

首批省级重点高中、市标准化学校、市优质化高中、市教育教学改革实验校

# 进无止境·沈阳市第十中学 本色十中·追求工匠精神



沈阳市第十中学，原名沈飞一中，始建于1955年，1978年被命名为省级重点高中，学校历史悠久，文化底蕴深厚，特色鲜明。学校秉承“服务学生、发展学生，相信学生、成就学生”的办学理念，践行“知行合一、至诚至善”的校训，致力于培养“智能统一、学思知行、品格完善的现代公民”。学校现有教师153人，其中高级教师62人、研究生及同等学力74人、区级以上骨干教师(名师)62人；近五年，共有360余人次在各级各类教学竞赛活动中获得奖励，其中40余人次获得国家(部)级奖励，近200人次获得省市级奖励，他们以事业心为基础、以热爱学生为核心、以为人师表为准则，矢志追求工匠精神，尽显十中本色。

在辽宁省发布高考改革意向之初，第十中学即着手研究可能实行的新的考试制度和招生办法，校领导带队组织骨干教师赴改革先行城市进行经验学习，从选课走班、课堂教学、学科学习、生涯规划、综合素质等各个方面进行了广泛的实践研究，积累了丰富的经验，为高考改革做好了充分的

准备。目前，辽宁省高考改革方案正式下发，第十中学运筹帷幄、厚积薄发，以务实的态度为学生提供最充分的学习条件、最全面的选课指导和生涯指导，帮助学生尽快适应高中生活，尽快实现生涯觉醒，尽快规划好未来发展方向，为实现自己的人生梦想打下坚实的基础。



秀色校园·打造现代学校

校园占地24000㎡，建筑总面积23000㎡，包括现有的12000㎡现代化教学楼以及新建的6100㎡综合楼、体育馆和5000㎡食宿楼。学校拥有一流的教育教学设施及场地，智能先进、功能齐全，可为全校师生提供一日三餐、为400名学生提供标准化住宿。学校始终把学生的发展和放在第一位，重视环境设施的支持性和安全性，为学生的发展提供最充分的条件。学校实现了教学区域网络的全覆盖，为所有教室配备了电子白板、电

脑和电子班牌，设立大屏幕电视、LED显示屏、触控一体机，实现教育教学的信息化。学校现有数字化理化生实验室等21间各类功能教室，并计划再修建22个功能教室，以满足学生各种学习需要。2019年，是学校实施全面硬件升级建设年，目前，各项工程建设均已进入收尾及细化装修阶段。9月份，学校硬件水平将得到进一步提升；届时，校园柳绿樱香、静谧雅致、设施完备，为学生成长创设现代、优美且富有文化气息的空间。



位一体”即：成立学生生涯指导中心、设立学生发展指导手册、编著生涯规划教材、建构生涯课程体系。学生生涯指导中心负责学校生涯教育顶层设计和课程开发、学生生涯指导；学生发展手册为学生提供阶段发展评价，并帮助学生不断修正目标；生涯规划教材为学生学习生涯规划提供丰富的资料；生涯课程体系通过各种课程

为学生提供丰富的生涯教育和生涯体验。“6合一”课程体系即：生涯课、生涯社团、职业讲座、职业访谈、实践基地参观、模拟职业招聘。通过丰富的课程设置，使学生学习生涯规划相关知识，了解各种职业的特点和工作模式，尽快完成生涯觉醒，尽早树立人生目标，不让学生输在人生起跑线上，为成功人生打下坚实基础。

## 炫色生活·助推多元发展



学校以完善的德育体系培养学生健全人格，制定了“三纵三横”的育人策略。以自主管理为核心的诚信教育、以践行校训为根本的善行教育和以学部专人管理督导为手段的行为养成教育一脉相承，将高一价值观教育、高二人生规划教育、高三职业引导教育的“三位一体”的立体育人模式贯彻始终，帮助学生成为品行端正的公民。

全封闭式管理使校园学习生活安全有序。制定科学的作息时间表，设置午睡时间段，开设学生晚自习，实施严格却不失人性化的校规管理模式，为学生健康成长保驾护航。清晨、课上、课间、就餐、午睡、诵读、晚自习、就寝，全封闭无缝式德育管理，由安保中心负责校园全方位安全保卫工作，校园内设置24小时不间断视频监控网，并充分利用周边社区及商户资源，制作“安全预警联系卡”，形成联防机制，做到人防、物防、技防措施落实到位，同时，学校建立“学生防欺凌体系”，确保学生在校学习生活安全有序规范。

组成，帮助学生解决学习和生活上的烦恼与困惑；“名师工作室”，每天名师值班，为学生进行课业辅导，有效解决学生学习过程中遇到的问题；由各学科带头人组成“导师团”，对学有余力的学生组织教学，促进学生小组合作，提高研学能力；“人生规划指导团队”帮助学生客观分析自身特点及兴趣，树立奋斗目标，为学生选择高校、专业乃至职业指明方向。22个社团全部由学生自主成立、运作、管理，全面发展学生自主能力；省级体育俱乐部培养学生技能和意志品质；各学科第二课堂，源于教材、贴近生活、拓展能力、注重实效。校园活动跌宕生姿，校园歌手大赛、美术随堂作业展、小小百家讲坛、趣味运动会、足篮排校际联赛、学科知识竞赛、课程式主题班会，异彩纷呈。

各具特色和实效的教师团队关注学生身心健康成长和学业均衡发展；“心语团队”由16名一线教师(其中12人具备国家心理咨询师资格)

## 特色立校·靶向高考改革

基于“培养全面发展的人”这一育人目标，学校确立了“让每一个学生都得到发展”的教育观和“自主学习、自主发展”的教学观，深入推进教改，建构教学策略，打造高效课堂，转变教与学的方式，培育学生核心素养，全面提高教育教学质量。“主题-导学”教学策略是学校建构的具有十中特色且经过实践验证的有效教学策略，以此为依托形成的“主题式课堂”落实了新高考改革对“必备知识、关键能力、学科素养、核心价值”考查的要求。作为市级重点规划课题，《运用“主题-导学”教学策略培养学生核心素养》在沈阳市高考改革试点校评估验收中引起关注，学校因此被评为沈阳市教育教学改革实验校。

学生多样化和个性化需求，学校自2014年起就开始着手进行课程体系建设，设计了五种课程体系：能力型分层走班，提升各个层次学生学思能力；补弱型分类走班，提升学科短板；兴趣型分门走班，实现学生自主发展；拓展型课程，极大拓展课堂外延；实践型课程，为学生展示才艺、锻炼能力提供舞台。实践证明，丰富、科学的课程体系满足了不同层次、不同兴趣、不同需求的学生，使其掌握技能、提高学习能力。

此外，为有效解决新高考改革带来的学生选科、报考及未来发展方向等问题，学校构建了“四位一体”的生涯指导工作体系和“6合一”课程体系，帮助学生进行选课走班和生涯规划，及早确立目标，合理安排高中三年的学业，加强自身综合素质训练，为考上理想大学做好准备，为成功人生奠基。“四

## 出色成果·实现跨越提升

近年来，学校实现了高考、中考成绩的跨越式提升。本科上线率五年内上升23%，达到92%，学考全科通过率从最初的49.9%，提升至99.76%，连续获得区高考进步奖、“沈阳市公办普通高中学生学业水平考试全科合格率优秀学校”等

荣誉称号。学生的综合素质、学科素养明显提升，近五年共有284人次获得各级各类竞赛奖励。每年，十中学子通过高考、自主招生、国际交流等多途径升学方式，获得多元化发展，在各行各业中发挥自己的能量，成就自己的人生！

## 近三年录取分数线及2019年招生信息

年份	公费录取分数线	2019年拟定招生计划 (以市教育局公布数据为准)
2016	676	总数:405人 公费:122人(含舞蹈特长生:15人) 指标到校:283人 招生范围:全市13个区县(市),指标到校限皇姑区考生。
2017	683	
2018	649	

### 特别关注:

我校将于6月2日(周日)、6月9日(周日)上午9:00-11:30在校内召开中招咨询会,欢迎各位家长朋友莅临!

### 联系方式:

地址:沈阳市皇姑区梅江街10号  
 邮编:110034  
 网址:sy10zx.cn  
 中招咨询电话:31504767(校长室) 31504753(教务处) 15802407592(招生办)  
 乘车路线:217路、121路、178路第十中学站下车  
 131路、138路七三九医院下车东走500米  
 地铁二号线沈阳医学院下车东走500米