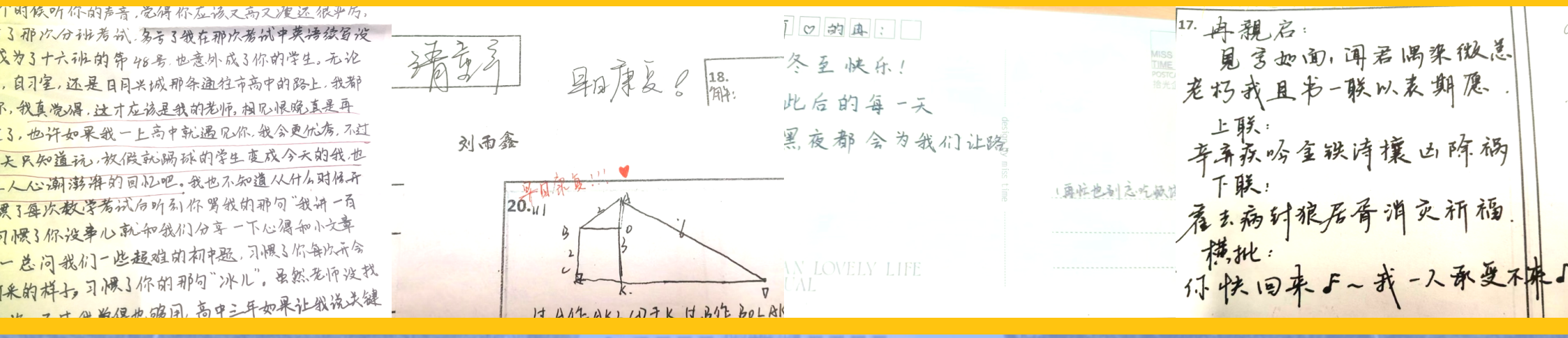
做幸福的班主任

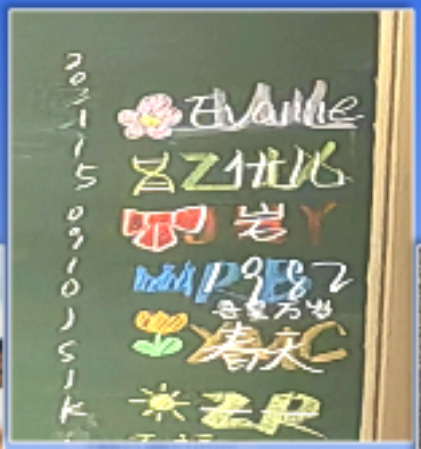
盘锦市高级中学 赵冉

你爱生如子，生爱你如神

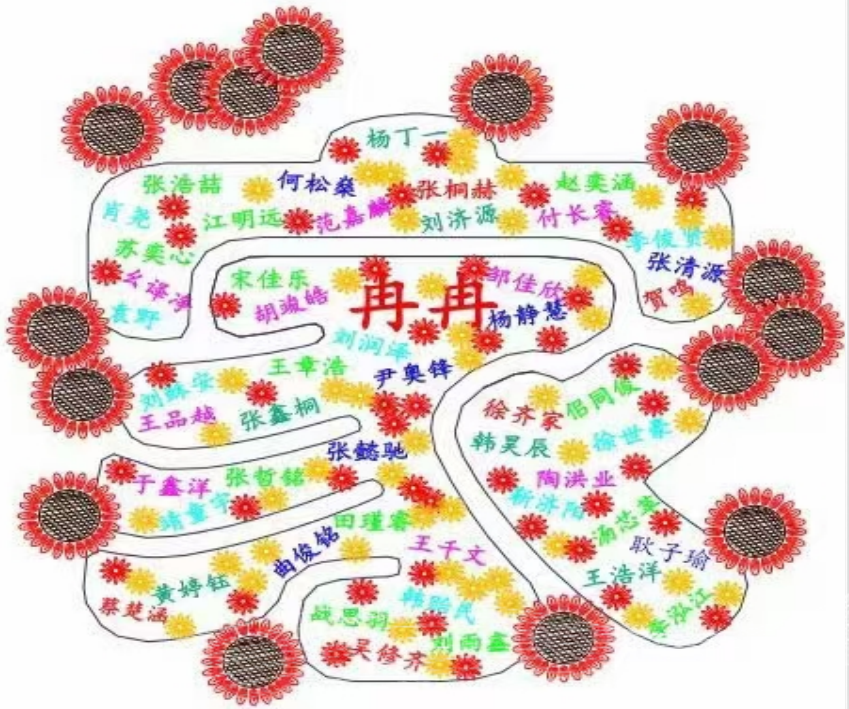

靖童子
早日康复！
刘雨鑫
冬至快乐！
此后的每一天
黑夜都会为我们让路
17. 再靓启：
见字如面，闻君喝茶做总
老杨我且书一联以表期愿。
上联：
辛辛苦苦全铁诗撰出降祸
下联：
在去病封狼居胥消灾祈福
横批：
你快回来～我一人承受不来

实验中学

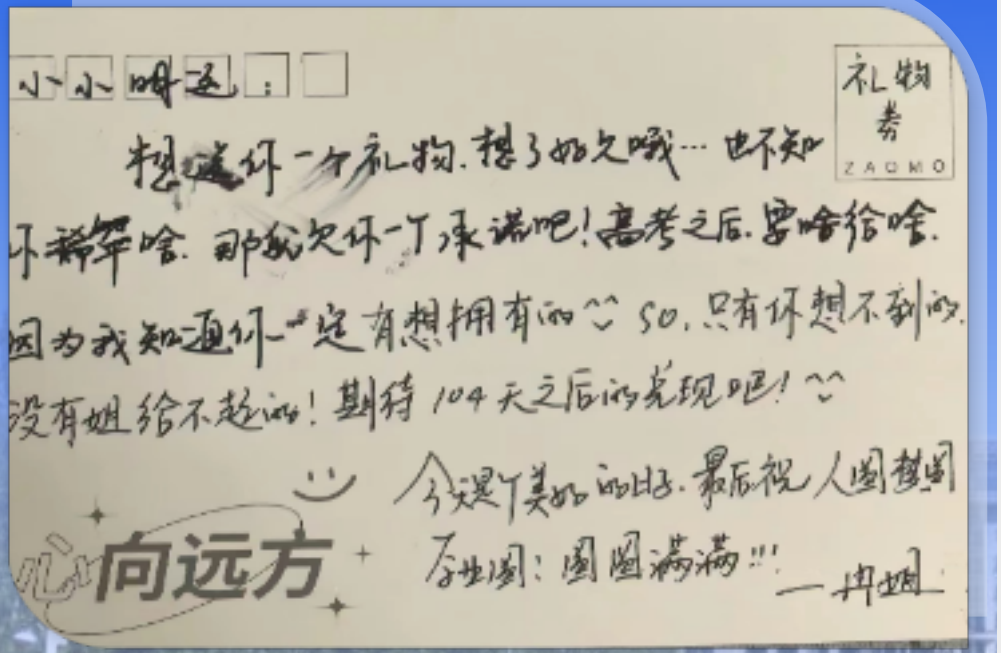
你爱生如子，生爱你如神



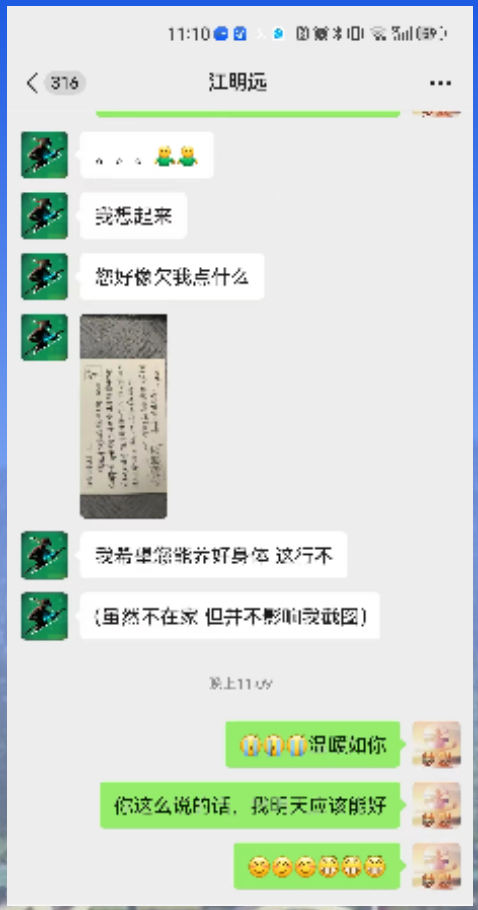
盘锦市高级中学
三年十五班



你爱生如子，生爱你如神


礼物券
ZAOMO
向远方

江明远
咋啦
又生病了？
为啥每三年六七八三个月份您都得病一次啊
咋说呢
病又犯了三大不能吃东西了
我想起来
您好像欠我点什么


江明远
我想起来
您好像欠我点什么
我希望您能养好身体 这行不
(虽然不在家 但并不影响我武图)
温暖如你
你这么说的话，我明天应该能好

"认识祖国"调研团

电气学院2023年国家奖学金获奖名单公示

2023-10-09 22:05

根据《关于2023年本科生国家奖学金、国家励志奖学金、国家助学金评选工作的通知》的相关要求，各年级采取本人自愿申报、评审小组资格审查、年级内评选推荐、学院审核的方式，现评选出13名学生获得国家奖学金，具体名单公布如下：

2020级本科生：王婷、董子睿、魏然

2021级本科生：杨静超、周后硕、赵大壮、郝泽鑫、陶壹昂

2022级本科生：李雨霄、杨皓杰、胡贻、钱毅杰、商秉轩

公示时间：2022年10月9日-10月12日。

凡对以上候选同学有异议者，请在公示期内向学院反映具体情况。

联系人：宋老师　联系电话：0451-

荣誉证书

电气工程及自动化学院 陶壹昂：

在哈尔滨工业大学第七届教学节学生学业支持奖项评选中，被评为“十佳学业帮扶志愿者”，特发此证，以资鼓励。

哈尔滨工业大学

二〇二三年十月

本科生奖学金初评结果

北京大学星光优秀医学生奖学金(3 人 8000 元)

程静宁　王怡琴　刘佳颖

北京大学优秀医学生一等奖学金(1 人 8000 元)

何俊锦

北京大学优秀医学生二等奖学金(27 人 6000 元)

吴朝旭　陈宪淑　孔　祥　郝文琴　郭明烁
沈宇航　马思涵　陈文敬　孙晓智　王一君
孔子明　张　娜　罗一鸣　陈子睿　金艺浩
刘　淑　吕　淑　金　婉　韩　雪　乌　兔
刘阳洁　储宝琪　张子骏　丁一璇　张方新
郝　洋　郝家艺

北京大学美尔目优秀医学生奖学金(9 人 5000 元)

张　左　王淑斌　马晓彤　宋若涵　兰梦琦

王浩洋
昨天 上午11:27
成功竞选团支书啦

孩子们，看了他的分享，一定会重新燃起希望！
【简篇】强歌不唱，且歌且思——高考优秀毕业生经验分享 第七期
2024年7月29日 10:40
置顶此朋友圈，将其长期展示在「我的朋友圈」顶部。
置顶
2024年7月29日 10:43
期待好朋友们转发
少华 2024年7月29日 11:09
优秀！
2024年7月29日 11:44
永远感谢冉冉老师对每一个孩子的期待、鼓励和不放弃，老师的信任也成就了孩子的梦想

阳光热情不减。他能欣赏别人的好，也能寻找自己的光，从不抱怨，从不气馁，他说过无数次“大不了从头再来”，也终用三年的时光验证了自己坚持的意义！他是我的体委，是15班的“发言人”，是每一次班会我必须要做典型的“会学习的人”！
【简篇】所有逆袭都是有备而来——高考优秀毕业生的励志成长故事 第一期
2024年8月1日 08:20
置顶此朋友圈，将其长期展示在「我的朋友圈」顶部。
置顶
2024年8月1日 08:21
期待好朋友们转发
2024年8月1日 09:35
“保持一个奋勇向前的劲头，任何老师都会向你伸出援手，给予你不遗余力的支持”。是对您，是对所有高中教者，不遗余力的奉献精神，最美的诠释。

沿着教育的路一直平静地走着，
沿着自己的路享受着生活，
就是幸福。
带着幸福感做教师，
正如揣着理想上路，
必将一路迎着阳光。

巧用活动契机
助力班风建设

一、传统活动

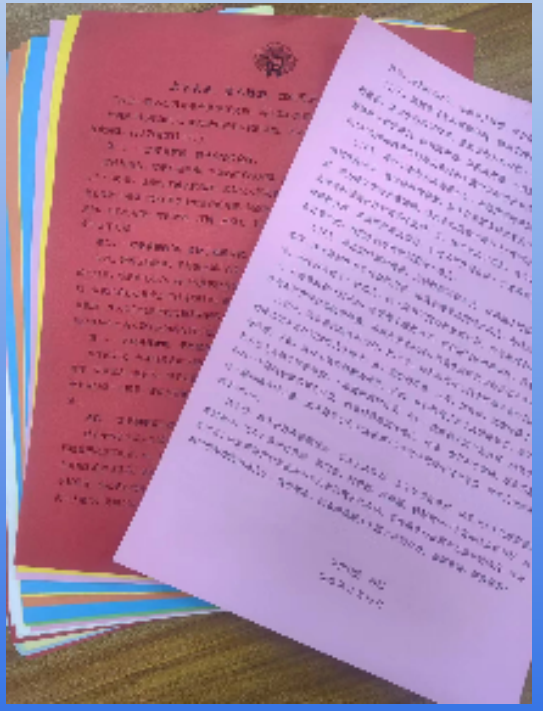
乘风破万里浪
长
六月
以梦为马
不负韶华
金榜夺魁
舍我其谁
十年磨一剑
寒窗
百日
战

存
高
速
雅听风 华园
相信相信的力量
100天，做自己！新龙华，赢二回！

存
高
速
雅听风 华园
相信相信的力量
100天，做自己！新龙华，赢二回！

每带一个班，我对教育的科学性艺术性都会有更深层次的理解，我的思想得到了修炼，我的感情也得到了升华。我们的传道授业解惑里有艺术，我们的一言一行里有艺术，在教育的艺术里，我们应该演奏出更加和谐动人的乐章。

金榜題名
Lucky For You
金榜題名
好運



德求才
200天
蟾宮折桂

志不求易，事不避难，200天拼，艰峰相见！

“没有一颗心会总为追求梦想而受伤，当你真心渴望某样东西时，整个宇宙都会来帮你。”

距离高考还有200天，也是我们实现自我的关键，决胜考场，真正拥有属于自己的200天，在这里完成。我认为要注意下几点：

第一，一定要有梦想，要学会定位自我。

梦想是翅膀，有它飞得高。它就能把你带到那，大家在心里把它点在了哪里重要。这个大学至少上200分，目标院校越来越清晰，错误比大不足等，复习得更能成绩。为高大学的校园梦，带着我们能在四年后学成毕业生后的美丽。这些你我们，都是在得上百分成为起来的，和你们有着一样的老师，可爱，阳光，这个长跑上，只要够想，只要努力，大胆经验，就这样日子不觉。

第二，一定要珍惜时间，要敢于挑战自我。

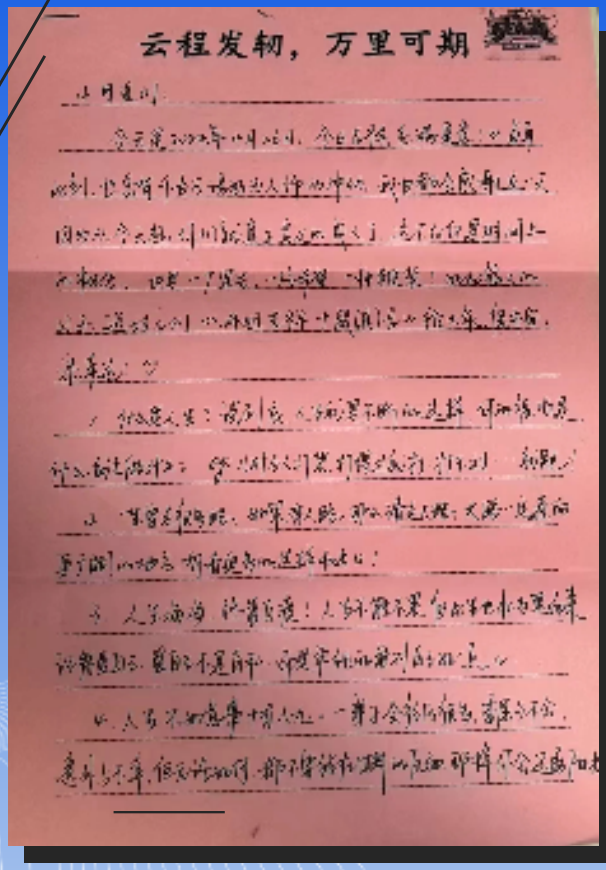
这个上最温暖的回忆，不完生与死，而是一些人在学习，每个时间都在学习，学习的时光，不是就是写题，你总就是努力，我们内容先后需要多选，我要看我们自己多少时间，这样到每，关系不能错上，但我们每个都可完全可以把时间，提升到为全面，提升到为全面，把200天利用为经验，至少到现在，我们自己高考就会最美的假设！要记住，每期间就，个人与我们一定能上学的上学的时光，更是为化干等个不要人生十四的自己当大学。

第三，一定要讲究策略，要智慧自我。

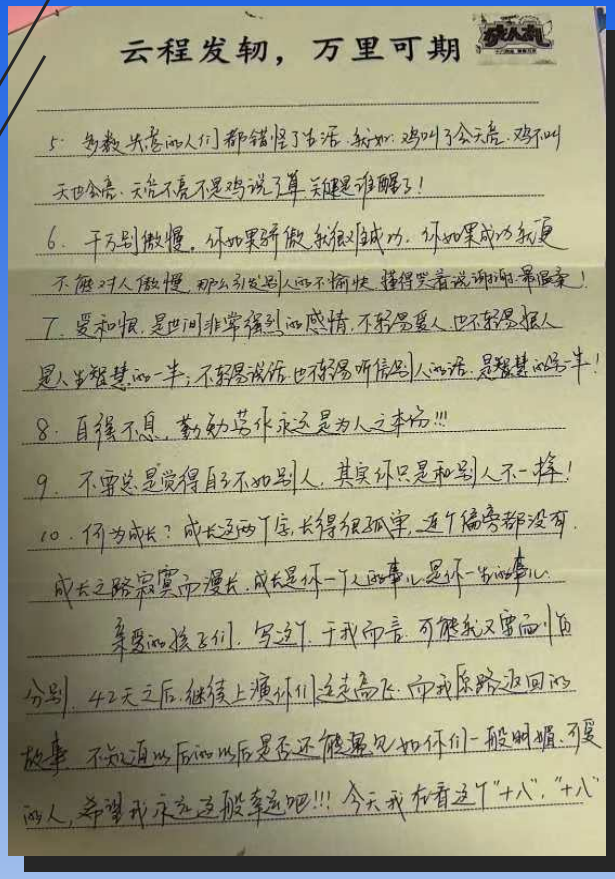
科学的方法，合理的策略可以事倍功半的提高学习效率，同样，现在的200天如何利用，也要讲究方法，认真就是，我认为，四学可编辑关注下列个方面：一是有效计划，二是有效完成计划，三是积极有一个好心，四是要有坚持上进的执行力。当然，如果大家能够与合力合作，会事半功倍。

第四，一定要调整好心态，要乐为自我。

有来知道的信是人之常情。大家曾知道，有获宠辱，已经被挑战是高考证据，你，有什么？正确认知自己，把你把每选择，不苛求，不自卑，心态稳定，才会有稳定的学习状态，稳定的成绩，稳定的信心，稳定大的自己，不已成为的理想状态，直至不到最后，永远都是笑着，谁笑在最后，谁才笑的最好。要坚信自己是有实现，与自己之间的积极正向暗为，到200天等全方去证明它。



云程发轫，万里可期



云程发轫，万里可期

5. 为数众多的人们都错悟了生活。就如：鸡叫了公鸡亮，鸡不叫天也会亮。天亮不亮不是鸡说了算，知建是谁醒了！

6. 千万别傲慢，你如果骄傲我很成功，你如果成功我更不能对人傲慢，那么别发脾人的不愉快，值得哭着说谢谢的事很幸！

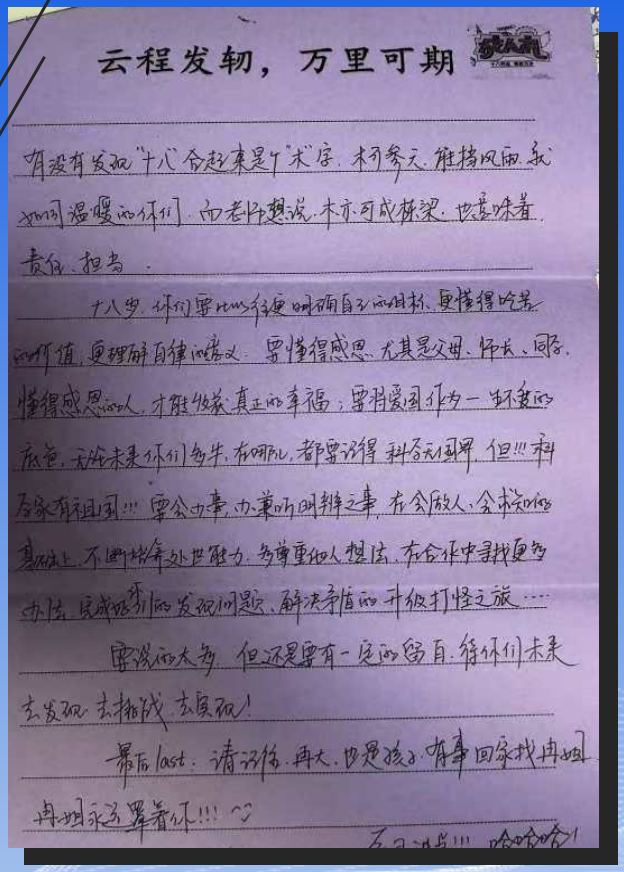
7. 爱和恨，是世间非常强烈的感情，不好男爱人，也不好男恨人，是人生智慧的一半；不好男被伤，也不好男所伤的人的话，是智慧的另一半！

8. 自强不息，勤劳奋斗永远是为人之本!!!

9. 不要总是觉得自己不如别人，其实你只是和别人不一样！

10. 何为成长？成长迈两了你，长得很孤单，连个偏旁都没有。成长之路寂寞而漫长，成长是你一个人面事，也是你一生的事。

亲爱的孩子们，写这了，于我而言，可能我又要面临告别，42天之后，继续上演你们这志高飞，向我挥路边回的故事，不知道以后的以后是否还能遇见如你们一般明媚，可爱的人，希望我永远这般幸运吧!!! 今天我们看这了"十八"，"十八"



云程发轫，万里可期

有没有发现"十八"合起来是了"米"字，米可养人，能指风雨，我如何温暖而你们，而老师想说，米亦可成栋梁，也意味着，责任，担当。

十八岁，你们要比以往更明确自己的目标，更懂得哈善，哈何值，更理解自律的意义，要懂得感恩，尤其是父母，师长，同学，懂得感恩的人，才能收获，真正的幸福；要将爱到行为一样美的东西，无论未来你们身处，在哪个，都要记得，我们在这里，但!!!我们家有祖国!!! 要公而事，办集的团结之事，去全成人，全我的基础上，不断增强处世能力，为尊重他人想法，充合作中寻找更为妙法，完成好你们的发现问题，解决矛盾的升级打怪之旅……

虽没有大为，但还是要有一定的留白，给你们未来去发现，去挑战，去实现！

最后last，请记住，再大，也是孩子，有事回家找妈妈，妈妈永远是着你!!! ~~

五一快乐!!! 哈哈哈！

秋实

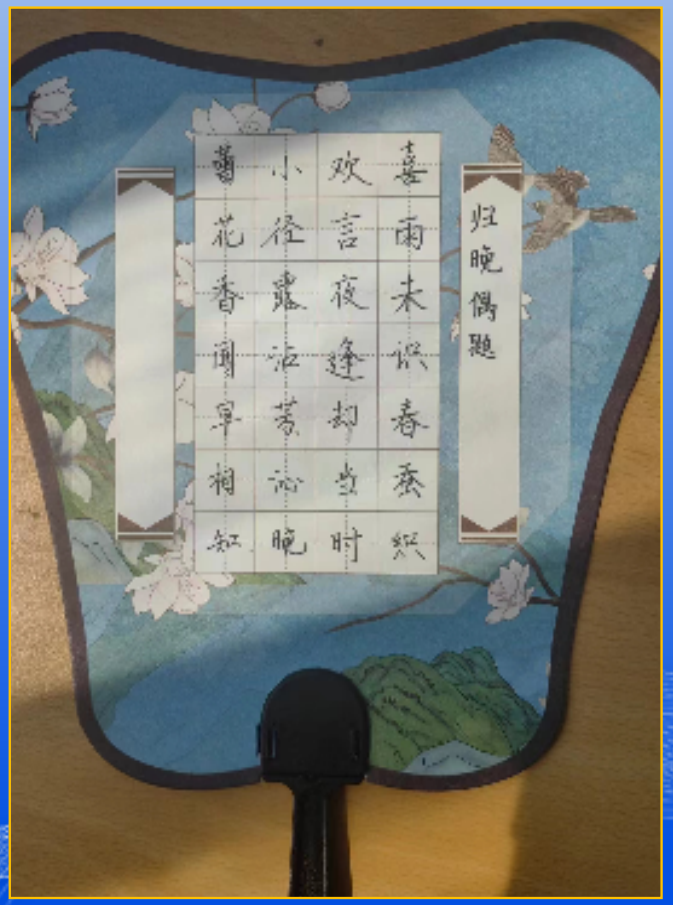
盘锦市高级中学
2021级15班
何松燊 北京大学
耿子喻 北京大学
赵奕涵 北京大学
江明远 北京大学
张桐赫 北京大学
苏奕心 北京理工大学
徐齐家 北京师范大学
杨丁一 中国人民大学
王浩洋 中国人民大学
徐世豪 北京邮电大学
刘稣安 北京邮电大学
范嘉麟 清华大学
韩昊辰 清华大学
靖童宇 清华大学
肖尧 清华大学
陶洪业 北京航空航天大学
胡晓皓 北京航空航天大学
黄婷钰 北京航空航天大学
刘济源 中国科学院大学
于鑫洋 中国科学院大学
李俊贤 中国科学院大学
韩贻民 北京化工大学
蔡楚涵 对外经济贸易大学
还有个天津的老铁：
王品越 南开大学
袁野 西北工业大学
张鑫桐 西北工业大学
王千文 陕西师范大学
吉林的同胞：
战思羽 东北师范大学
辽宁的朋友们：
王章浩 东北大学
刘润泽 东北大学
曲俊铭 大连理工大学
张哲铭 中国医科大学
吴修齐 大连海事大学
山东的兄弟：
倌同俊 山东大学
江苏的宝宝：
汤芯苹 东南大学
上海的小可爱：
尹奥锋 复旦大学
张懿驰 复旦大学
田谨睿 同济大学
么译净 同济大学
靳济阳 上海交通大学
浙江的亚朋：
刘雨鑫 浙江大学
广东的家人们：
杨静慧 中山大学
贺鸣 哈尔滨工业大学（深圳）
宋佳乐 哈尔滨工业大学（深圳）
湖南的老哥：
李泓江 湖南大学
博雅驱风
华图弄笋
逐梦十五
志遥才美
愿你我铭记这段
青春，共赴美好
的明天！
15

二、特色活动

每带一个班，我对教育的科学性艺术性都会有更深层次的理解，我的思想得到了修炼，我的感情也得到了升华。我们的传道授业解惑里有艺术，我们的一言一行里有艺术，在教育的艺术里，我们应该演奏出更加和谐动人的乐章。

赵国名将阎四方
柒点红霜勇担当
久经沙场
威言忠语音良将
武动乾坤念者往

喜欢
红妆
心
无
铁


归晚偶题
喜雨来恰春燕织
欢言夜逢却当时
小径露沾等沁晚
蔷花香闻草湘知

一览众山
寒窗苦读终不悔
福
榜上提名了夙愿

最具影响力的人
最具影响力的人

最具影响力的人
最具影响力的人

榜样力量
班级之星
我爱我家

守纪之星：赵歆宇

- 初见修林铮竹貌，
  白面小生读书郎。
- 清正炯介洁自好，
  危行俨正委当称。
- 平川浪尽举踮远，
  新宇日升动晨兴。
- 去来常笑钓台客，
  难酬沧海亦英雄。

奉献之星：蒋程程

- 为什么是她？一个瘦弱的姑娘，一副疲惫的肩膀。是内心的善良，让她身上有了圣洁的光芒。她总看别人，还需要什么；她总问自己，还能多做些什么。
- 她越平凡，越发不凡；越简单，越于平凡中彰显出伟大。

奉献之星：郝熙臻

- 笑无痕，语无踪，拿了捞衣去，浪藏功与名；真君子，有心人，提笔安天下，跨马定乾坤，你穿梭发卷动的身影，你站在讲台上清澈英语的声音，你被同学责怪后的隐忍，在我们的脑海中汇成了一个词——奉献。
- 班级英语成绩因有了你而稳步上升，英语老师因有了你而节省心血，英语试卷因有了你而井然有序，这一点一滴同学们都牢记在心中。
- 尔曾岂是池中物，一遇风云便化龙。愿你以梦为马，不负韶华，付出终有所得，努力皆有回报！

奉献之星：张之皓

- 能当惊鸿，
  濑岩游龙，
  信步闲庭中，
  功名蔺花丛。
  退传集光书千封，
  运筹唯帷罗团动，
  身先众生首当冲。
  及待他日必将，
  长风破浪，
  腾云飞扬，
  威加四方，
  建功立多。

星光不负榜样前行
尚美之星
简介
尚美之星
董羽辰
个人简介
智慧之星
史依格
个人简介
体育之星
乐观之星
韩林朔
个人简介
刻断奕
道德之星
尚美之星
王楷然
个人简介
劳动之星
个人简介
智慧之星
白博文
个人简介
体育之星
乐观之星
崔宇桐
个人简介
王俊然
道德之星
劳动之星
劳动之星
智慧之星
毕峪溥
个人简介
体育之星
乐观之星
郭婧涵
个人简介
李仲轩
道德之星

最具影响力的人
霸气侧漏
燃烧吧小宇宙！
加油鸭！
WALNUT DUCK
不负好时光

我是学习小能手
先赞
完美
fight!
超级棒!!
WIN!

2023年4月14日 晚上20:05
趋向班主任老师
趋向班主任老师
刮刮卡，本月实现愿望的宝子们👍👍👍都会得到精美礼品一份❤️期待他们下个月的进步

进步之星
2021级16班
2021级15班
甲科状元
2021级15班
2021级15班

ALL ABOUT FASHION - STYLE
FASHION&STYLE 122
进步之星
进步之星

Hi...

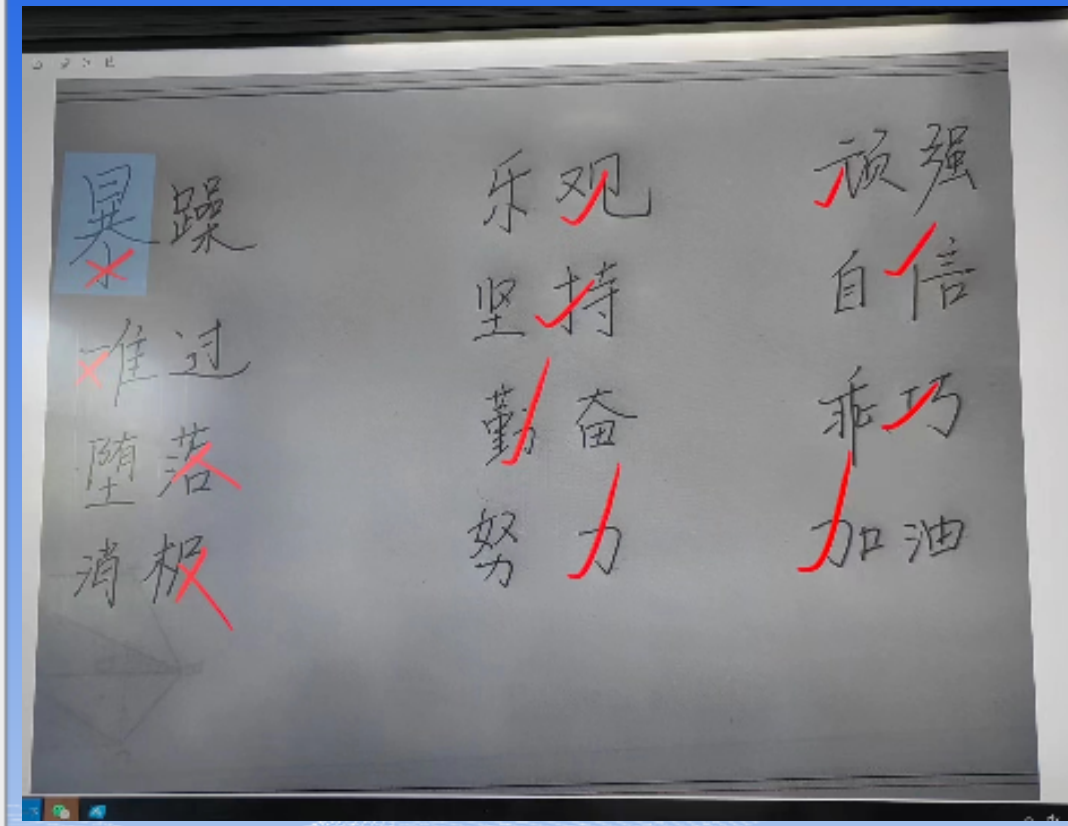
化学状元
程松柔
15

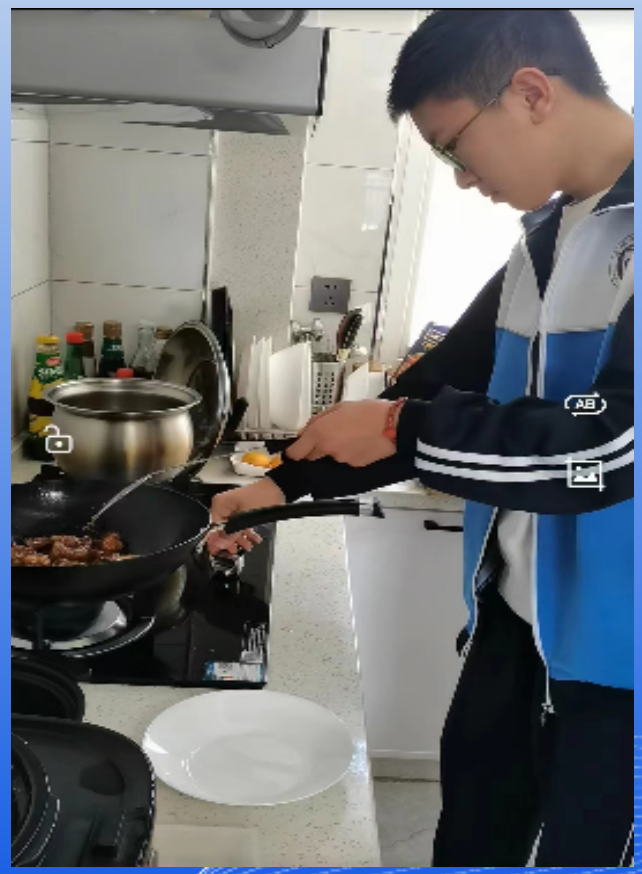
「日常碎片」

Selecting...
盘锦市高级中学名校联盟高三9月月考
进步之星
张浩喆
2021级15班
盘锦市高级中学2023-2024学年度上学期期中考试
我爱数学
数学使我快乐
进步之星
张浩喆
2021级15班
盘锦市高级中学高三东北三省联考
最美教师
王蕾
2021级15班
盘锦市高级中学高三上学期期中考试
进步之星 范嘉麟
盘锦市高级中学辽宁名校联盟高三十月联考
进步之星
姓名
2021级15班
盘锦市高级中学省名校联盟高三九月联考
1982
·冉·家·軍·
进步之星
张浩喆
2021级15班
SEND TO

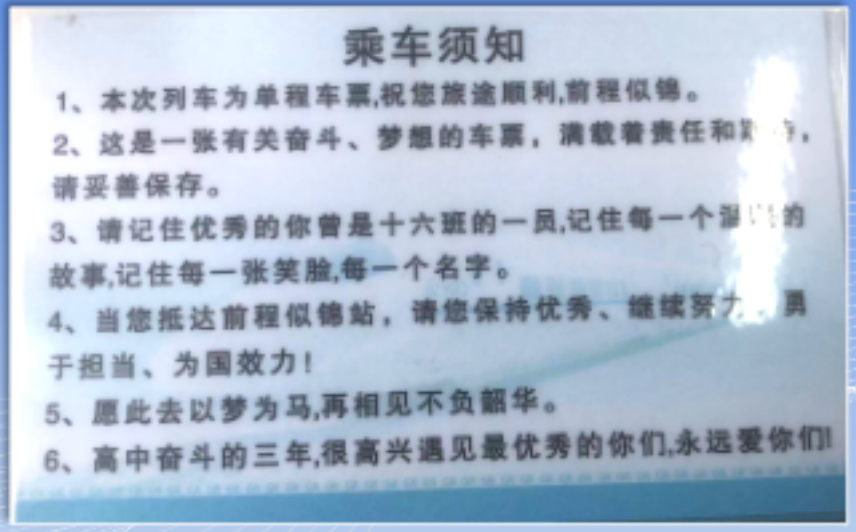
进步之星
张浩喆
盘锦市高级中学高二下学期期初考试
进步之星
袁野
2021级15班
进步之星
张浩喆

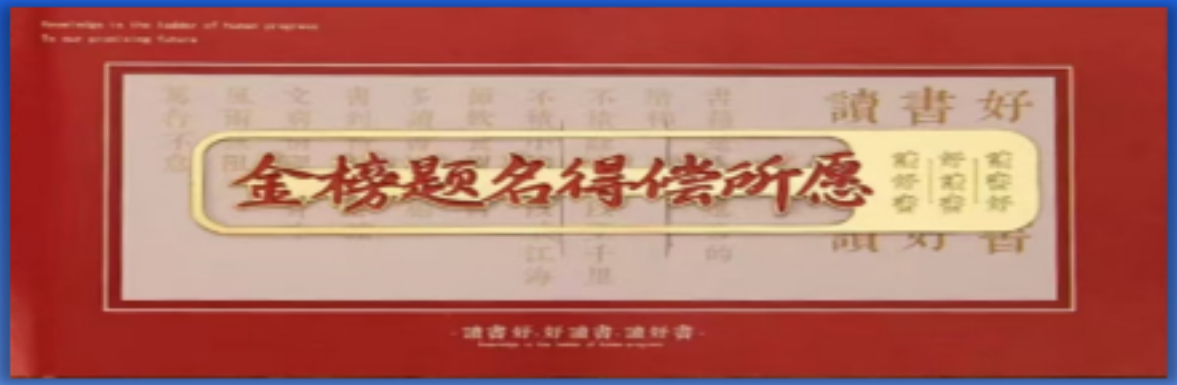
通知:
今天延时自习正常，晚一有考试。明天早上让孩子们多睡一会，7:30到班，全天自习。尽量不要请假，也不要迟到。
下周四周五周六五模，全程模拟！和三模一样，有考试考试，没考试在家复习。
今天距离高考还有20天，离梦想又近了一步🌻🌻🌻亲们坚持住✊准确的说是:亲们要珍惜和孩子相伴的这段时光🌹
焦虑快没有啦😄😄😄
涅槃十五family(119)
5月17日 下午16:43
焦虑似乎减少了😁😁


暴躁
难过
堕落
消极
乐观
坚持
勤奋
努力
顽强
自信
乖巧
加油



三、送爱心活动（甜蜜的“负担”）




金榜题名得偿所愿
读書好

金榜题名
高考必胜
Good Luck

三年十六班
金榜题名
刻画青春

16 施昭含
16 王一存
16 王瀚霄
16 周文皓
16 代永安
16 张晓仁

百日计划
100-DAY PLAN
年表新
100天
顺遂
心想事成
前程似锦
100 NEW DAYS
NEW CHANCES

勇创佳绩

燃翻考场

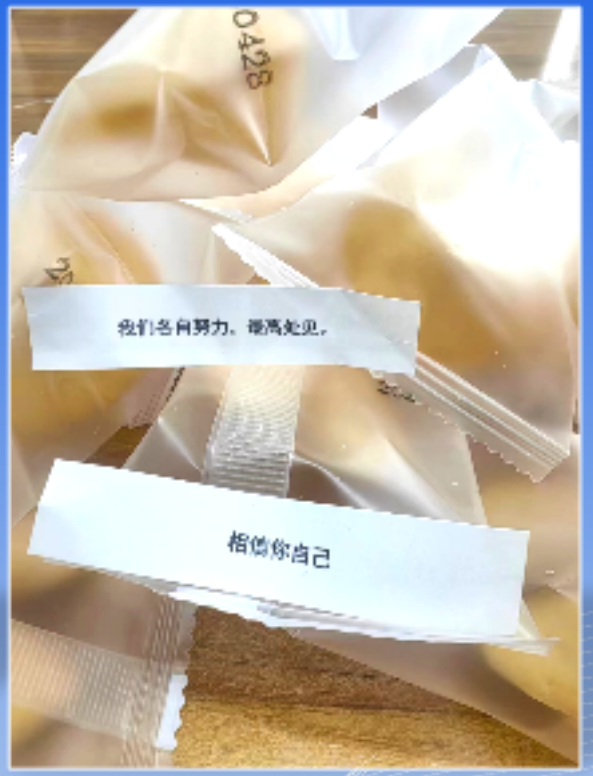
逆风翻盘
燃翻考场
考运加持
高考666
心愿顺遂
考场MVP
勇创佳绩

温馨十五family(119)
2023年6月22日 中午12:29
给孩子们买了榴莲冰棕，下午别迟到啊😂😂😂
母——🎊🎊🎊👍👍👍
孩子们真幸福😊
回家猜了一中午的惊喜，终于知道答案了👍

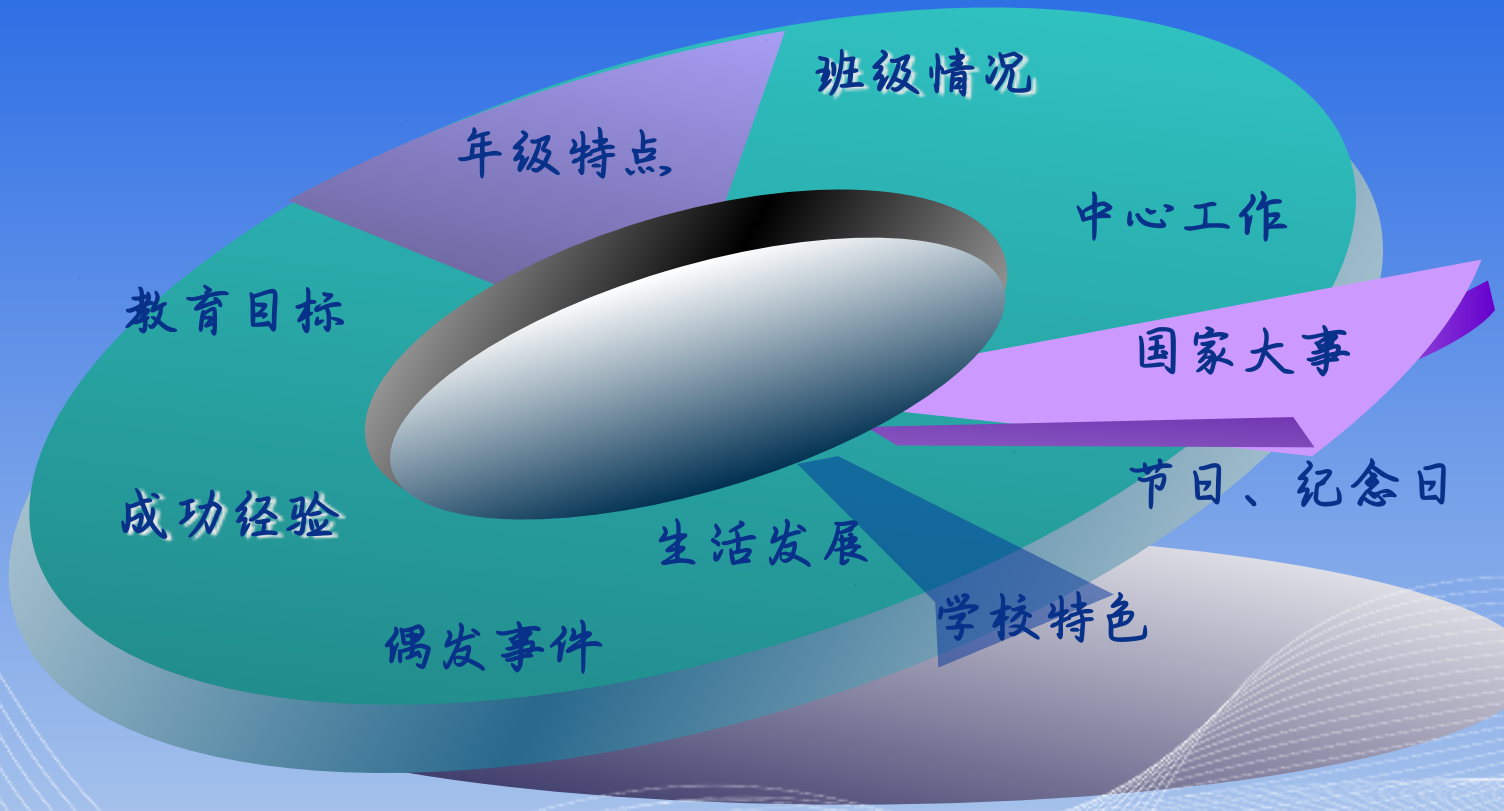
端午
榴莲冰粽糕点

旺旺的六一

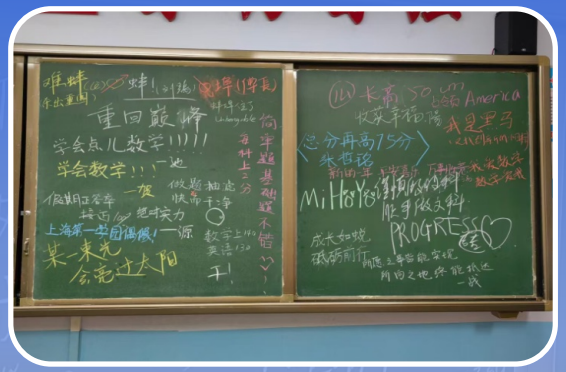
状元及第丸
Zhuangyuan jidiwan
逢考必过丸
梦想成真丸

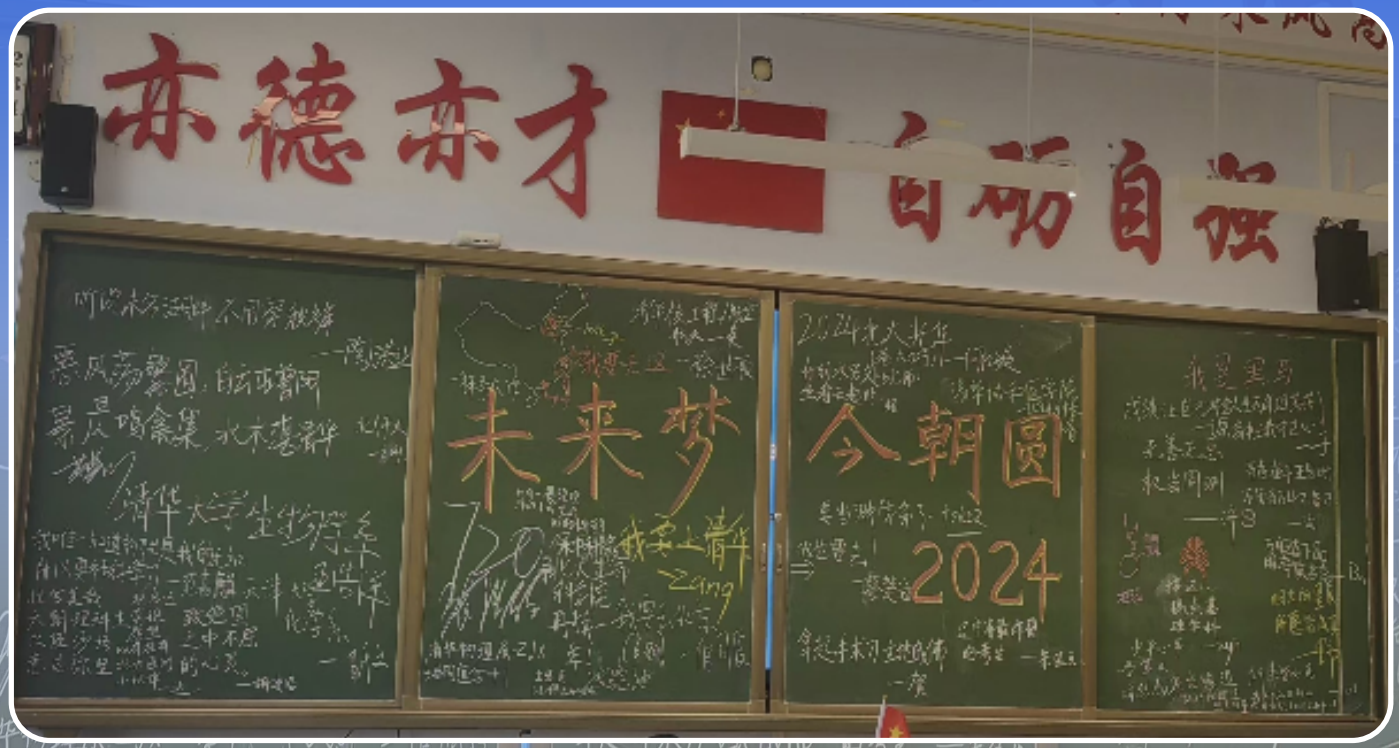

0428
我们各自努力，祝愿未来。
相信你自己

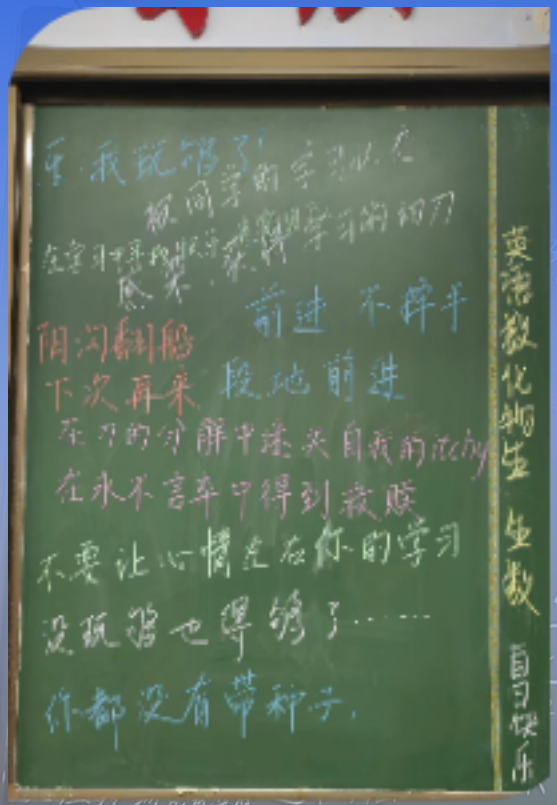
四、“十面来风”的班会

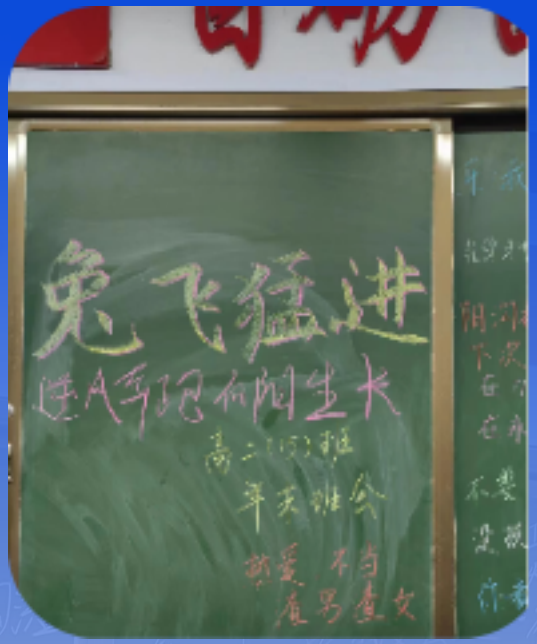


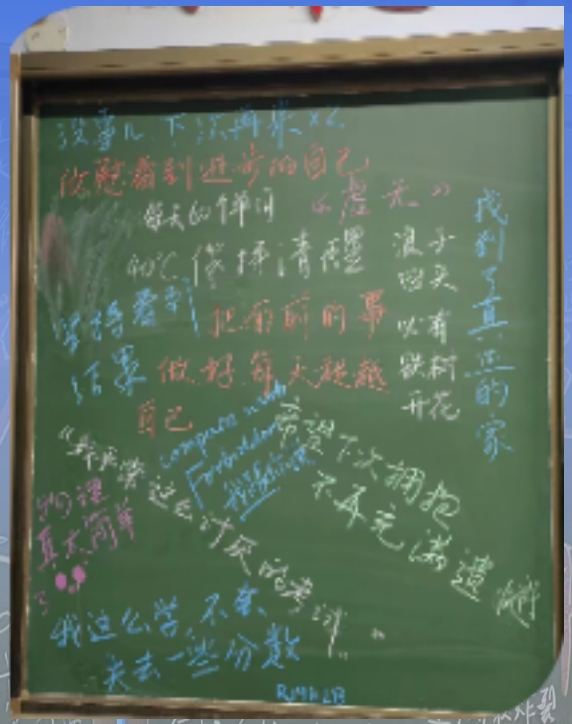
班会是最能激发学生动力的活动，必须重视。班会是否成功，主持人至关重要。主持人大家轮流，自愿报名；班会设记录员两名，把好的方法记住黑板上。进步的介绍经验，退步的说教训，最后每人说一句话。我负责拍照，照片或者小视频发到家长群里。最后我一定要对班会做总结。





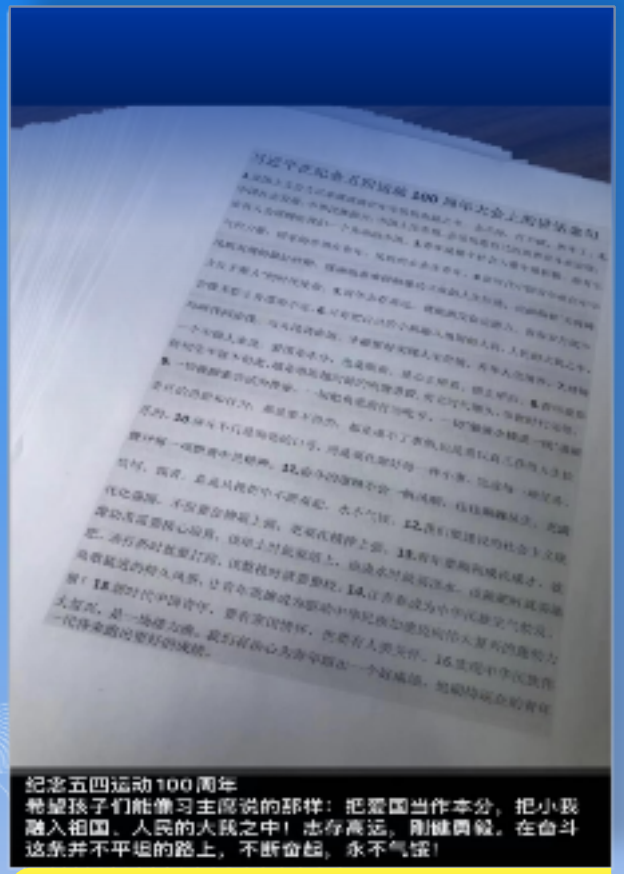

英语教化物生 鱼数 自习快乐
前进 不停步
阴沟翻船
下次再来 稳地前进
在永不言弃中得到救赎
不要让心情影响你的学习
没跟谁也得够了……
你都没有带种子。


兔飞猛进
进A军团和阿生长
高二(17)班
年天班公
就要 不与
庸男庸女


没事儿下沉再来吃
做更看到进步的自己
保持清醒
把看所的事
好好学习
天天向上
找到了真正的家
浪费时间
必有收获
开花
结果做好每天题题
自己
希望下次拥抱
不再无满遗憾
我这么学,不会
失去一些分数!

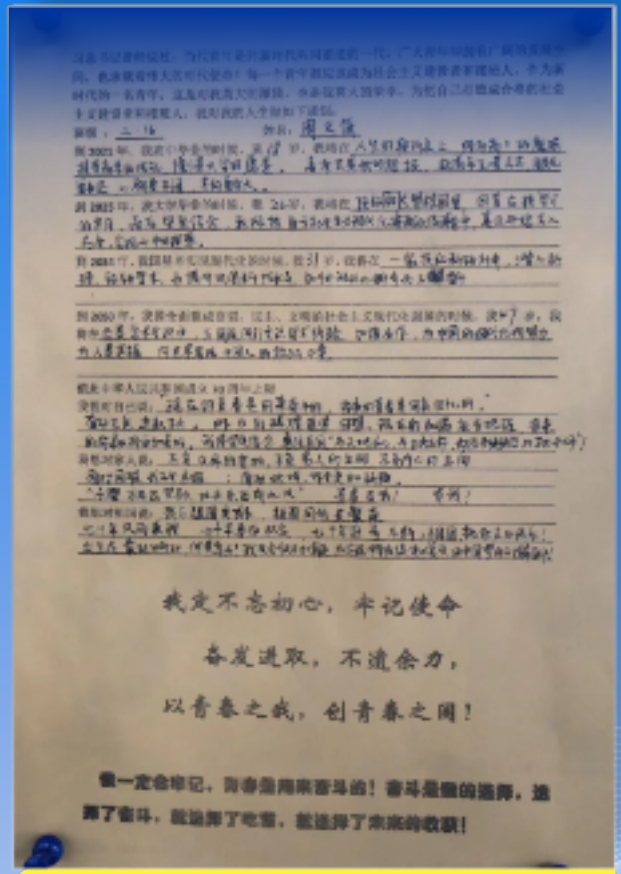
注意身体
我也途
二〇二

意志弥坚 北大医的心灵。
小伙伴一达
—胡竣皓
清华物理系-ZJX
志同道合十!
年!
—张浩池
—贺
拿起手术刀立地成佛
的考生
—朱任乐
地球
搁远儿
搞点基
础学科
—zyh
万般皆下品
唯有读书高
烟火向里暖
所愿皆成真
—zjl



五四青年节：
不断奋起，永不气馁！

跨年！一起许下最美好的愿望！



以青春之我，创青春之国！

统树百年报国志
傲立潮头做世
优秀作品展
广大青年应该在奋
春激情、追逐青春理想

冲刺，
自砺自强
清源助威团
清源必胜！
格致十五必胜！
高三
我们来

奋斗冲刺，誓取德宫折桂
全力拼搏，定能金榜
自砺自强
高三
我们来啦

班主任的目光决定了班级的样子

感谢聆听