

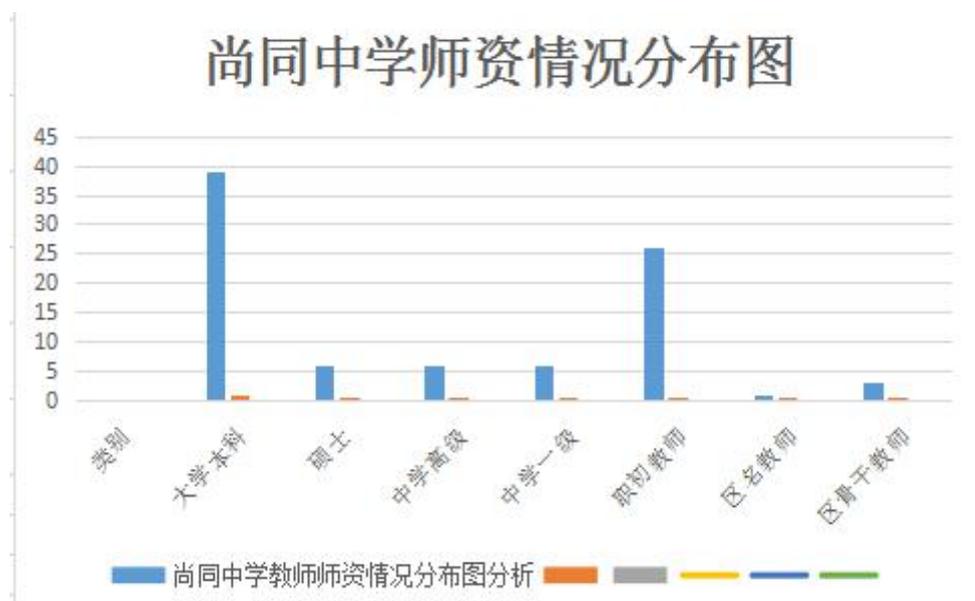
## 尚文达理 至善同行

### ——奉贤区尚同中学 2019 学年学校课程计划

上海市奉贤区尚同中学是 2014 年 9 月开办的公办全日制初级中学。学校座落于南桥新城大型居住区，位于浦星公路西侧，贤浦路东侧，金大公路北侧，依附金汇港支流大寨河与胜利河的河畔，毗邻新建的金汇镇达令港公园及 BRT 快速公交专用道。

学校建筑富有欧式古典风格，又融入现代元素，庄重典雅。学校各类专用设施齐全，是一所标准化的现代化学校，面向大居和周边地区招生。

今年是本校建校的第六个年头。学校现有 10 个教学班，在校学生 255 人，其中随班就读学生 1 人，非沪籍学生 177 人，占 69.4%。现有教职工 42 人，专任教师 39 人，大学本科率 100%，11 位来自“985”、“211”高校；4 位研究生学历，硕士学位获得者 6 人，硕士率 15%；高级教师 6 人，中级教师 6 人，中高级教师占比 30.8%；职初教师 26 人，占比 66.67%，区名教师 2 名，区优秀青年教师 3 人，占全校教师总数 10%。全校教职工平均年龄为 30.33 岁。



#### 一、学校背景分析

##### (一) 学校优势

学校在创建之时，就确立了“尚文达理 至善同行”的学校基本办学理念及校训，从“发展性的学生观（相信每一个学生都有成功的愿望，相信每一个学生都有成功的潜能，相信每一个学生都可以在原有基础上获得多方面的成功）”出发，围绕“两个注重（注重学生全面发展与个性发展的统一，注重知识传授、能力培养、品德陶冶的融合）”，构建“帮助

成功、尝试成功、自主成功”的人文课堂有效教学模式，打造“若水校园、水韵天成、传承文化、浸润人生”的“水之韵”课程体系，以期实现“两个促进（促进学生在德、智、体、美、劳诸方面和谐发展，促进学生在主动参与、体验、合作过程中的共同发展）”，培养出既能脚踏实地，又敢于仰望未来的尚同学子。

学校拥有设备齐全的实验室和专用教室，报告厅、电脑房、图书馆、图书阅览室（教师、学生）、舞蹈房、书法室、美术室、乐高工作坊、团队活动室、心理咨询室等一应俱全。装备设施达标，可以满足学校的各项教学或实验任务。学校的硬件设备比较先进，各个班级都配备多媒体投影设备，并设有 300 米环形塑胶跑道、室外篮球场、排球场、室内体育馆、乒乓房，为学生的体育运动提供了优良的条件。

## 二、学校课程情境

上善若水，学校是培养学生“至善”的地方。初中阶段是学生人格形成的关键时期，培养学生的健全人格及良好的行为习惯比学习知识更加重要。水滴石穿，教育也是一项持之以恒、实实在在的“至实”的事业。“十年树木，百年树人”，讲的正是教育的长期性、发展性和规律性。

在“特色立校”理念引领下，尚同中学从实际出发，确立了走“抓内涵促发展、强管理创特色”创新发展之路，以“水韵特色课程建设，挖掘水之内涵、丰富水之精神、提炼水之品性”为切入点，以培养学生良好习惯，关心学生成长为抓手，以促进师生共同发展为目的，创建若水校园。在全面加强学校水之韵课程建设的基础上，以汉韵、舞蹈、乐高机器人等校本课程项目引路，弘扬水韵文化，为学生终身发展奠基。

学校将用“水之韵”课程建“上善”校园，重视学校课程的育人功能，通过挖掘水之美态、水之品性、水之高格、水之境界等深层的内涵，自然纯真、润物无声的感染、养育师生，提高师生素养和学校教育质量，引领学校实现跨越发展。

## 三、学校课程哲学

水，从科学的意义看，它是万物之源、生命之源；从人文的角度看，水，被人们赋予了许多做人济世的优秀品格。水可益智，水可育德，水可炼志，水可怡情，水可养心。我国传统人文经典《老子》中写到：“上善若水，水善利万物而不争。”意思是，最高境界的善行就像水的品性一样，泽被万物而不争名利，它使万物得到它的利益，而不与万物发生矛盾、冲突，故天下最大的善性莫过于水。

教育也应如水一般滋养万物，帮助学生发展，平等而尽己所能地滋润拥入怀中的生命，积极调适、随形就势地引导学生善学，培养学生质洁，帮助学生自我完善，引领学生沿着最

适合自己发展的轨迹自由发展。把教育比作水，就是要让学校的教育犹如润人心脾的清泉，让每一个尚同学子的发展起于若水，止于至善。

#### (1) 水的颜色——清浊并吞

水在流动时，不管是无色清水，还是浑黄浊水，皆能加以并合，并予以净化。人在成长和学习的过程中，必不可少的要面对各种挑战，乃至难关。水的“清浊并吞”即是告诉我们，无论环境变化，人生起伏，重要的是包容并济，用坦荡的胸怀迎接挑战、战胜难关。

#### (2) 水的精神——随方亦圆

水无定性，可依据不同的容器形状而呈现出不同的面貌。然而，不管我们如何摆弄水，水永远能展现出其最好的一面。学习水的精神，处逆境而不卑，处顺境而不傲，主动调整自己，适应变化，朝着目标，一路前行，虽路漫漫其修远，却上下求索而不息。

#### (3) 水的性格——上波下静

人生之路如江河奔流一般，不会永远一马平川、风平浪静。沿途总会有峭壁险滩，总会有风云激荡。但在水面波涛汹涌之下，却有着无限的宁静。人便应如此：在任何困难挫折面前都处变不惊，保持一种平和怡静的心态，心无旁骛，动静相宜，在平实里见生动，在平凡中创卓越。

#### (4) 水的思想——渗透扩散

将水洒落地面，它会一边渗透深入到地表以下，一边不断向四周扩散延展，这是其他许多事物都无法企及的能力。人之求学也需要学习水的这般精神，既要扎实深入地打好基础，又要对浩如烟海的知识信息有选择的兼收并蓄。学习，需要深度与宽度并重。深度决定能力所等达到的高度，宽度决定能力所能覆盖的范围。

#### (5) 水的力量——急流澄清

“流水不腐，户枢不蠹。”水流很快的地方，水一定特别干净；就如同瀑布之头，因为水流湍急，所以水一定是澄清的。如果我们在学习过程中停下来，势必像断流的水一样越发浑浊；只有像急流一样，以积极主动的态度向前奋进，才能持久保持其清澈洁净。莫停留，莫等白了少年头。鲤跃龙门，激流勇进，凭的是蓄势待发的奋力一搏。

#### (6) 水的作用——生存至宝

万物生长，离不开水的润泽；人要生存，离不开谋求社会职业的知识和技能。在自然界中，水是维系生命存在的不可或缺的重要元素；在芸芸众生里，每一个人都是人生大舞台的扮演者。“天生我才必有用。”相信自己，不妄自菲薄；求问心无愧，做最好的“我”；让人生大舞台因为有了“我”的加入而更加精彩，从而抒写不悔的人生。

#### 四、学校课程目标

紧紧围绕学校办学理念、“一训三风”的确立与根植，结合学校、教师及学生实际，因材施教，有效整合三类课程，实现基础型课程、拓展型课程、探究型课程的有机融合，初步构建丰富、多样、灵动且适合学生可持续性多元发展、特色培育和个性发展的“水之韵”课程体系，旨在提高学生发展核心素养及综合能力。

##### （一）以学校办学理念、办学目标、一训三风、核心文化精神为编制课程目标的依据

办学理念：打造高品质教育，为每一位孩子的幸福人生奠基

办学目标：体现区域本土特色，把学校办成富有人文底蕴和时代气息，为老百姓满意的学校。

校训：尚文达理，至善同行

校风：博学、求真、和谐、至善

教风：爱心、责任、专业、合作、宽容

学风：自信、乐学、尚美、互助、担当

核心文化精神：文以载道 理可兴邦 善为人本 行有天地——善文化

##### （二）学生培养目标

让学生初步具有人文情怀、理性视野和责任意识，拥有积极心态和强健体魄。通过扎实且创新地推进“水之韵”课程建设，将学生培养成“晶莹水滴、活力水滴、快乐水滴”。

晶莹水滴——做一个心地纯洁的人，完善自我，乐于奉献，达到纯净如水的境界。

活力水滴——做一个充满活力的人，思想活跃，勇于创新，拥有健康强壮的体魄。

快乐水滴——做一个追求快乐的人，自信乐观，亲和友善，建立和谐的人际关系。

##### （三）教师发展目标

以“爱心、责任、专业、合作、宽容”为教师发展目标，打造成一支既能胜任学科教学，又具备一定特色课程开发能力的师资队伍，并拥有一定数量在区内有影响的教学骨干和特色教师。

##### （四）水之韵课程分项目标

1. 基础型课程校本化实施。经过前阶段国家基础型课程校本化实施的实践，围绕教学“五环节”，建立并完善基础课程教学的各项规章制度，加强对教学工作全过程、各环节、全方位地进行监督、检查、检测、指导和评估，落实教研组（含备课组）建设常规化、制度化，注重合作研究，通过课程教学与教研一体化建设，促进教师对教学问题的研究，改进教学方式，提高课堂教学效率与质量，形成尚同中学人文课堂有效教学的特色风格。

2. “水之韵”校本特色课程（拓展型、探究型）的实施。

总体目标：

- (1) 激发兴趣，唤起学生的水之情怀；
- (2) 珍视体验，拓宽学生的水之知识；
- (3) 注重实践，提升学生的水之能力；
- (4) 丰富资源，探索多元的课程教学。

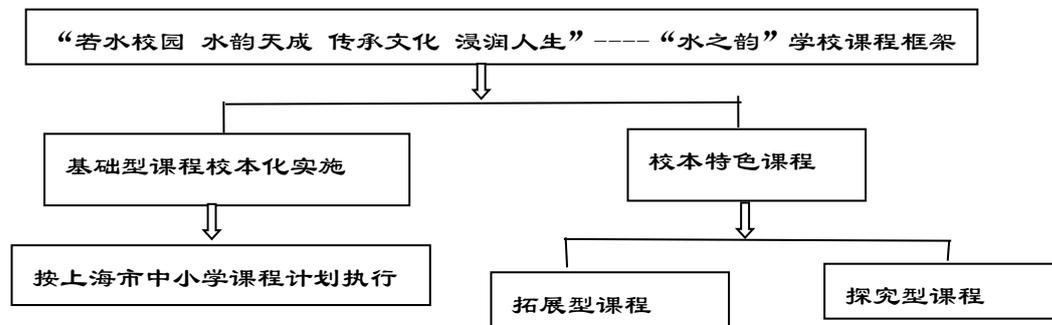
每个年级段又有分级目标：

尚同中学水之韵课程各年级段分目标

年级段	课程目标
六、七 年级段	1. 通过民谣、舞蹈、绘画、运动等，感受水韵文化的魅力。
	2. 结合国情，知道中国是一个缺水的国家，珍惜水资源，节约每一滴水。
	3. 培养奉献和谐、公正包容的品质，能以实际行动保护水环境。
	4. 能主动获取与生活及周围水环境相关的知识与技能；初步培养学生主动探索、动手实践的能力。
八、九 年级段	1. 了解中外著名的江河湖海，知道黄河流域是中华文化的发源地。
	2. 了解水资源的利用和开发对人类生活的影响，学习基本的水上生存及救护能力。
	3. 培养柔韧勇敢、灵动至善的品质，能以实际行动践行水韵精神。
	4. 进一步提高学生的综合素养，发展实践探索能力，促进个性自主和谐发展及身心素养的全面提高。

五、学校课程体系与实施

(一) 课程框架



## (二) 三类课程总体安排

## 2019 学年尚同中学课时计划

课程、科目		周课时			
		六 (班级数 3)	七 (班级数 3)	八 (班级数 2)	九 (班级数 2)
基础型课程	语 文	4	4	4	4
	数 学	4	4	4	5
	外 语	4	4	4	4
	道德与法治/思想品德	1/	/1	/2	/2
	科 学	2	3		
	物 理			2	2
	化 学				2
	生命科学			2	1
	地 理	2	2		
	历 史		3	3	
	社 会				2
	音 乐	1	1		
	美 术	1	1		
	艺 术			2	2
	体育与健身	3	3	3	3
	劳动技术	2	1	2	
	信息科技	2			
周课时数	26	27	28	27	
拓展型课程	体 活	2	2	2	2
	写字(汉韵)	1	1	1	1
	英语阅读	1	1	1	1
	学科类拓展	1	1	2	2
	活动类拓展	1	1		
	专题(班团)	1	1	1	1
	社会服务/社会实践	每学年 2 周			
探究型课程	2	以项目形式开展		1	
晨会或午会	每天 15-20 分钟				
广播操、眼保健操	每天约 40 分钟				
总课时	34	34	34	34	

## (三) 专题教育

尚同中学 2019 年度专题教育安排表

专题	教育内容	对象	时间	主管部门
行规教育	校纪校规	全校学生	午会课、班队课	德育处 年级组
民族精神教育	传统节日教育	全校学生	节日期间	德育处
法制教育	毒品预防教育 交通安全教育 网络安全教育	全校学生	12 月	德育处 镇派出所 镇司法所
卫生健康教育	卫生常识 流行病预防教育 艾滋病预防教育	全校学生	午会课	卫生室
心理健康教育	心理健康及 青春期教育	全校学生	午会课	德育处 心理 咨询室
时事形势教育	符合学生年龄特 点的时事教育	全校学生	红领巾广播	德育处
民防安全教育	消防逃生演练 防震减灾教育	全校学生	每月一次	德育处
	安全教育	全校学生	每月一次	德育处
环境教育	环境保护	七年级	10 月	德育处
生命教育	尊重生命 珍爱生命	全校学生	11 月	德育处

## 说明：

专题教育活动是根据《上海市中小学专题教育整合实施指导意见》由学校具体设计安排。

#### (四) 2019 学年拓展型课程设置与课时安排

类别	课程名称	年级	周课时	教材来源	组织形式
人文类	古诗词创作入门	六七	2	自编	走班制 学校进行 统一管理
	翰墨书香	年级	2		
	中国长篇小说整本书阅读指导		2		
艺术类	艺术创想——综合材料绘画	六七	2	自编	
	舞由心生舞蹈工作室	年级	2		
	疯狂漫画自己编		2		
	衍“绎”		2		
科创类	3D 打印	六七	2	自编	
	微缩家居	年级	2		
身心 健康类	乒乓乐园	六七	1	自编	
	谁“羽”争锋	年级	1		
	排球小将		1		
	团体游戏辅导		1		

说明：(1) 学生可根据自己的兴趣爱好，选择参与拓展型课程。

(2) 每位学生在学期内至少选择一项学习内容进行学习。

(3) 部分项目由外聘老师进行教学。

#### (五) 2019 学年探究型课程设置与课时安排

类别	课程名称	年级	周课时	教材来源	组织形式
长期课程	探究	六年级	1	“学习包”	班级形式
	探究	七年级	1	“学习包”	班级形式
	探究	八年级	1	“学习包”	班级形式
	探究	九年级	1	“学习包”	班级形式
	乐高技术与设计	六、七年级	1	自编	走班制
	服田力穡	六、七年级	1	自编	走班制

短课程	天堑变通途之桥	八、九年级	1	自编	走班制
	愤怒的投石机	八、九年级	1	自编	走班制
	友谊常青之扇	八、九年级	1	自编	走班制

## 六、学校课程管理

### （一）基于规划要求开发课程

学校根据上级要求与学校的特点，制订水之韵课程建设的规划并做好落实工作。这些规划在三类课程内容上对教师进行宣传引导，使教师所开发、开设的拓展型课程符合学校特色培育的方向。这些规划为开发拓展型课程的集体或个人提供帮助，鼓励合作开发，组织以部门、教研组为单位的集体开发，同时也支持个人单独开发。

### （二）完善拓展型课程运作机制

#### 1. 需求调研机制

每学期结束之后，通过网上问卷调研学生的课程需求，据此适当调整五项类别课程比重，提升课程开发与设置和学生需求的匹配度，使课程设置逐步均衡化。

#### 2. 课程申报机制

每学期开学前，学校教师要根据要求撰写《学期课程纲要》，内容包括课程目标、课程内容、课程实施、课程评价等，并上传至网络学习平台，完成课程申报工作。

#### 3. 选课机制

每学期学生都可以进行自主选课。学生通过浏览网络平台中的《学期课程开设目录》，根据自己的爱好选择相应的课程，每个学生每学期报名一至二门课程。四年内，学生可以自主选择8门不同的课程。需要注意的是，四年内所选的课程必须涵盖学校的五大课程类别，以培养多方面的兴趣，让学生真正了解自己的兴趣所在。学校还将研制学生课程学习导航手册，它能对学生进行选课指导，让学生在充分了解课程设置的前提下，真正选出自己喜欢又适合自己的课程。

#### 4. 课程筛选机制

通过课程预申报审核和学生选课两轮筛选，淘汰不适合学生和学生不喜欢的课程，保留优质课程内容，以节省学生选课时间，节约学校资源成本。

#### 5. 课程反馈机制

每学期结束，为了解课程的开设情况，学校会通过问卷调查的方式进行满意度调查。调查内容包括课程的教学内容、学习活动、教学态度、教学方法等。同时，学校再结合教师所

撰写的教案，对每位上课教师的课程开设情况进行追踪，不断规范和提高课程质量，为学生提供更优质的课程服务。

### （三）探索特色课程的培育机制

学校每学期依据教学情况及问卷反馈评选出优秀拓展型课程，并请相关任课教师在校本培训的教学论坛中做专题发言，以逐步提高学校课程开发的质量。同时，学校将从中选择部分有推广价值的课程加以重点打造，使之成为学校的特色课程。此外，依托社区、专业机构提供的专业支持，教师的能力建设工程得以开展。

## 七、学校课程保障

### （一）组织保障

学校成立以校长为组长的课程建设领导小组，作为课程决策机构，其职责为明确本校培养目标，从实际出发，实施、完善学校“水韵”课程方案。教导处为学校课程管理机构，负责规划、执行、检查、指导、评估各门课程的落实情况。

### （二）制度保障

学校建立了相应的保障制度，如：教研组考核制度，校本教研制度，教学流程管理制度，科研制度，教师、学生评价机制等。同时，学校会定期检查各项制度的落实情况，保障课程计划的有效执行。

### （三）师资保障

定期聘请有关专家来校进行专题培训，通过专业引领不断更新教师课程理念，提高教师课程实施能力；组织教师到外校、外区参观学习，为教师专业发展提供必要的支持。

### （四）经费保障

学校开辟课程实施专项经费，对校本教材的编制、拓展课程的开设、专家的指导引领、课程特色项目的评比、课程改革创新实践的教学展示、家长及社区资源的利用等，都提供经费，以确保学校课程建设的持续发展。

如果说尚同中学是一棵不断繁衍壮大的树，那么，水之韵课程犹如一股涓涓细流，为大树源源不断地输送着新的养料，添上了新绿，焕发着新的风采。

若水校园，水韵天成。水之韵课程将如雨露，似清泉地润泽学生的心田。尚同师者用如海一般深沉博大的教育之爱，如水般灵动的教育智慧去滋养每一个学生的心灵，培养若水的学子，上善的人。水之韵引领，求内涵发展，我们将不断前进！