



激情晨读

激情晨读开启新的一天

“每一个清晨，同朝阳微笑，我们挥洒汗水，和时间赛跑，智圆行方，争做十九的骄傲，懂得了梦想，越追越有味道……”你见过儒雅的十九中学子，见过睿智的十九中学子，见过自信的十九中学子，那你有见过激情的十九中学子？

早6:00，城市刚刚苏醒，十九中的校园内，已然激情澎湃。住校生陆续进入各自班级，不一会儿，声音高亢、富有激情的诵读声就从一间间教室里传出来。学子们双手捧书，或站立桌前，或面向窗前，神情专注，表情丰富。读到激动处，他们甚至会突然一拍手、一跺脚。一首激昂的晨间奏鸣曲就这样响彻十九中校园。

“我喜欢这样的班级氛围。”高二(3)班学生张根豪说，“它让我们互相影响，突破自我，激荡心灵，让我们在自我磨砺中收获和成长。”

而此时，班主任们也都在岗，虽然学校从没有硬性规定，但他们就和天边的启明星一样，总是准时地候在那里。“我们共同享受晨读的激情，晨读也让我们更好地了解学生的状态，引导他们变得更好。”高二(3)班班主任刘宁说，老师就是要一天一天、一步一步，陪同学生跋涉这山水，做他们的心灵朋友与精神导师。

激情晨读，是十九中一贯的传统，高一高二学生每日6:20~6:40，高三学生每日6:40~7:00，这雷打不动的20分钟，让每一天容光焕发，它改变了学生的性格，鼓舞了学生的士气，帮助学生养成良好的学习习惯，更提高了学生的学习效率。

高二(5)班学生蔡宇辰的志向是做一名老师，他说，一日之计在于晨，向梦想出发，为了让未来的自己也能像现在的老师们那么优秀，就从每天的晨读开始吧。



十九中的一天

在繁华的市区有一片净土，在这片净土上，一所学校隐匿在一片绿荫之中。清静优美的校园，绿草鲜花，基石雕塑，每个角落都渗透着人文气息；标准化的足球场，高大上的游泳馆、篮球馆，室内室外都朝气蓬勃。就是这里，郑州市第十九中学，一群内心宁静的人，静下心来，做最朴实的教育，无论是教学质量，还是校园环境，一年一个台阶，特别是一本总人数位居我市前列，实现了跨越发展。

学校连年获得郑州市普通高中教学创新先进单位称号，被评为国家级绿色学校、全国平安和谐校园、全国首届中小学校园文化建设百佳创新学校、全国首批校园足球示范学校、全国学校文化建设金奖单位、河南省示范性高中、河南省文明单位、河南省文明学校、河南省普通高中多样化发展试点学校、郑州市首批美育示范校……做好，做得更好，做到最好，一波又一波立志成才的学子融入这片美丽的土地，在这里追逐自己的青春梦想，续写学校辉煌。



所带班级全部考上一本的樊一斌老师的课堂充满智慧与活力



荣获第十二届全国高中英语教师教学基本功大赛一等奖的张冲老师正在和学生交流



朝气蓬勃的郑州十九中男子篮球队



2019郑州市第十九中学新年音乐会

在河南艺术中心进行的新年音乐会

脚步声中听出优良学风

“每个身影，同阳光奔跑，我们挥洒汗水，回眸微笑……”每一天，十九中学子都会站在操场跑道，奋力向前奔跑。从十九中的跑道开始，他们将跨越千山万水，奔向美好未来。

10:00 铃声，音乐响起，如约而至的默契，让同学们迅速集合操场。绿茵场边，田径道旁，被校服点缀的方阵形成独特的风景线。考勤、整队、调整、预备，跃动步伐，抖擞精神，一天的跑操正式开始。

一排排，一列列，步伐有力，整齐划一；一声声，一回回，口号震天，气势如虹。奋力奔跑，逆光飞翔，是自我的坚定，是班级的凝聚。教育，不是赋予和改变，而是唤醒与激励。早操，作为沉淀的传统，既磨练意志，又团结集体；唤醒沉睡的思维，激励前进的动力。

“健康、健美、健全”，强调身心发展；“高雅、高贵、高尚”，注重人格完善。早操是十九中全面育人的一隅，热爱运动的心脏跳动在校园里每一个角落：篮球场、游泳馆、足球场、田径道，无不挥洒汗水，承载拼搏。一年一度的秋季运动会更是集结高手，分项过招：暖心时、荣耀时、感动时、展示时，呐喊声、欢笑声、加油声、声声不息。

一片田径场，是青春的载体、梦想的天堂；一方十九地，是勇者的巅峰、汗水的海洋。德之教也，非沉浸而无所成；体之育也，非坚定而无所得。热爱运动，钟情锻炼，德智体美，全面发展，才让十九中学子有了磅礴大气的担当和乘风破浪的志气。



合唱团参加教育部组织的艺术展演荣获全国一等奖

魅力课堂 闪耀智行光芒

上午最后一节课和下午第一节课往往是精力最难集中的时候，用学生的话来说，前者处于“能量枯竭期”，后者处于“午后犯困期”，在十九中，这样的情况却几乎为零。因为，老师们就是想办法，让每一堂课都精彩无比，让学生舍不得分神，也分不了神。

上午11:20，高二(5)班，樊一斌老师的数学课开讲了，阳光的笑容，磁性的声音，帅气的白衬衫，他一出场，已经吸引了众多“迷弟”“迷妹”，而枯燥的概率公式以球星詹姆斯的投篮命中率引入，生动的事例，发散型的思维，使得同学们渐入佳境，每到困惑处，幽默风趣的语言顿时使得同学们豁然开朗，层层环扣的内容吸引全班学生将全部精神投入到神奇的课堂之中。



学校与美国、韩国、意大利等多个国家的重点中学建立友好访学机制

闪亮青春 彰显核心素养

在美丽的苏州金鸡湖畔，郑州十九中空合唱团闪亮登场，拿下全国第六届中小学生艺术展演一等奖，赢得教育部专家的一致好评和现场观摩团经久不息的掌声。

在魔都上海，郑州十九中星空管乐团第一次出征全国赛事，就拿下中国第十三届优秀管乐团展演示范乐团一等奖的好成绩。

在中国国际合唱节，在第九届中国少年儿童合唱节，在匈牙利布达佩斯国际合唱节，在意大利太阳岛国际合唱节……十九中学子一次次登台，一次次闪耀，一个又一个金奖，一次又

下午2:30，高二(1)班，英语老师张冲上来就“示弱”，“同学们，今天你们是你们的主场，身为理科生，克隆的知识你们应该比我了解得更深入，更透彻。”于是，在此起彼伏的推举声中，在热烈的掌声中，学生们图、说、写、话的能力在一堂阅读课上发挥得酣畅淋漓。

十九中的课堂就是这样，在老师带着学生寻找成就感的过程中，课堂成为学生激情燃烧的圣地，这也是十九中的重要传承。当然，要驾驭这样的课堂，老师必须具有非凡的人生境界与教学智慧。

“字如其人，见字如面。”付磊是高二(18)班的班主任，因笔法精湛，他经常被邀请到其他班上去讲书法课，很多学生受他的影响，爱上书法。《逍遥游》《兰亭集序》……论起古文背诵，他信手拈来，讲起中国古代文学史，他更是滔滔不绝，他的金句频频出现在板



游泳社团在高端大气的室内恒温游泳馆开展活动

一次第一，累积成长的年轮，让梦想熠熠生辉。

有梦想，谁都了不起。在十九中，始终坚持一件事，那就是，为每一个学子搭建舞台，让每一个梦想都不被辜负。

每周三下午4:00，是专属的社团活动时间，合唱团、管乐团、国旗班、话剧社、定向越野社、广播站、曲艺社、书法社、红十字社、无人机社、文学社、街舞社、健美操社、摄影社、羽毛球社、排球社……近20个社团让学生大显身手。在充分发掘校内资源的基础上，积极寻找校外资源，为学生多元发展、个性成长创造更多条件，这是十九中落实育人目标的重要行动。

“探寻历史之美”知识竞赛、春日放歌、新年音乐会、“经典咏流传”诗

书上，声声入耳，句句在心。令人意想不到的，他其实是一位出色的数学老师，他的课，总能用简洁生动的语言带出高超的解题技巧，他讲数学，不只是讲知识，更是讲哲学辩证法。他编写的《高中数学核心精华》，妥妥地将高中数学的精髓清晰梳理。

“一学生二、三生三、三生万物”，十九中的老师就是这样一种能力，让知识融会贯通，让学生从这个领域连接到那个领域，在解决问题的同时，学会辩证思考。

张冲获第十一届全国高中英语课堂观摩展示课一等奖，穆朝阳获第五届全国初中信息技术优质课一等奖，赵海涛获河南省“一师一优课”一等奖，王晓燕获郑州市信息技术融合课暨微课比赛一等奖……在成就学生的同时，十九中的老师也积淀累累硕果，成就自我。

静心自习 积淀自主精神

伴随着夜幕的降临，校园里安静下来。全校近60个班里灯火通明，学生们齐刷刷地坐在座位上自习，但整个校园却静若无人。

相比于晨读时的热烈，十九中的晚自习则要保持绝对的静。所有人要遵守“三零”规则，老师“零”讲授，学生“零”走动，师生“零”交流。

这种安静的背后，是知识的沉淀，是深度的探索，是主动的反思，实践发现，这恰恰是十九中培养学生自主性的最好方式。

“给学生一片自主探究的舞台，让学生积极主动地探究、思考与体验，体验过程、体验挫折、体验成功。”在高二(16)班，学生自我管理，自我约束早已成为习惯，班主任赵海涛只需从旁给予引导，他说，高中教育不仅是为学生上大学做准备，更是为今后的人生做准备，给学生提供满足成长的一切可能性，是教书育人的重要使命。组织户外游戏班会，在家长会上走上台，和父母一吐心声……学生越来越自信的同时，也变得越来越自律，更有了幸福学习和生活的能力。

苟日新，日日新，又日新。正是这每一个从清晨到深夜的一天，成就十九中学子不负青春的奋斗，成为积淀梦想的力量。

夏早日初长，南风草木香。榴花开欲然，陇海扬青春。正如该校校长梁寅峰所说，在十九中，每一位学生终将成长为一个健康强壮的人，一个正派善良的人，一个智圆行方的人。

周娟



静心自习