕业之际,同学们都选出了适合自己的路。

选择上大专的同学没有松懈,他们积极询问各院校的考试信息,努力复习、积极备考,就是为了能考上自己心仪的学校。他们忙碌的身影,给了我前进的动力。每个人都在为自己的目标而奋斗,这种精神才是我们未来披荆斩棘的强大力量。

五年连读大专班的同学们,在三个月的幼儿园实习和实践中把自己在课堂上学到的理论知识运用到实践中,在实践中验证理论,用理论来引领实践,让自己的专业技能有了一定的施展,对专业技能课在未来工作中的价值也有了更深刻的认识。在与工作要求之间的差距中,同学们不断完善自我,磨炼再磨炼,努力把自己打造成合格的幼儿教师。

本科班的同学们也完成了高考,在这三个月的时间里,大家每天都在做卷子、背单词、背古诗……经历过不少的彷徨与焦虑,很多时候都想放松一下,但又因害怕失败不敢停下脚步。这三个月是我们人生当中最难忘的三个月,也是感慨最多的三个月。现在,结果对我们来说已经不重要了,因为我们毕竟参加了一回高考,为了更好的未来挑战了自己一回。

三年前,不少同学和我一样,因为中考失利,抱着不自信与迷茫走进了这所学校。但经过这三年,我们发现,这里优美的校园环境、浓厚的艺术气息,老师们良好的专业



能力和素养,不仅帮助我们重新找回了自己,也激发了我们对未来的无限向往。与普通高中不同,这里非常注重培养专业技能和实践能力,老师在教学中更注重知识与现实的结合,课堂讲解深入浅出,课堂活动形式多样,教学过程更关注学生实践能力的培养。这里周周有活动、月月有主题;这里校园文化活动丰富多彩,我们每个人都有自我展示的平台;这里让我们惊喜地发现了自己的潜力;这里让我们都取得了长足的进步,让我们变得更加开朗、更加自信;这里让我们的生命充满了希望与活力。

毕业不是结束而是一个新的开始。我们将会登上人生新的列车,前往更为广阔的天地,去看新的四季变化,去谱写新的梦想篇章。我们将永葆热爱,怀揣梦想,在属于自己的航道上笃定方向,乘风破浪,行而不辍,一路远航,看到最辽阔的大海,拥有最锦绣的未来!

多元社团促成长 硕果盈枝满园香

——西安市第七十中学精品社团展示

为进一步推进五育并举,积极落实国家“双减”政策,促进学生多元成长和个性培养,多年来西安市第七十中学深入践行“有教无类,因材施教,为学生一生发展奠基”的教育理念,在体艺融合、学科拓展、美育欣赏、社会实践等四大领域开展了45个社团课程,组建具有“七十特色”的精品社团,为学生创设专业发展空间,使其“长板更长”。每周三下午第四节,学校各个社团活动有序开展,已成为校园里一道亮丽的风景。同时每年一度的校园科技艺术节、秋季田径运动会、学科节、“我型我秀”达人秀活动以及“微光”志愿者服务等,在学校社团建设创造良好氛围的同时,培养了学生们“真善美”的情怀和内外兼修的综合素养。



体艺融合 精彩绽放

西安市第七十中学的体育艺术类社团成绩卓著。学校田径队成立30余年来,在教练高洪老师的带领下,田径队员在省级以上的各种比赛中获得金牌987枚、银牌762枚、铜牌543枚,28人在56项田径项目中打破省、市纪录,先后有17人达到国家一级运动员标准,265人达到国家二级运动员标准。队员张静、魏熙研等多名队员因体育运动成绩优异被西安交通大学、北京体育大学、陕西师范大学等高校单招录取,为省内外高校输送了大批高质量体育人才。学校也被授予“全国体育传统示范学校”。

满怀“乘着歌声的翅膀 唱出美好人生”的愿景,西安市第七十中学合唱队成立于2002年,由冯柏青、张佩茹、韩园园三位音乐教师专职负责辅导。每周三下午的大排练、平日课间操的小练声,20余年从未间断,成就了一届又一届的有音乐梦想的孩子。2023年合唱队在第十九届“春芽杯”比赛中荣获一等奖;在2019年西安市中小学合唱比赛中荣获中学组二等奖;在2017

年西安市中小学生艺术大赛中荣获三等奖;在2016年荣获莲湖区第16届艺术节集体二等奖。与此同时,学校舞蹈社团、啦啦操社团、民乐社团、管乐社团等艺术类社团也在省、市、区中学生艺术展演中屡创佳绩,多次斩获市、区一二三等奖。“2024年莲湖区第四届学校美育节暨中小学生艺术展演活动”中,七十中学舞蹈社团、管乐社团获得一等奖,并将代表莲湖区参加更高级别比赛。

学科拓展 智慧成长

西安市第七十中学积极响应“双减”政策,立足课堂发展和学生兴趣技能所需,着力打造多样化的课后服务“第二课堂”,为学生们推出了多类型、多领域、多学科“社团Menu”。机器人社团、校园心理剧、流畅英文阅读、经典诗词赏析、呼吸氧吧、迷你实验、地理博览、时政评说、芦苇塘文学社、数学建模等学科拓展社团,促进学生在团队合作、研究、实践中呈现多元化成长新样态。

学校机器人社团作为学科拓展类社团的代表成绩斐然,从2009年开始在张玉民老师的带领下,代表陕

西省参加全国青少年机器人比赛佳绩连连,连续八年获得省赛一等奖,多次获得国家级比赛一、二、三等奖,社团多位成员通过大学自主招生进入了理想的高校。毕廷竹同学凭借着优秀的机器人比赛成绩被西安电子科技大学直降30分特招录取,现为北京大学2023级博士研究生。张玉民老师被评为中国青少年机器人竞赛优秀教练员。



美育欣赏 创意满堂

美育之花灼灼,艺术回响阵阵,创造力的世界蕴藏着大美时代,西安市第七十中学以大型文艺表演活动、校内外赛事活动为载体,创新美育教育的活动形式。以艺践学,以美行知,以德润心,鼓励每一个孩子在实践中发现自己的才华,在寻找美、沉浸美、创造美的旅程中不断向前。学校的“馨声音”播音主持社团、现代舞表演社团、动漫Cosplay、书法绘画、版画制作、艺术扎染、流体画制作、摄影社团等社团成员们纷纷在一场场的主持解说中、一笔一画的挥毫泼墨中、一次又一次的艺术创作中悦纳自我,提升美育综合素养。近年来,徐晨、秦韵音、马天姿、王奕帆、刘心楠等多位社团成员被中国传媒大学、中央美院、清华美院、浙江传媒、中央戏剧学院等知名高校录取。

社会实践 青春飞扬

秉承着“用微光点亮世界”的初心理念,七十中学“微光”志愿者服务社团不断弘扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务理念。鼓励学生通过积极参加形式多样的志愿服务活动,不断悦纳自己、提升自己、实现自我。成立15年来,七十中学一届又一届的“微光”志愿者们积极投身于“鞋盒礼物暖冬行动”“星星阳光关爱自闭症儿童”“社区慰问孤寡老人”“我是文明小交警”“战疫有我志愿同行”“小葵花爱心义卖”等一系列公益志愿活动中,不断丰富着新时期背景下“雷锋精神”的内涵和形式,充分发挥了青年志愿者的先进示范和表率作用,深入践行社会主义核心价值观。

接下来学校将进一步加强社团品牌建设,因地制宜地开设多种门类社团课程,与学科紧密结合,搭建“五育”并举的新平台,让学生在多元实践中不断提升综合素养,寓教于乐、融和发展,为成长赋能,让生命精彩!



学校地址:西安市莲湖区西大街骆驼巷一号。
招生电话:029-87628277
学校微信公众号