

海晏河清 聆听时代潮鸣 苍松白杨 践履教育初心 (宁波市效实中学志愿填报十问十答)

1 问：效实中学是一所怎样的学校？

答：宁波市效实中学创建于 1912 年，系浙江省首批办好的 18 所重点中学之一，先后获评省首批一级重点中学、省首批普通高中一级特色示范学校、首批“浙江省现代化学校”、省首批科技高中试点学校等称号。建校百十余年来，学校恪守“忠信笃敬”校训，践行“求适务实”办学理念，培养了 45000 余名优秀学生，包括共和国勋章、诺贝尔奖获得者屠呦呦和以童第周为代表的 15 位两院院士。李政道博士曾函誉效实“桃李满天下，成果布四海”。

学校办学在高水平、多样化发展状态中前进，高考特控线率尤其是一流高水平大学升学率一直名列全省前茅。学科竞赛成绩突出，是全国首个承办中国中学生物理竞赛全国决赛的中学，数理生三门学科均获过全国决赛的金牌。

2018 年 9 月，学校开启一校四部办学模式，有东部和白杨两个校区（国际班办在东部校区，海航班办在白杨校区）。东部校区自开办以来，在宁波大市区区域联考中一直名列市直属高中第一名，白杨校区在宁波大市区区域联考中一直名列市直属高中第一梯队。

2 问：两校区办学如何定位？教学管理如何组织？

答：效实中学以建设高水平的学术性高中为目标，两个校区采用统一的育人模式。东部校区以培养基础扎实、素质卓越、文理兼修、数理见长的创新后备人才为育人目标。白杨校区以培养基础扎实、素质优异、文理并重、具有学科特长的创新后备人才为育人目标。两个校区课程统一，师资打通，在完成共同基础修习后实行个性化教学和精准教学。两个校区均设“强基计划实验班”，各有侧重，协同发展。两校区之间设置“超班级”学习通道，白杨校区特别优秀学生可申请到东部校区“游学”。

针对两校区不同学生，通过校园开放日活动、针对性的学习辅助方案等做到培优、提优、补弱全覆盖。五大学科竞赛培优辅导，资优学生的个性化发展辅导，面向临界学生的提优辅导，平时面向全体学生的“静校”过关辅导和“促优小课堂”等补弱，努力在学生最合适成长的通道里发现其潜力与优势。

两个校区毕业生统一颁发宁波市效实中学毕业证书。

3 问：2026 年效实中学共招收多少名新生？

答：东部校区普高招 378 人，中外合作办学项目（IBDP）招 80 人。白杨校区普高招 506 人，浙江省海军航空实验班招 20 人。具体类型如下：

校区	强基	科技班		特长生		普高定向	普高统招	特色办学
		人工智能	大数据技术	天文类	音乐 (西洋管弦)			
东部	65 人					226 人	≥32 人	中外合作办学项目（IBDP）80 人
		40 人	6 人	3 人	6 人			

校区	强基	大数据技术类	特长生			普高定向	普高统招	特色办学
			人文类	体操	音乐 (西洋管弦)			
白杨	93 人	20 人				326 人	≥47 人	浙江省海军航空实验班 20 人
			3 人	8 人	9 人			

注：①定向招生不足及特长生招生不足的剩余名额均放入统招名额中。

②中外合作办学项目（IBDP）自主招生批次未录足，剩余的招生计划列入统招批次。

4 问：强基计划是怎么录取的？

答：参加过效实两校区强基考试的考生，只要在自主招生批次填报效实中学两校区强基计划志愿，即有机会通过强基计划被效实中学相应校区录取。在填报效实中学强基计划志愿的考生中，根据学生强基测试成绩以及中考成绩，计算所得综合成绩，依据综合成绩从高到低，东部校区录取 65 人，白杨校区录取 93 人。特别提醒，参加过效实中学强基考试的考生不要放弃强基计划的志愿填报。

5 问：强基计划录取和强基班什么关系？强基计划没有进或者没有报强基计划，还能进强基班吗？

答：考虑到报考我校的优秀学生人数众多，两校区各设有 5 个强基班（1 个班偏文，4 个班偏理）。强基计划录取的学生直接编入强基班，通过特长、定向、统招被我校录取的学生，经过学校在暑假组织的分班考，结合中考成绩，综合成绩优秀的学生依然有很大的机会进入强基班。如果你放弃填报原报考校的强基计划志愿，在定向分配和统招批中第一志愿填报效实中学，依然有很大机会进入效实强基班。

6 问：今年新增的特色招生项目能具体做一些介绍吗？

答：东部校区新增科技班，共计 46 人，其中人工智能方向 40 人、大数据技术方向 6 人；白杨校区新增大数据技术类 20 人。以上两类特色项目，可为优秀学子搭建优质的个性化发展平台。自招成绩占比 70%，中考成绩占比 30%。参加过以上自主招生的优秀学生，一定要积极填报。东部人工智能录取的学生直接编入东部强基班，白杨大数据技术类录取的学生直接编入白杨强基班。

7 问：平行志愿是什么意思？平行志愿中的第一、第二……志愿有何区别，我如果第一志愿填报效实东部或效实白杨但没有录取会影响第二志愿的录取吗？

答：所谓“平行志愿”就是每一个志愿“地位”相同，录取时不会因为志愿排序先后而减分；但前一个志愿优先录取，前一志愿没录取，不影响后一志愿的录取。因为有多多个平行志愿，建议采取“冲+平+保”三结合策略；不必过分关注名次，若有准确名次，可酌情缩小“冲+平+保”的距离。建议在填报时首先考虑的是你的“心之所向”“神之所往”，即便感觉不一定能被录取，也要有冲一冲的“勇敢”——万一实现了呢？真心希望你毫无顾虑地选择效实。

8 问：能安排住宿吗？寄宿生、通学生一起参加晚自习吗？

答：可以。东部校区实行寄宿制管理，共有床位 1075 个，全体学生均需参加晚自习，不参加需要请假。白杨校区实行寄宿申请制，共有床位近 700 个，能够满足学生需求。白杨校区寄宿生均须参加晚自习，通学生鼓励在校参加晚自习。两校区晚自习每班均有一名教师在班管理，有效提高学习效率。

9 问：效实两校区师资怎样？

答：学校拥有优秀的师资队伍，在职 234 名专任教师中，高级教师 127 名，享受国务院特殊津贴专家 1 名，国家万人计划“教学名师”1 名，中小学正高级

教师 7 名，省特级教师 5 名，市名师 9 名，省教坛新秀 11 名，市骨干教师 13 名。效实两校区实行一体化管理：一套班子，一支队伍，校区间师资统一调配。

10 问：我想报考效实 IB，可以做些介绍吗？

答：宁波市效实中学中外合作办学项目（IBDP）于 2012 年经宁波市教育局同意，浙江省教育厅批准，获教育部正式备案。课程具有和谐均衡的课程体系、严格的评估体系，是目前影响最大的国际化课程。截至 2026 年 6 月，该项目已有 12 届共计 708 位优秀毕业生，办学业绩稳居浙江省前列。毕业生入读英国牛津大学、剑桥大学、美国康奈尔大学、约翰霍普金斯大学、芝加哥大学和中国香港大学等。

此次“统一招生”人数占招生计划的 30%，根据中考成绩由高到低录取 ≥ 24 人。报名要求：中考总分不低于 580 分，英语单科不低于 110 分。

热忱欢迎全市优秀初中毕业生报考效实中学 (东部校区报考代码 0518101，白杨校区报考代码 0618101)

学校地址：

东部校区：宁波市鄞州区舒波路 155 号，邮编 315100

白杨校区：宁波市海曙区白杨街 178 号，邮编 315012

现场咨询：东部校区（鄞州区舒波路 155 号）教务处（行政楼三楼）

白杨校区（海曙区白杨街 178 号）教务处（综合楼三楼）

电话咨询：

0574-83065559（钱老师）0574-87159610（焦老师）15888511761（胡老师）
15726841849（蔡老师）0574-83065362（林老师）18106683545（叶老师）
0574-87159617（顾老师）

IB 招生咨询电话：0574-83065298（杜老师/鲁老师）0574-83065395/13065655030（王老师）

0574-83065389/18758407161（胡老师）0574-83065389/18367851395（朱老师）

学校网址：<http://www.nbxiaoshi.net>



学校微信公众号