



主办：昆明西南联大研究院附属学校

出版：校报编辑部

主编：周杰

副主编：吴彦明 吉俊烨

校长说

从西联奔赴下一个百年

——2021 年 6 月 9 日在西联学校 G18 级毕业典礼上的致辞

学校党委书记、校长 周杰



尊敬的各位老师，亲爱的同学们、家长朋友们：

大家早上好！

今天，我们在这里隆重举行西联学校 G18 级学生毕业典礼。首先，我代表学校，向走进校园参加典礼的家长朋友们表示热烈的欢迎！对精心筹备典礼、辛勤付出的老师们、同学们表示衷心的感谢！

我相信此刻大家的心情是很复杂的，有离别的伤感，有依依不舍的眷恋，有师生之间、同学之间刻骨铭心的感情，有走出考场的释然敞阔，或者些许遗憾，有对假期的迫不及待，对未来的憧憬，这是毕业典礼特有的、难以名状的滋味。在此，作为陪伴、见证你们三年成长的校长，我代表学校，向你们克服重重困难、圆满完成学业表示最热烈的祝贺！向一直以来为你们倾心竭力、无私付出的老师们致以最诚挚的感谢！

我还要感谢同学们、以及今天在场的和没有在场的家长朋友们。三年前，你们怀着对西联的信任来到这里，除了希望能在前两天结束的高考中取得一

个满意的成绩，还期待西联的培养给你们不同的气质，甚至人生方向。苏格拉底在接受死刑之前告诫人们：“有一个真理我没有时间来给你们阐述。但是我们必须告诉你们，没有经过反省和检查的人生是没有价值的。”无论当初你们来到西联的理由是什么，此时此刻，我们更需要反省和检查的问题是：西联的三年给了你们什么？

相信同学们也会思考自己在西联的三年时光学到了什么。也许你们能滔滔不绝、神采飞扬地告诉我们那些学科知识，你们用三年时光、夜以继日、反反复复接触的知识。但这不是西联独有的，也不是教育的价值。教育的本质是追求“剩余价值”，就是抛开教科书和听课笔记，忘记了为考试所牢记、所背的一切，剩下的东西，那些终身拥有的思维品质和正确的人生价值。

对于西联，我们认为这些“剩余价值”就是一颗责任且包容、真诚而脱俗的心灵，一份家国情怀、国际视野、联大精神的担当。精神价值永远高于实用价值，它满足人的心灵的需要。在我们现

在这个急速变化的时代，已经不缺少知识的获取和更新，缺少的是精神的家园。一颗没有精神家园的心灵，不可能去思考自己生命的意义和价值，也不可能对他人真正关切、对社会真正有责任心。

在你们步入考场之前，我给同学们送上了这样一份寄语：建党百年与人生“大考”相逢，是历史的选择，更是未来的召唤。同学们，百年荣耀已经铸就，下一个百年还看你们！梦想不远，只争朝夕终能达到；使命在肩，下一个百年唯有奋进。高考来临，请同学们坚定理想信念，用百倍的自信和百倍的意志在青春年华中、在时代大考中交出一份能够载入史册的答卷，让个人梦与中国梦同频共振。

“时间之河川流不息，每一代青年都有自己的际遇和机缘”。你们的高中三年，是如此多彩不凡。你们用表演纪念“五四”运动 100 周年，用歌唱祖国等方式庆祝新中国成立 70 周年，用延期开学、居家网课为抗疫做努力，尤其是今年的人生“大考”与百年建党相逢。无论从哪个方面，你们都能强烈感受到祖国发展蒸蒸日上，感受到个人际遇与家国历史紧密相连。生于盛世、长于盛世的你们，也将承担更多的责任、迎接更难的挑战。同学们准备好了吗？十七八岁的你们在学识上积累还不足，在经历上磨炼还不够，但我认为你们在心灵上、精神上已经在做准备。这种信任来源于西联三年办学理念的熏陶、丰富的课程体系的实践和对你们三年来改变成长的见证。

同学们，让你们交出一份能够载入史册的答卷，不是让所有同学都成就一番伟业，都要名列前茅、引领各行各业。

而是鼓励同学们争做西联合格学子，践行家国情怀、国际视野、联大精神的培养目标。我们不否定同学们将来从事平凡的工作，正相反，我们对平凡有正确的解读。梅贻琦校长就非常鼓励学生勇于接受平凡。习近平总书记也多次强调“历史是人民创造的”“伟大出自平凡”，突出广大人民群众的价值。

平凡看似普通、易得，却是最考验精神品质。一个身处高位、肩挑重担的人更能受到外界环境的驱使自觉走向不凡、展现优良品质。从事普通工作的人要自觉承担社会责任、保持自我追求更需要内心精神的引领和坚定的意志品质。因此，希望同学们走出西联，将来无论何时、身处何境，都不忘西联托付：“都应该始终保持对国家和民族的向心力、自豪感和责任感，自觉继承和弘扬中华优秀传统文化，对自然、社会和家庭保持热爱和关怀，对挫折和苦难保持战而胜之的勇气和永远立于不败之地的精神力量，对目标坚持不懈的追求、永不消退的激情。”

今日暂别，我不祝福同学们未来一帆风顺，因为我们都知道生活原本就是苦乐交织，有雨也有晴的。我要祝福同学们用在西联收获的精神品质，勇敢、从容、有效地面对未来的未知，赢得自己想要的人生。我们相信你们能做到！

带上伯苓苑二楼满楼道的鼓励名言，带上教室里静心奋战的身影，带上办公室里与老师们的欢声笑语，带上食堂推出的加油爱心餐，带上往返教室和宿舍路上的银杏叶，带上一句句因为考试奔溃后老师们耐心的安抚，带上从慵懒变成自律的更优秀的习惯，带上老师们每天早出操、午休查寝、晚休查寝、随时答疑解惑的陪伴，带上学弟学妹各种花样式的加油和鼓励……一句句的嘱咐叮咛，一声声的美好祝愿，同学们，都带上吧，装满心灵和行囊，勇敢前行，去奔赴星辰大海！

此去经年，应是美好无限，想念不断！

谢谢大家！





G2018 级 年级组长



Q: 作为毕业年级组长,带领 G2018 级在高考中取得优异的成绩,您认为最重要的原因是什么?

陶朴良:三年如一日,在周杰校长的引领下,在西联兄弟姐妹们的大力支持下,G2018 级全体师生坚持过程

精细化,给学校、社会和家长交上了一份满意的答卷。

我们关注长线学科、中长线学科和短线学科的协调发展。在高一、二年级阶段,尽可能向数学、英语、物理等长线学科倾斜,适当加强语文、化学、地理等中长线科目,进入高三下学期,逐渐强化生物、历史、政治等短线学科。实现了长线学科、中长线学科和短线学科的合理优置与实效最大化。

实现国家课程、校本课程的完美结合。开齐、开足国家课程,开设《西南联大史》《STEM》等校本必修课程,以及《老子的哲学思想》《现代生物技术应用》《3D 打印技术》等校本选修课程,结合“嘉年华”“毅行徒步”“蒙自西南联大追梦”等未来领军人才领导力课程和“阳光讲坛”“中秋晚会”“长街宴”等系列活动,还根据学生兴趣,开展“汉服社”“影评社”等社团活动。在课程和活动中,相互补益,提升核心素养,打开学习思维和眼界,展开国际视野高度追求。

三年的西联学习、生活,我们坚持追求过程精细化,向过程要发展;坚持规范早操,强健体魄;坚持起立大声早读,开启新一天的学习;坚持课堂改革,用“思维导学”等先进理念指引我们。关注每一堂课的学习与发展,关注每一天学生的快乐生活,适时进行“名家面对面”沟通,外疏忧患于行,借助清华附中和我校心理健康发展中心开展“正念冥想训练”“舒压趣味拓展”等活动,内导郁结而畅,发挥全体教师合力,陪护、谈心、交流,我们全力以赴,做到“静于心,学于研”,控制我们能控制的非智力因素,排除一切可能影响学习和生活的不利因素,争取优势最大化。

“今天的成就源自昨天的拼搏,明天的辉煌在于今天的奋斗”,用昨天的拼搏收获了今天的喜悦,祝愿西联的兄弟姐妹们都能用今天的奋斗,开启自己的传奇人生之旅,谱写西联传奇。

G2018 级 学生代表

Q: 作为 G2018 级高考取得不俗成绩的毕业学生代表,有什么心得体会要送给学弟学妹吗?

吴思怡:毕业后,回忆起高中生活的点点滴滴,心中满是欢喜与感激。很幸运,在西联,我遇到了一群负责的老师,一群一起玩耍一起学习的小伙伴,还有认真负责且对我们照顾有加的宿管老师,是他们,组成了我

的洒脱,有毅行徒步时的相互鼓励的温暖,有嘉年华时欢声笑语的放松,也有到河北雄县支教,去清华附中交流学习时的快速成长,还有在老师的鼓励和丰富经验的指导下站上演讲比赛的舞台上的镇定,是这些丰富

的经历使我“教室—食堂—宿舍”三点一线的学习生活增添了许多乐趣,是这些经历,让我在高三最后冲刺的日子里,坚定而又有力量地向前迈进,也正是这些经历,让我奔走在热爱的那个世界里。是西联,让我明白了“我们无须到外界去寻找力量,请记住,当你抬头仰望天空中的星星时,绝不要忘记在屋子里燃烧的蜡烛”的深刻内涵,西联不寻常的教育方式让我终身难忘,我想由衷地说一句:感谢相遇!



G1801 班:吴思怡
高考分数:631(理科)



G2018 级 班主任代表

Q: 高三学业繁重,相信平日里无论学生或是老师的压力都很大,作为班主任的您是如何看待“压力”这个问题的? 又是如何“解压”的呢?

G1804 班班主任李群:高考是人生的第一个分水岭,它的重要性不言而喻。进入高三,作为班主任面对近在咫尺的高考没有压力是不可能的,在面对压力时要保持头脑理智、正确看待教育

教学和学生。
1.教育是个循序渐进的过程。作为班主任,要善于从成长变化的角度看待学生、教育学生,把自



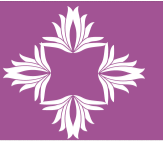
己的教育隐藏于无形的生活细节中,潜移默化,而不是出了问题,立刻就要扭转,就要见到效果。

2.班主任是陪伴学生成长的人。班主任不仅仅是班级的管理者,更是帮助学生成长的人。班主任

应把注意力放在长期目标的实现上,始终以良好而稳定的情绪,陪伴学生经历其成长过程。将学生出现的问题看作他们成长过程中不可少的经历,心态平和地与学生一起面对。

3.没有十全十美的学生。每一个学生都有自己的独有的闪光点也有自己的不足。班主任应引导学生努力将自己“点亮”,让学生健康成长!

4.工作有压力是常态。最大的压力莫过于自己给自己压力。随着生活节奏的加快,人们感到压力越来越大,工作有压力已是一种常态。所以应以平常心面对现实,学会放松心情,放缓脚步;学会休闲浪漫,舒缓绷紧的神经;学会调整情绪,让自己冷静下来。班主任对工作要有足够的心理预期,才不至于对千头万绪的工作产生抵触情绪。



C2018 级 年级组长

Q: 作为 C2018 级毕业年级组长, 您如何带领年级平衡学业成绩和丰富活动?

陈咏名: 其实学校活动与学习并不矛盾, 现在学校讲究的是全方位教育, 培养学生的整体素质。学校开展一系列丰富的活动可以在增进师生、生生之间的交流和感情的基础上增加学生的知识面和实践能力, 锻炼学生的思维, 促进学生各方面的发展, 调动学生对知识探求的积极性。

那么如何才能让丰富的活动促进教学, 从而达到使学生学业成绩得到提升的效果呢? 我们年级在学校教育理念的指导下是从以下几方面考虑的:



第一, 年级活动的组织应该有明确的目的性, 这个目的是要与学生的个性发展相契合, 在活动中实现年级学生整体素质的提高, 同时也能增进年级师生的团结协作力, 就像开学典礼的组织一样, C18 级的全体师生都认真筹备, 积极参加, 通力合作, 使得活动在最短的时间内得以顺利进行;

第二, 要有可操作性, 要兼顾各类学生的各种能力, 让不同层次的学生都能在自己能力范围内积极参与, 在活动中体验到成功的快感, 从而在成功中增强自信。正如我们的几次年级大会, 在老师的指导下, 都是由学生自主策划, 兼顾年级各层次的学生, 让大部分学生都能在大会上收获不同的认可;

第三, 要预估活动的有效性, 在活动目的的指导下落实学生的主体性, 有效地、多元化地展示学生的各方面能力, 避免出现活动没有效果的情况发生, 因此要提前做好计划, 设计多种方案, 提前做好备案。

当然, 组织活动一定要在不影响教学的前提下进行, 活动的组织要考虑教学, 因为毕业年级的重心还是以教学为主的, 使活动与教学融合效益达到最大的优化, 更好地践行我们西联学校的教育理念。

C2018 级 学生代表



C1801 班: 李晓璐
中考成绩: 570 分

Q: 作为 C2018 级优秀毕业学生代表, 有什么心得体会要送给学弟学妹吗?

李晓璐: 家人们, 中考不难, 不要担心, 难也不慌! 其实升上初三, 每一个人都可以在下一次模考中取得更高的成绩, 但是为什么结果各不相同? 有人超常发挥, 有人却接连失利, 这其实取决于心态。初三不仅拼努力, 更拼好心态, 无论是学习、生活, 还是考试, 心态都第一重要。但好心态不是佛系, 而是有重头开始的勇气。只要全力以赴了, 结果就随缘吧。

无论怎样, 一定不要放弃自己。找到自己的定位, 在漫长的岁月里好好努力吧。当然道理都懂, 实施起来并非易事。初一入学时, 我的数学成绩非常不理想, 到了无论怎么学分数就是提不上去的瓶颈期, 于是我开始自暴自弃, 对糟糕的成绩习以为常。直到初二, 来了一位新数学老师, 我一如既往地对待课堂和作业, 结果第一次测验竟然不及格! 泪到眼旁, 但转念想想: 还是算了, 数学成绩一向如此, 我又能改变什么呢? 可我的数学老师并没有放弃我, 他毫无征兆地走到我身旁, 弯下腰, 亲切地询问我是不是发挥不好, 明明听课状态很棒的。听了这话, 我的眼泪不受控制地落下来, 他是多么地相信我可以, 我怎么能不相信自己, 轻言放弃呢? 在后来取得进步的每一个日子里, 我都十分感激数学老师对我说的那番话。所以, 当你想放弃时, 看看你身旁的那群人, 他们可能是你的老师、你的同窗、你的家人……他们一直相信你、支持你、陪伴你, 你更应该相信自己, 不要轻易就放弃啊, 要坚信: 乾坤未定, 你我都是黑马, 不到最后一分钟, 都不要给自己定局! 大胆向着心中的梦去奋斗吧!

最后, 愿诸位在西联成就最好的自己, 待你我梦想开花之际, 相会于中华腾飞世界之时!

C2018 级 教师代表

Q: 作为毕业班班主任, 这一年来您有什么关于学生印象特别深刻的事情吗? 您认为自己处理这件事的过程有什么的得失可以与我们分享?

C1801 班班主任戴志: 这一年的班主任工作, 让我收获很多, 其中印象最深刻的是班级学生各个方面的能力都有了很大的提升。

首先是管理能力。这一年, 我出差过几次, 不论我在不在, 班干部们都能主动管理班级, 每个同学也都能够自觉遵守纪律, 从来没有出现过任何问题。这主要得益于班级管理执行积分制, 这一制度充分调动了大家的积极性、主动性和创新性。

其次是学习能力。同学们无论在什么时候, 都能做到高效学习、自主学习, 合作交流的能力也非常强。在平时的学习中, 除了同学之间经常相互交流、彼此协作外, 还有部分

同学经常主动与数理化的老师们探讨一些深奥的问题。因为具备了较强的学习能力, 所以只要学起来, 学习成绩就能飞速提升, 优异的中考成绩就是孩子们学习能力最好的明证。各任课老师在自己的课堂教学上进行小组合作、探讨式交流学习、课题研究等创新性教学模式, 充分挖掘和指导每一个学生发挥自己最大的潜力, 这些都使学生的自主学习能力大大增强。

最后是人格修养。班级学生不仅有超强自主管理能力和合作学习能力, 还具备较高的素质修养。其中最重要的一点就是有鸿鹄之志, 怀感恩之心。中考填报志愿时, 不论预



估的分数有多高, 他们都义无反顾的选择西联。这既源于他们对西联的无限热爱和真挚感恩, 也出于他们对西联精神的薪火传承, 秉承着“刚毅坚卓 和合共生”的校训继续出发, 向着“家国情怀, 国际视野, 联大精神”这一培养目标成就更好的自己!





小学部 2021 届毕业年级组长



Q: 作为 2021 届小学部毕业年级组长, 您如何带领这群孩子落实学校办学理念?

蔺梅:这群孩子是在五年级时候陆续转进我们西联学校的,一共 47 名孩子,来自不同的学校,不同的家庭,所以他们身上有不同的经历,不同的性格。长期工作在一线的老师,我知道中途转学或多或少都有一些外在的原因,但是他们之所以选择我们西联学校,一定是有一个共同的目标——喜欢西联的教育理念。为了让这群孩子们尽快融入学校,成为一名合格的西联小“向阳花”,我重点从以下几方面着手:1.从“新”出发,用热情接受和带领他们适应环境。开学的第一天,我领着这群充满好奇的孩子们围着校园走了一圈,看着新奇的各科室功能厅、宽敞

整洁的餐厅、标准的足球场、漂亮的校园……一天结束,他们就深深地爱上了西联这块充满魅力的土地。2.从“心”出发,用耐心帮助每一位孩子。我们西联是一所风清气正的阳光学校,首先就是要阳光、乐观,做一名身心都健康的好少年。开学我细心观察每一个孩子,及时发现他们的情况,耐心和他们沟通,帮助每一个孩子向着健康的方向成长。3.鉴“往”知来,争做西联向“阳”花。充分利用好班会和队会课,带领学生学习老西联的故事,不忘历史,不忘先辈,在学习中激发孩子们的爱国心、强国志,作为西联的小“向阳花”,更应该肩挑责任,有勇气和信心成为祖国的建设者和接班人。4.在“玩”中学,培养学生的多种能力。周校长曾说:“我们学校希望培养的人,不仅要有家国情怀,国际视野,还要有思维决策能力,创新能力和领袖能力。”所以学校不仅有一系列丰富多彩的课程,还大力鼓励各年级、班级开展培养孩子能力的活动。两年的学习时间里,我们除了积极参加学校组织的毅行徒步、环校跑、“六一”嘉年华、中秋、端午等活动,还结合我班实际开展了插花、整理、做美食、变废为宝、爱心传递卡等诸多活动。在活动中学生不但学会了知识,能力方面尤其得到提升。

两年的学习生活,这群孩子已经是一个个活脱脱的西联学子,阳光、自信、乐观,有敢为人先的勇气,有家国责任的担当,相信西联的学习会成为他们人生的灯塔,照着他们走向更好的明天。



小学 2021 届学生代表



Q: 你在西联学校收获了什么?

黄靖壹:2019 年 9 月,我来到了西联,2021 年 7 月,我从这毕业。短短的两年时间,我所收获、学习到的东西,却令我终身难忘。

还记得五年级,刚刚成为一名西联学子的时候,我还是个文静内向的乖乖女,比较胆小,不擅长社

交。而现在的我,已经变得自信大方,阳光积极。两年来,我性格上如此之大的蜕变,离不开学校和老师的谆谆教诲,也离不开同学间的互帮互助。

从我踏进校园的那一刻,就被这里阳光向上的风气所感染。校园里的一草一木,都生机勃勃,充满了活力,令我心旷神怡。老师们身上也各有不同的魅力——班主任蔺老师温柔大方,数学李老师风趣幽默,英语 Miss Li 活泼积极,每一位老师都深受同学们的喜爱。学校举办的各种各样的活动,也让我受益匪浅。运动会让我学会了坚强和努力;英

语演讲比赛让我学会了大胆自信;“六一”游园活动让我体会到了童年的美好;教师节感恩活动,让我们明白了老师的辛苦付出。我们在每一次活动中学习,在每一次活动中变好,也在每一次活动中增进了友谊。

短短两年时间,我与同学间的友谊已经十分深厚。也许这样的情谊不如别人六年同窗天长地久,却因为短暂,变得更加美好、更加可贵、更加难忘。

转眼间我已经毕业,在西联小学部的两年校园生活,让我收获颇丰,留下了无数难忘的回忆。未来我也会带着我在这里学习到的美好品质,继续前行!

小学 2021 届教师代表

Q: 经常看到孩子围绕在您身边,请问您是怎么树立与孩子的融洽关系?



李伟:“为什么孩子们会围绕在老师身边,喜欢老师?”因为老师对孩子们平等、公平、真诚、幽默、温柔、理解、尊重……这些我都不想说。

其实孩子们的心灵最纯粹。孩子们之所以会喜欢围绕在老师身边,我想一定是因为西联老师真心喜爱孩子们。爱孩子是西联老师的底色!

做老师这条路走得很艰难,但慢慢坚持下来却有如释重负收获满满的感觉。这条路的跋涉途中,有校长妈妈的关爱和引领,有老师们的专业教研和团结一心,有家长们的支持和配合,更离不开孩子们的真诚和纯粹。

老师们爱孩子的能力源于被爱。我们被孩子们爱,被校长妈妈爱,被老师们爱,被家人爱,被自己爱……正是老师们被爱滋润,我们才有更多的爱给到孩子们。老师爱孩子们,孩子们也爱老师,形成西联爱的闭环。

回想起两年来与孩子们一起生活学习的点点滴滴,有些爱的瞬间深深留在我的脑海。随着时间的推移,这些瞬间都会慢慢模糊,但永远留在心底的爱一定不会褪色!

