

第 5 所-七宝中学（闵行区）

上海市七宝中学创建于 1947 年，地处上海西南千年古镇——七宝镇，1997 年迁入农南路新校址。学校占地面积 146.7 亩，建筑面积超过 70000 平方米，是上海市 11 所高标准现代化寄宿制高级中学之一。2005 年，被上海市教委命名为首批“上海市实验性、示范性高中”。现任校长朱越，是上海市化学特级教师、原上海市闵行区教育局副局长。

学校拥有国内一流的教育教学设施，各种专业教室、场馆俱全。学子人文书院被评为“上海市校园十大景观”之一；学生科学研究院 19 个创新实验室是学校创新的策源地；人文、研究、创新是学校一道内蕴深厚的风景……

学校已连续多年高考升学率位列上海市的前列，有许多同学考取北大、清华、复旦、交大等国内名校或哈佛、麻省理工等世界名校。七宝中学毕业的学生都能升入本科院校，九成以上的学生被国内重点大学录取。学校科技创新教育在上海一直名列前茅，连续 4 年居上海市青少年科技创新大赛第一名，在国内也处领先地位。

学校现有学生 1900 余人，48 个教学班级，包括 8 个“内地新疆高中班”的 320 名来自新疆各地多民族学生。

目前，学校秉承“全面发展，人文见长”的理念，以“平民本色，精英气质”为学生培养目标，向建设“研究型高中”的目标稳步前进！

师资情况：截至 2016 年 8 月底，七宝中学共有 202 位教师，其中特级教师 15 人，国家级骨干教师 8 人，区级骨干教师 36 人，硕士研究生 31 人，硕士课程班结业以上 64 人，中学高级教师 106 人，中学一级教师 58 人，中高级教师占 90%，平均年

龄 37 岁,外籍教师 1 人。

高考成绩: 2016 年高考,七宝中学参加高考人数 432 人。本科率 100%, 500 分以上学生人数 134 人;

2015 年高考,七宝中学参加高考人数 445 人。一本上线率 93.93%, 其中:理科 95%;文科 89.41%;二本上线率 100%。500 分以上学生人数 72 人, 480 分以上 186 人。

2014 年高考,七宝中学参加高考人数 453 人。一本率 94.04%, 二本率 100%;

优势学科: 理科好, 历史、物理不错

特色班: 四个实验班

不分先后选拔方式: 一般从预录中选择生源;但是如果中考分数很高,分班考成绩又突出的话,也是有可能进实验班的。但是如果高一没进实验班,后期再进的可能性比较小。

教育教学特色: 学校业已形成以心理健康教育为基础,感恩教育为核心,以学校课程开发、学生社团活动、学生自主管理、学生志愿者行动、社会实践、科技艺术教育为途径的整体联动教育模式。基于文化立校的理念,把学校八大主题文化节—感恩节、读书节、爱生节、班主任节、狂欢节、艺术节、体育节、科技节纳入人文教育的体系,使校园文化的"人文"特色更加鲜明,成效更为显著。文理均衡发展。整体比较务实,作业真的很多,学习压力也很大,而且高一非常辛苦,但是学校整体学习氛围很好。

以下为个人整理资料，提供各位即将中考的家长们参考：

1、问：2019 年七宝中学的高考成绩和主要事迹能否介绍下？

答：朱越校长在 2019 学年第一学期开学典礼上的致辞【节选】提供参考：

上个学期，在全体师生的共同努力下，我校又取得了丰硕的办学成果。2019 年高考再创辉煌，本科率 100%，综评率 96.2%，清华、北大、复旦、交大共计录取 156 名，位于全市前列。此外，我校在今年的全国中学生生物学联赛、上海市第 34 届青少年科技创新大赛、上海市高中生数学竞赛、物理基础知识竞赛、古诗文阅读大赛、时政大赛等各项赛事中都取得优异成绩。这些成绩的取得，凝聚了全校师生拼搏的汗水和创新的智慧，我在此向各位老师和同学致以衷心的感谢和崇高的敬意！

2、问：想要考进七宝中学有几个方法？

答：通过每年 3 月底的自招考试获得提前签约录取的机会：2019 年七宝中学自荐生招生计划 120 名（全市范围）和推优生招生计划 96 名（基本每个区有名额，其中闵行区 48 名，青浦/奉贤 2 个区没有名额）。

通过中考零志愿录取：2019 年七宝中学零志愿招生计划录取 36 名，外区每个区基本有分配名额，虹口/杨浦/崇明 3 个区没有名额

闵行区还有平行志愿录取 156 名，区内名额分配计划录取 72 名，其中体育特长生有+分政策。

3、问：七宝中学有几个班级？实验班招多少人？

答：和前几年一样，2019 年招生合计 480 人，其中 5 个实验班每班 40 余人，当中有 120 人为自荐生，其他由推优生 96 人中的约 60-70 人和中考成绩特别突出的极少部分 610+以上的组成。

平行班有 10 个班，每个班 30 余人（含新疆班的优秀学生，以及部分借读生源）。

4、问：问点关键的，自招门票怎么拿？

答：自招基本以一模成绩为准，每个区大概排名前 3%（上海中考每年大概 70000 人，七中自招名额 2000 人，所以大约 3% 以内）

另外，在青少年科创大赛获奖等具有创新突出能力的，同等条件下，可能会比较关注。

5、问：自招考试怎么考？另外听说今年七宝的录取线比去年低？

答：今年 3 月 30 日那天从 8:45 一直考到 11:45，连续 3 个小时不停顿，考试科目是语数外+物理化学，每科分数 60+60+60+40+30

目前看，自招考试七中可能是最透明的，考试后每个孩子都可以看到自己每门课考试的分数，依照分数高低逐一录取。

可能今年的题目相比去年比较难，据说第一批录取的自荐生都在 170+ 以上。

特别提请注意：今年七宝是不给冲考，明年估计也是，切记！

6、问：七宝中学自招的要求和难度如何？是否要提前准备？

答：自招的数理化大多初中内容但偏难。不接触拓展性的孩子参加自招，个人感觉可能会有点吃力。

个人建议根据孩子情况准备，其实也不要一味的准备自招，全面发展还是要的

至于怎么在全市约 2000 人中脱颖而出，数理化除了初中基础内容，可以稍微有些拓展，更好。

英语对词汇和阅读要求较高，阅读可能类似高考一模卷内容

*诚恳建议：初一初二建议先打好基础，语文要多看古诗文，多听多看，多分析，增加批判性思维能力。

初一初二数理化能参加竞赛学习的尽量参加，初三有机会的话多刷一些自招题。

英语可以增加点高中词汇的背诵，以及多点书面的阅读。

7、问：住宿条件怎么样，还好吗？有电源插座吗？

答：条件不错，4 人间，上面床下面书桌，独立卫生，大金/三菱空调+电扇。

每个桌子上都有 2 个电源插座，但晚上 10 点半后会断电。插座可以给充电台灯和手机等充电，但离开寝室，必须把插座拔下，阿姨要检查扣分的。

七中对宿舍管理较严格，遇到打游戏的、吵闹的，宿管查到的话会扣分，同时汇报给班主任，孩子会被退宿一周，继续犯规的，那就直接让走读。

8、问：七宝高三还有多少比例住校的？能说说高三不建议住宿的原因么？

答：估计人数很少，肯定少于一半。很多寝室到高三只剩余 2-3 人。是否住宿因人而异。

每个孩子学习情况不同，有的孩子习惯晚睡，有的习惯早起。如果有竞赛的，或者自习的，或者刷题的，可能会影响到其他孩子休息不好，导致第 2 天学习精力不能集中，学习效率下降，周而复始，成绩会出现负面情况，因此，很多家长会下一个学期考虑周边借房子走读。另外，也有考虑高三更好的补充营养等原因，以上提供参考

9、问：七宝中学功课多不多？

答：新高一绝大部分的孩子，夜自修结束前就能完成所有作业。根据了解，没有比其他四校 八大

的多多少，或者少多少。

高中是 10 门课，每门都要考试，每科都有作业。高中学习的深度，难度，广度，各种系数成几何倍数增加的高中的节奏很快，特别像七中这种学业压力大的。一般用餐都是奔饭，不跑快，可能就没啥好吃的了。洗澡也要快，晚了可能排队，学习时间不够

10、问：食堂的饭好吃吗？

答：住宿的孩子，一日三餐都会在学校食堂度过，早餐有豆浆、馒头、小馄饨、煎饺等。午餐和晚餐，一楼食堂卖套餐，二楼食堂可以选菜，三楼可以预定小炒。

11、问：夜自修是几点结束？

答：夜自修 6:30 开始，有两节，第一节好像是 8 点下课，第二节是 9 点半下课。

12、问：对手机学校怎么管理的

答：手机强烈不建议带。宿舍和生活区域不管，教学区域发现会被收掉，家长会或者学期结束返还手机，还要看每个班主任的要求，我们的班主任严禁带智能手机，查资料等等都是用班级的电脑，如果是做课题就直接带电脑去，一年下来其实没有智能手机也没什么不方便

特别说明：以上内容是个人相关的总结，可能有疏漏或不准确之处，仅供有需要的家长参考，所有信息一律以学校官网实际公布为准，尽情体谅！

截止 2019 年，上海市共计有 245 所高中。其中市重点高中 59 所，享受市重点高中招生政策高中 9 所，市特色普通高中 9 所，区重点高中 75 所，一般高中 93 所。

13、问：自招生源

主要来源文来中学，该校每年有 50 人左右；上宝每年也有 40 人左右；华育每年 20 人左右；其他如文绮、张江、进华、七宝二中等每年各有 2-7 人；再有市北初、莘松、徐汇、实验西、莘光、上中东、世外、延安初、民办华二等每年各有 1-8 人。

14、问：分班机制

没有分班考，但是有摸底考；裸考的同学中考分数在 600+ 也有机会进实验班

15、问：招生情况

每年招生约 480 人，其中推优约 96 人，自荐 120 人，零志愿 36 人，名额分配 72 人，1-15 志愿 138 人，市级体育 18 人【田径：10 名（包含可全市拟招田径特长生 7 名）、乒乓球：4 名（包含可全市拟招乒乓特长生 4 名）、足球：4 名】。

16、其他补充

原先七宝理科比较弱，为了弥补这个弱势，七宝在全国范围内引进了一批竞赛名师补充 到七宝中学的教学当中，效果也很明显，七宝最近这几年确实是一直在攀升。

七宝在学生培养上面很舍得花钱，比方说七宝会在学校内部办理一个科学研究院等。

七宝实验班基本都在自招的时候确定了，通过裸考进去的人很少。

四个实验班之间没有优劣之分，因为四个实验班的分班是随机分。



扫码关注三致优学堂，获取更多上海中高考讯息，学科资料！