

江门市培英高中书写“低进高出”育人新篇

为青春插上“不设限”的翅膀



体育班学生
在进行专业训练。

“在献章班的3年，我磨炼了心智，汲取了知识，实现了突破。我永远以我是一名‘献章人’为傲！”7月6日，在江门市培英高级中学2025级献章班新生见面会上，优秀毕业生代表黄钰莹动情地说，她的成长故事激励着新一批献章班新生勇敢追梦。

在培英高中，处处可见温暖的成长瞬间：陈冠铭从平行班升入献章班时，班主任那句“真正的成长不仅是分数的提升，更是心智的成熟”的教诲让他铭记至今；梁敏熙紧张焦虑时，老师们教她把情绪写下来静心感受；体育生马骏完成专业训练后，老师们利用课余时间为他辅导文化课……这些点滴温暖，编织成一个关于“不放弃”的成长故事，成就了一份“不设限”的成长答卷。

文/图 陈慕欢

教学创新 分层施教的精准突破

“6月25日那天，我的手机几乎被打爆了，都是来报喜的。看到孩子们十年寒窗，最终有望圆梦心仪的高校，这就是对老师最大的肯定。”高三(3)班班主任李海玲笑着说。她所带的班级平均分、高分层人数、特控上线人数均在献章班中“遥遥领先”，堪称“王炸班级”。尤为可贵的是，该班44名学生中，入学时中考成绩超过江门市“最高录取线”的仅2人，如今全班却实现了飞跃式进步。

如何在生源普通的情况下创造佳绩？分层教学给出了答案。李海玲详细介绍了“三级推进”策略：将学生科学划分为“冲刺层”“稳进层”和“基础层”。针对不同层次的学生，教师团队制定了差异化的教学方案——冲刺层学生主攻压轴题突破，稳进层强化中档题训练，基础层则回归课本夯实基础。“这种精准施策的教学模式，让每个学生都能在最适合自己的‘最近发展区’获得最

大提升。同时，每个学生设立长期、中期、短期三级目标，让学生从‘要我学’转变为‘我要学’，大大提升了学习的内生动力。”李海玲娓娓道来。

这种分层教学模式的成功，离不开教师团队的科学协作。李海玲分享了她的管理经验：建立科任教师定期会商机制，统筹各科复习节奏；培养得力的科代表队伍，搭建师生沟通桥梁；实施学习小组制，营造良性竞争氛围。特别是在高三冲刺阶段，教师团队达成了“总分至上”的共识，有效避免了学科间的“时间争夺战”。

高三(7)班语文老师余佳的实践教学同样成效显著，该班作为献章班C班，语文平均分超过110分，在物理类班级中位列第一。“我们从高一一开始就实施‘精准把脉，动态施教’的策略。”余老师介绍，通过建立学生成长档案，教师团队能够准确把握每个学生的知识短板和学习风格。在课堂教学中，

他们设计阶梯式问题；在作业布置上，采取“核心必做+分层选做”的模式；在课后辅导时，更是做到“一生一策”。

李同学的蜕变故事最具说服力。高二时，语文曾是李同学的“心病”，成绩长期徘徊在年级中下游。针对这一情况，余佳为李同学制定了个性化提升方案，开展高频次深度辅导。“重点突破两个薄弱环节：一是现代文阅读，通过逐篇分析训练，帮助他精准抓取信息、理解深层含义；二是作文，从素材积累、审题立意、结构搭建到语言锤炼全方面进行指导，并坚持每篇精批细改，反复打磨。”经过系统训练，李同学的语文终于从“短板”转变为“优势科目”，最终在高考中取得120分的优异成绩，总分成功跻身年级前50名。



在百日宣誓活动中，学生郑重写下自己的誓言与目标。

逆袭者说 从“不可能”到“不设限”

在这场人生大考中，普通学生如何实现完美“逆袭”？培英高中两位从平行班升入献章班的学生给出了令人振奋的答案。

高三(4)班陈冠铭，这位曾经的平行班学生，不仅总成绩挺进全省前万名，数学更是取得全校单科最高分130分。他分享了自己的学习心得：“新高考改革强调要反套路，但这并不意味着我们不需要刷题。相反，刷题仍然是提升成绩的最高效的途径。

只要有模块化思维——通过构建知识框架和针对性刷题，最终实现单科突破。”

“我想对班主任温老师说声谢谢。”陈冠铭动情地说，“是他让我明白，真正的成长不仅是分数的提升，更是心智的成熟。每当我懈怠时，温老师总是适时给予提醒，每当我遇到困难时，温老师则耐心引导。老师教会我的调整心态的方法将成为我人生路上的宝贵财富。”

“刚得知高考成绩时，我很激动。”高三(3)班陈彦彤直言，“高三整个学年我都没有突破600分的大关，这个结果超乎我的意料。逆袭从来不是一件简单的事情，必须克服畏难心理，把‘不可能’改成‘不设限’。”这位中考时成绩并不拔尖的学生，用3年时间完成了一场令人惊叹的蜕变。“不仅是我，我们班过600大关的有7位同学，全班44人，有42人上了特控线，

这个成绩让全班同学都倍感振奋。”陈彦彤很自豪。

这样的逆袭故事在培英高中并非偶然，学校的导师制和个性化辅导为每个学生提供了成长空间。她特别提到生物老师麦星的“答题五要素”——问题—信息—知识—推理—表达，这套方法让她学会系统分析错题，针对性突破薄弱环节，学习上的很多问题也就迎刃而解了。

数据亮剑 低进高出的“培英奇迹”

“查到成绩那一刻，我哇地一下就哭了！这个成绩对我和家人来说都像做梦一样不可思议。”高三(2)班梁敏熙回忆起那个时刻仍难掩激动。作为培英高中新高考首位历史类突破600分大关的考生，有望圆梦“211”院校，更标志着学校历史类高分层实现了“零的突破”。

“三年前入学时，我的成绩很一般，未达江门市中考‘最高录取线’。”梁敏熙坦言，“但老师们没有用成绩来定义我们。”在老师们的悉心培养下，她所在的历史班高三(2)班整体学业水平显著提升，高分层人数实现新突破。

这份亮眼的成绩单，生动诠释了“低进高出”绝非一句空话。5年前，培英高中创新设立献章班，以明代大儒陈献章“知疑求真、勤思求精”的治学精神为引领，矢志培养“品德高尚、志向高远、勇于创新、治学严谨”的新时代英才。在献章班的示范带动下，学校教育教学质量实现跨越式提升，创造了令人瞩目的“培英奇迹”。

2025届学生在升学选拔中展现出扎实的学业素养与综合能力：在考生人数减少近200人的情况下，特控上线220多人，逆势增长，创历史新高；高分层取得突破，5人进入全省前1万名，14人闯过600分大关(其中9个本地生，且8人中考成绩未达江门市“最高录取线”)；艺体教育更是结出硕果：马骏、吴文韬有望被北京体育大学录取，黄李果有望被中央美术学院录取，黄佩雯有望被天津音乐学院录取。平行班也实现突破，特控上线“全面开花”，彰显了学校强大的“教育加工能力”。



“王炸班级”高三(3)班合影。

师生故事 那些照亮前路的微光与灯塔

我进入培英高中献章班。”如今回首，她深感这一选择无比正确。

在献章班的三年里，浓厚的学习氛围激发了她对理科的兴趣，个性化辅导有效弥补了文科短板，而导师制管理则帮助她养成了高效的学习习惯。“中考时，我的成绩仅超出培英高中录取线10分，经过老师们的精心栽培，我在高考中取得了634分的优异成绩，位列全省8200多名，有望圆梦华南理工大学。”黄钰莹心中满是感激。

教育不仅是知识的传递，更是在学生彷徨时做那盏不灭的灯。高三(2)班梁敏熙，这位有些内向的女孩，用细腻的笔触记录下老师们的关爱：“英语梁老师每次早读都叮嘱我们先吃早餐；班主任郭老师让我们把紧张焦虑的情绪写下来，静下心来去感受、消解；政治潘老师一边‘恨铁不成钢’，一边不厌其烦地给我们复习知识点……”

“原本担心文化课成绩会拖后腿，没想到查分时发现比预估高出了十几分，加上术科接近满分，合成总分位列全省第九，可以说锁定北京体育大学了！”马骏的父亲难掩激动。他表示，作为体育特长生，平衡高强度训练与文化课学习是个巨

大挑战。培英高中的老师们给予了马骏充分的理解支持与个性化指导，帮助他实现了体育与文化课的双丰收。“可以说，正是学校提供的优质平台和老师们的悉心培养，才让孩子获得了今天的全面发展。”马骏的父亲满怀感激地说道。



老师们为考生送考。

“三年前，我有机会冲刺其他重点高中，”高三(3)班黄钰莹回忆道，“但初中老师认为我的自律性还需加强，特别推荐

2025届高三(3)班“名师天团”风采

班主任及英语教师 李海玲

●教学特色：坚持“兴趣驱动+科学方法+分层落实”理念，创新采用“话题模块教学法”，将词汇、阅读、写作有机整合。所带班级平均分均在同类班级前列，多次获得高考贡献特等奖，培优效果显著。

●荣誉亮点：江门市教育工委“优秀共产党员”，多次获市青年教师基本功比赛一等奖，指导学生多次获得省英语竞赛奖项。

●寄语学生：生活就像海洋，只有意志坚强的人才能到达彼岸。愿你们以坚定的意志为帆，扎实的知识为桨，在更广阔的世界里扬帆远航。



语文教师 张伦华

●教学特色：高中语文高级教师，培英高中语文学科组长。秉持“立德树人、以文化人”理念，以“学生中心、主体发展”为鲜亮旗帜，在“守正创新、与时俱进”的脉动中，为每一株新苗开启“个性化学习、因材施教”的成长天光。针对理科班特点，强化思辨写作训练。所带班级语文成绩常年稳居年级前列，在多次市级调研考试中，多名学生跻身全市前100名。

●荣誉亮点：获江门市“教育系统先进个人”“普通高中毕业班先进个人”“优秀共产党员”等荣誉称号。

●寄语学生：那些共读典籍、思辨交锋的日子，都将成为你们精神的底色。愿你们永远以笔墨为犁，在时代的土壤耕耘属于自己的精神家园。



数学教师 刘品德

●教学特色：以启发性教学为基础，注重多元化培养，着力提升学生的问题解决能力。

●荣誉亮点：高中数学高级教师，江门市学科带头人。2024年获“全国优秀政协委员”称号，主持的教学成果获市二等奖。多次参与市级模拟试题命制并获奖。

●寄语学生：高中数学只是你们思维训练的起点。愿你们带着在这里培养的逻辑思维和问题解决能力，在更广阔的数学天地自由翱翔。



物理教师 张晓敏

●教学特色：作为学生学习的“引路人”，注重培养科学探究能力和创新思维。近十年高三物理备考经验，所带班级物理成绩稳步提升，多人获物理竞赛奖项。

●荣誉亮点：省级名师工作室核心成员，物理备课组组长。获江门市直教育系统“优秀共产党员”称号，多次获省市教学比赛奖项，参与多项国家级课题研究。所在备课组多次获市“先进备课组”称号。

●寄语学生：回望被牛顿定律“折磨”的日夜，那些实验成功时的欢呼犹在耳边。请带上三样礼物前行：实验室里的好奇心、错题本上的反思力、同窗间的温暖。愿你们在各自的轨道上，保持初心的速度与方向。



化学教师 黄登荣

●教学特色：以“量体裁衣，因材施教”为核心理念，创新采用“寓教于乐、知从疑来”的教学模式。

●荣誉亮点：18年班主任经验，十余次获校“优秀班主任”称号。江门市“高考先进个人”“教学能手”，所带备课组获评市“先进备课组”，多次获省市化学竞赛“优秀指导老师”称号。

●寄语学生：记得我们一起在篮球场上挥洒汗水，在实验室里探索奥秘的日子吗？你们教会我的，远比我传授的更多。愿你们永远保持这份求知的热忱，在化学的分子世界里，继续书写属于你们的精彩方程式。



生物教师 麦星

●教学特色：以核心素养为导向，创新提出“答题五要素”分析法(问题—信息—知识—推理—表达)，帮助学生系统提升解题能力。

●荣誉亮点：广东省考试院命题专家库成员，江门市高三生物中心备课组核心成员。多次参与大湾区模拟命题，在省市教研活动中做专题讲座。

●寄语学生：祝贺你们跨越人生重要关卡！希望你们永远保持对生命奥秘的好奇，用科学的眼光观察世界，用实证的精神探索真理。

