2026 升学季

选择适合的好学校

长沙市2026中考招生特刊

7月3日
长沙市中考招生咨询会
与您相约
长沙国际会展中心

2026年长沙市
中考咨询会预约通道

长沙晚报家长学院
和孩子一起成长

长沙市一中城南中学

在一中城南，让一切更美好

学校代码：0167

长沙市一中城南中学是长沙市教育局直属的高起点、高规格公办普通高级中学，依托百年名校长沙市一中的优质教育资源，秉承"公、勇、勤、朴"的一中校训，以"为学生的终身发展奠基，为学生的终身幸福导航"和"让一切更美好"为办学理念，致力于打造融城教育标杆、湖湘品质名校。

学校正依托优质资源，建设现代学校，弘扬"严谨、务实、规范、创新"的一中校风，传承"一以贯之自强不息，中流砥柱其命维新"的一中精神，注重学生的全面发展、主体发展和个性发展，形成"素质+个性，规范+创新"的办学特色，为办成全国一流的优质品牌学校砥砺奋进，为全市优质教育资源的科学布局添砖加瓦，为促进区域教育整体高位均衡发展贡献重要力量。

学校获湖南省集体备课大赛"最佳组织奖"（连续两年）、湖南省体育后备人才基地（排球）、长沙市"五有四化"主题式教学品质课堂建设实验校、市级标准化学校食堂、湖南省长沙市第一中学拔尖创新人才培养基地、华中师范大学音乐学院教育实习基地、湖南师范大学教育实践基地、湖南科技大学教育实践基地。

时间	学科	比赛名称	获奖学生	奖项
2025	信息学	四川大学2025年网络安全挑战赛	肖瑾瑜	全国第二名
2025	地理学	2024-2025学年全国中学生地球科学奥林匹克竞赛决赛	常少杰	全国银牌
2025	地理学	第6届全国中学生地球科学奥林匹克竞赛（湖南赛区）	常少杰	省一等奖
2024	生物学	2024年全国中学生生物学联赛	彭程远	省一等奖
2024	生物学	2024年全国中学生生物学联赛	周雅达	省二等奖
2024	生物学	2024年全国中学生生物学联赛	袁满	省二等奖
2025	化学	第39届全国高中学生化学奥林匹克竞赛（湖南赛区）	王泽龙	省二等奖
2024	化学	第38届全国高中学生化学奥林匹克竞赛（湖南赛区）	吴灵俊	省二等奖
2024	化学	第38届全国高中学生化学奥林匹克竞赛（湖南赛区）	夏子豪	省三等奖
2024	化学	第38届全国高中学生化学奥林匹克竞赛（湖南赛区）	谢昀轩	省三等奖
2024	化学	第38届全国高中学生化学奥林匹克竞赛（湖南赛区）	卢宾辉	省三等奖
2024	化学	第38届全国高中学生化学奥林匹克竞赛（湖南赛区）	盛馨岚	省三等奖
2024	化学	第38届全国高中学生化学奥林匹克竞赛（湖南赛区）	易灿然	省二等奖
2024	信息学	2024年CSP-J/S非专业级软件能力认证提高级	肖瑾瑜	省一等奖
2024	信息学	2024年CSP-J/S非专业级软件能力认证提高级	张芷豪	省一等奖
2024	信息学	2024年CSP-J/S非专业级软件能力认证提高级	魏宇彬	省二等奖
2024	信息学	2024年CSP-J/S非专业级软件能力认证提高级	蔡宇菲	省三等奖
2024	信息学	2024年全国青少年信息学奥林匹克联赛	张芷豪	省一等奖
2024	信息学	2024年全国青少年信息学奥林匹克联赛	肖瑾瑜	省二等奖
2024	信息学	2024年全国青少年信息学奥林匹克联赛	蔡宇菲	省三等奖
2024	信息学	2024年全国青少年信息学奥林匹克联赛	王子健	省三等奖
2024	信息学	2024年CSP-S非专业级软件能力认证提高级	张芷豪	省一等奖
2024	信息学	2024年CSP-S非专业级软件能力认证提高级	肖瑾瑜	省一等奖
2024	信息学	2024年CSP-S非专业级软件能力认证提高级	蔡宇菲	省三等奖
2024	信息学	2024年CSP-S非专业级软件能力认证提高级	魏宇彬	省二等奖
2024	信息学	2024年全国青少年信息学奥林匹克湖南省队选拔	张芷豪	省二等奖
2025	地理学	第6届全国中学生地球科学奥林匹克竞赛（湖南赛区）	刘婷	省二等奖
2025	地理学	第6届全国中学生地球科学奥林匹克竞赛（湖南赛区）	周可涵	省二等奖

选择一中城南的六大理由

1 一中品质 名校领航

融汇长沙教育之精华，办人民满意的教育。长沙市一中城南中学班子成员分别来自长沙教育领航名校，既有扎实教育教学功底，又有丰富管理经验。"一中举旗，名校集结"，吸收各大系统之优势，形成了独具一格的教育管理格局。

2 一中管理 专属打造

长沙市一中党委书记宋健平、校长羿莎均强调："长沙市一中城南中学是一中集团最重要的、长沙市直属的高起点、高规格、高品质的公办高中，汇聚了一中和市直的优秀教师、管理团队，和一中本部实现了教学一体，管理相通，文化融合，由一中的各学科名师、骨干教师切实指导教育、教学、教研工作，助力每一位学子在一中城南健康进步，成人成才。"

办学以来，一中城南与一中本部各学科教研组联合开展教研活动，青年教师与一中本部签订一对一师徒协议，并签订了相关协议，由一中外派教师至一中城南任教，着力打造一中班。

3 融城核心 教育高地

学校坐落在长株潭融城核心南托、暮云片区，区位优势明显，生态环境优美，是在湖南省"强省会"和"长株潭融城"战略的引领下，长沙教育乘势而上、顺势而为、聚势而强的重大举措。省市区三级共建+长沙市一中的最强扶持，这所年轻的学校正在强势崛起！

长沙市一中城南中学将扎根湖湘大地，秉持湖湘精神，传承湖湘文化血脉，筑造融城教育高地，做时代乘风破浪的担当者，为全市人民优质教育资源的科学布局添砖加瓦，为促进区域教育整体高位均衡发展贡献重要力量，为推进教育高质量发展、建设社会主义现代化教育强国不懈奋进！

4 名师荟萃 实力雄厚

长沙市一中城南中学依托一中母体，汇聚全国、全省名校名师，构建了一支师德高尚、业务精湛的教师队伍，形成了最具实力与竞争力的师资队伍。目前在职教师222人，其中名优教师59人，骨干教师90人，硕士以上学历教师占比87%，主要来自中国科学院大学、国防科技大学、北京师范大学、华东师范大学、华中师范大学等双一流高校。

5 多彩平台 美好发展

在一中城南，让一切更美好！

自我成长、关心他人、辐射社会、泽被家园……在一中城南，每一个学生将找到适合自己发展的平台。

这里有独具特色的多元课程："四大书院"课程体系实现五育并举，学科素养课程、创新素养课程和综合素养课程打造立体化成长模式，心理健康教育和职业生涯规划共促成长，艺体两翼培养和劳动实践教育并驾齐驱。

6 美好校园 最酷风格

校园建筑极具特色，整体造型以"LOVE"为主题，体现了长沙市一中城南中学"以爱育人"的教育理念。

学校拥有多功能体艺馆、400m全塑胶田径场、篮球场、风雨操场、风雨跑道、智慧图书馆、录播室、大讲堂、科技综合楼、心理咨询室、营养食堂、学生公寓、接送等候区、地上地下停车场等教育教学配套设施。

这里还有屋顶农场、融城地区冰雪综合运动场、千人演播厅、校园电视台、创客教育中心，以及各具特色的功能教室，充分满足学生成长的美好需求。

2026年高新招生计划：950人
（最终招生计划以长沙市教育局批复文件为准）

招生计划
开设一中班、理科实验班、强基班

学校地址
长沙市天心区芙蓉南路四段1018号

招生电话
0731-86396395，0731-86397572
19083374346（何老师）

招生咨询时段
8:30—11:30，14:30—17:30

一中城南，欢迎优秀的你！

"1,2,3"，出发！

看明德中学123年的时代答卷

一所好高中的标准是什么？

是123年未曾中断的文脉传承？是18位两院院士的育人积淀？是学生体质健康合格率97.21%的健康底气？还是高考前夕体育课照上不误、晚自习教师全程陪伴的从容笃定？

在明德中学，这些问题的答案都是"是"。

1903年，近代教育家胡元倓先生怀抱"磨血育人"之志创办明德学堂，开启湖南新式教育先河。123年后的今天，这所培养了任弼时、周小舟等革命先驱，欧阳予倩、刘永济等学术大师，18位两院院士及无数行业精英的百年名校，在毗邻省府的书香路上，正以"坚苦真诚"的校训精神，书写新时代普通高中全面育人的明德答卷。

1 百年底蕴
123年文脉的传承与创新

明德中学的历史，是一部与中国近现代史同频共振的教育史诗。百余年来，"北有南开，南有明德"的美誉传颂至今，"湖湘气韵，半出明德"的底气代代延续，"辛亥革命策源地""院士摇篮""泰安球王"等文化符号，共同构成了明德独特而厚重的精神坐标。

2008年，学校拓址南迁至书香路。变的是办学条件和校园空间，不变的是胡老先生"磨血育人"的教育精神；变的是时代背景和育人任务，不变的是"大学之道，在明明德"的教育初心。今天的明德，不只是拥有百年历史的名校，更是一所把传统文化根脉转化为现代育人品质的学校。

2 育人理念
让1500多个生命全面舒展

在明德，教育不是流水线上的批量生产，而是"磨血"般的精耕细作。今年计划招生1515人。学校坚持"明德树人"，把"坚苦真诚"的精神融入德智体美劳全过程，形成以德铸魂、以体强身、以学致远的育人格局。

以德铸魂。常态化思政教育、品格教育、励志教育贯穿三年，从社会实践到红色研学，从明德讲堂到志愿服务，涵养的是"胸怀天下、敢为人先"的明德气质。

以体强身。学校以"无体育，不明德；无运动，不青春"的理念将体育定位为赋能成长的"富科"，保障学生每日运动时长122分钟，体质健康合格率97.21%，居全市高中首位，相关经验荣登《中国教育报》头版，也成为明德学子"眼里有光、身上有汗、脚下有力"的真实注脚。

以学致远。三生课堂、五育融通，让学习不再是无意义的消耗，而是指向理想彼岸的踏实脚步。

3 师资队伍
340余名教师以匠心守初心

一所学校的高度，取决于教师队伍的厚度。明德中学拥有5名正高级教师、2名特级教师、27名长沙市卓越教师、7名市级教育人才及百余名高级教师，骨干教师梯队完备、实力过硬。学校还搭建了湖南省新时代名校长工作室、教育部语文名师工作室、省级数学名师工作室、市级语文和英语名师工作室等高端教研平台，以名师领航带动教师队伍整体提升。

在这里，名师不是挂在墙上的照片。正高级教师、特级教师、卓越教师……这些头衔背后，是晚自习全程值守答疑的身影，是导师制中一对一倾听的耐心，是班主任日复一日陪伴的温暖。央广网57.3万阅读量的报道背后，是明德教师群体"以匠心守初心"的真实写照。

4 教学品质
五育融通铸就高效轻负

高效轻负说起来容易，做起来难，明德的底气从何而来？

来自精细化教研。学校落实常态化集体备课，学科组深耕课标、钻研考题、打磨教法，确保每节课都能精准发力、提质减负。

来自分层教学体系。强基计划、英才计划、珠峰计划，搭配分层作业、靶向答疑，让不同基础、不同志向的学生都能找到适合自己的节奏。

来自全程陪伴制度。晚自习教师全程值守，课间辅导"下楼即问"，导师制一对一关注学业进度与心理状态——在明德，学生从来不是孤军奋战。

多年来，学校坚持摒弃题海战术，深耕高效课堂建设，构建轻负担、高质量、高增益的育人模式。学生学业成绩稳步提升，综合素质全面发展，学科奥赛、科技创新、艺体竞技捷报频传，大批学子圆梦理想高校、奔赴广阔前程。

5 课程生态
50余门特色课程让成长百花齐放

明德中学构建的"五育融通"课程体系，打破了"德育就是开会、体育就是跑操、美育就是唱歌"的刻板印象，真正做到让每一个生命全面舒展。

德育课程体系化。明德"行走的大思政"实践让学生走向社会、理解时代、完成课题报告，"应以世界为教材，而非以教材为世界"成为德育最真实的写照。

学科课程校本化。学校开发30余册特色校本教材，适配不同层次学生需求。

选修课程多元化。50余门特色选修课从人工智能到戏剧表演，从机器人竞赛到湖湘文化研究，让兴趣成为最好的老师。

实践课程融合化。科创教育、劳动教育、艺术教育交叉融通，让学生在真实情境中增长见识、锤炼能力。

在明德，课堂不是成长的边界，校园也不是青春的终点。学生可以在运动场上挥洒汗水，在实验室里探索未知，在舞台上表达自我，在社会实践中理解责任。

结语
选择明德，就是选择一种向上生长的方式

123年来，明德中学始终在回答一个朴素的问题：什么才是真正的好教育？

明德的答案是，让每个孩子像树一样生长——根，扎进百年文脉的深厚土壤；干，挺拔于高效课堂的精准滋养；枝叶，舒展在五育融通的广阔天空。

选择明德，就是选择一种最适合自己的成长方式；走进明德，就是与一所百年名校共同奔赴青春的诗和远方。

报考指南 云帆启程

我校2026年秋季新生招收人数为：1515人
包括文化班1350人、美术班50人、音乐班35人、国际部80人（最终以教育局公开数据为准）

一、线下咨询

学校地址：长沙市天心区书香路448号（省政府西门往西600米）
咨询地点：四箴堂一楼G113招生办公室
邮政编码：410009
交通：地铁1号线省政府站转221路到达学校；104路、221路、226路、259路、915路、穿梭巴士2号线公交车直达学校。

官方公众号

二、线上咨询

联系人：胡老师
咨询电话：0731-88237799
0731-88237458
0731-88727245

扫码登记信息