

# 满足每一个学生的发展需要 促进学生有个性地全面发展

## ——上海市尚德实验学校课程计划

上海民办尚德实验学校，由上海尚德教育投资发展有限公司投资兴建，学校创建于 2003 年 7 月，是一所小学、初中到高中的十二年寄宿制学校。校园占地 216 亩，建筑面积 14.7 万平方米。学校先后荣获“上海市文明单位”、“上海市中小学行为规范示范学校”、“上海市科技教育特色学校”、“上海市艺术教育特色学校”、“上海市语言文字规范化示范学校”、“上海市教育信息化实验学校”等二十多项荣誉称号。尚德从 2008 年开始实施 IBDP 大学预科项目，2010 年 4 月获得 DP 大学预科项目的正式授权，成为 IBO 国际文凭组织成员学校，2014 年成为市教委颁布的 21 所高中国际课程试点校之一。

### 一、学校背景分析

学校面向世界，瞄准未来，适应学生和社会发展，定位于实验性、示范性、国际化、个性化，努力办成上海乃至全国的一流学校。加强教师培训，打造优秀团队。秉持“尚德·启智”的校训，注重培育学生的良好道德素养，开展丰富多彩的主题教育活动，为学生的健康成长搭建平台，抓住学生发展的最佳期，实施最有效的教育，使每一位学生都拥有希望，成为崇尚道德、善学求进、身强心健、个性发展的人。

学校坚持依法办学，实施学校的科学管理。学校以其科学的管理、严谨的教学、卓有成效的德育、教学工作，在社会上赢得了广泛的认可，赢得了家长的高度赞誉。

## （一）经验与优势

1、学校不仅关注学生的学业成绩，更关注每一位学生的全面发展。学校每年进行学生问卷调查，了解学生学业负担情况，要求做到减负增效。学校历年中考、高考都取得了优异的成绩，获得了良好的社会声誉。

2、学校拥有一支富有事业心和奉献精神的教师队伍。平均年龄34岁，学历超过上海市标准，中高级以上职务177人。在扎实有效的校本培训中，尚德培养的青年教师不断成长，有近千人次的教师在区级、市级、国家级教学大赛、各级各类教学评选、课题研究中获奖。

3、学生有强烈的求知欲望，乐于参加各种学习实践活动，素质全面，人才辈出。无论是科技类、学科类还是文艺类比赛，尚德学子都能积极参与，捷报频传。

4、学校以科研为先导，指导学校的课程教学改革。借鉴IB课程的先进经验，增强跨学科教学，不断丰富课程的可选择性，促进中外课程融合。学校形成富有特色的校本课程体系：语文视听欣赏课程、国学课程、管乐演奏、形体、书法等。学校在加强基础型课程的同时，为学生提供了丰富的选择性课程，中小学社团课程蓬勃发展。

5、学校主动适应新形势的要求，针对不同年龄学生的特点，调整和充实德育教育内容，改进德育工作的方法，梳理、归纳、提炼、整合，构建成“参与·体验·感悟”德育模式，获上海市科研课题立项研究，班会课、主题教育课形成鲜明特色。

## （二）困难与问题

1、尚德学生生源结构的多样性，家庭教育需求的多样性，给具有尚德特色的课程建设提出了很大的挑战，虽已取得一定成绩，但任重而道远，我们需要不断探索。

2、学校从小学到高中十二年的学制，学生年段跨越很大。教学对象的变化，要求我们在课程衔接上投入研究，充分利用现有的教育资源，切实提高教学的有效性。

3、课程融合需要进一步梳理、提升，教师投身课程开发的主动性和创造性有待进一步激发。

## **二、学校课程目标**

### **（一）课程建设目标**

探索国家课程校本化实施的策略和方法，凸显校本课程建设的特色，让尚德的课程满足每一个学生的发展需要，促进学生有个性地全面发展。

### **（二）学生培养目标**

让每一位学生都拥有希望，让每一位学生都自在成长，让每一个学生都拥有创新品质，成为崇尚道德、善学求进、身强心健、个性发展的人，成为具有创新精神和实践能力，能终身发展学习，能适应未来社会发展需求的新型人才。

## **三、课程设置**

根据学校办学方案，以《上海市普通中小学课程方案》、《上海市中小学 2018 学年度课程计划》为依据，结合我校寄宿制实际，拟定 2018 学年度各学部实际课程设置与课时安排。

表 1 小学部课程计划

课程、科目		年级					说明
		一	二	三	四	五	
基 础 型 课 程	语 文	9	9	6	6	6	(1) 一年级入学初, 设置 2 至 4 周的学习准备期。 (2) 分年级分学科分别开设: 形体、口语交际、国学、阅读等开设校本课程。 (3) 本校继续进行科学与技术课程的试验, 替代自然与劳动技术课程。科学与技术课程一至五年级课时分别为 2、2、2、3、3
	数 学	3	4	4	5	5	
	外 语	2	2	4	5	5	
	自 然	2	2	2	3	3	
	道德与法治/ 品德与社会	2	2	2	3	3	
	唱游/音乐	2	2	2	2	2	
	美 术	2	2	2	1	1	
	体育与健身	4	4	4	3	3	
	信息科技			2			
	劳动技术						
	周课时数	26	27	28	28	28	
拓 展 型 课 程	兴趣活动 (含体育活动)	5	4	4	4	4	鼓励开设短周期兴趣活动, 供学生选择; 部分兴趣活动可与学生体育活动相结合。 学生必修; 时间可分散安排。
	专题教育 或班团队活动	1	1	1	1	1	
	社区服务 社会实践	每学年 1 至 2 周		每学年 2 周			
探究型+校本课程		1	1	1	1	1	单独设置, 学生必修; 课时也可集中使用。
晨会或午会		每天 15-20 分钟					
广播操、眼保健操		每天约 35 分钟					
周课时总量		33	33	34	34	34	每课时按 35 分钟计。

表 2 初中部课程计划

课程、科目		年级				说明
		六	七	八	九	
基 础 型 课 程	语 文	4	4	4	4	(1) 初二开设生命科学课 2 节，初三 1 节，保证总课时。在预备、初一、初二的科学和生命科学课中，每堂课利用 5 分钟，教学校本《尚德校园植物名录》，每月安排户实践课 1 节。 (2) 在保证社会课程总课时数为 68 的前提下，九年级安排每周 2 节社会。 (3) 严格执行和保障各年级的劳技课时，提高学生的动手实践能力。 (4) 在预备年级开设每周两节的信息科技课程，保证总课时超过 68 节。
	数 学	4	4	4	5	
	英 语	4	4	4	4	
	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		2	2		
	社 会				2	
	音 乐	1	1			
	美 术	1	1			
	艺 术			2	2	
	体育与健身	4	4	4	4	
	劳动技术	2	1	2		
信息科技	2					
周课时数	27	27	28	28		
拓 展 型 课 程	外 教	1	1	1		分年级分学科分别开设校本课程：管乐课、形体写字课（软板、硬笔）、阅读。每周二下午开设体育锻炼时间，开展班级、年级为单位的团队体育活动。坚持保证每周至少一节课的班团队活动，与学部、年级的德育主题集会相结合。
	形 体	1	1			
	管 乐	1	1	1		
	写字 阅读	2	2	1	1	
	体育锻炼	1	1	1	1	
	专题教育 或班团队活动	1	1	1	1	
	社区服务 社会实践	每学年 2 周				
探究型课程	2	2	2	3	预备科创班开设 STEM 课 2 节	
晨会或午会	每天 15-20 分钟				每天早上班主任组织晨会	
周课时总量	36	36	35	34	每课时按 40 分钟计	

表 3 高中部课程计划

课程、科目		年级			说明
		高一	高二	高三	
基础型课程	语 文	4	4	4	备注： 1、高一年级开设生物合格考试课程。共计两个课时，一课时为基础型课程，一课时为拓展性课程。 2、高二年级开设地理及生物等级考试课程，生物为三节基础性课程，地理为两节拓展型课程。 3、高三年级有物理、生物、历史、政治六节选修课程。三节自修为学生自主自修时间。
	数 学	4	4	4	
	英 语	4	4	4	
	物 理	2	2		
	化 学	2	2		
	生命科学	1	3		
	科 学			2	
	思想政治	2	2	2	
	历 史	2	2		
	地 理	3			
	社 会			2	
	艺 术	1	1	1	
	体育与健身	3	3	3	
	劳动技术	1	2		
	信息科技	2			
周课时数	31	29	21		
拓展型课程	学科类、活动类 (含体育活动)	5	5	14	鼓励开设短周期的学科类、活动类科目，供学生选择。部分活动类科目可与学生体育活动相结合。
	专题教育 或班团队活动	1	1	1	高二年级，要给参加地理等级性考试的学生开设地理拓展型课程。
	社区服务 社会实践	每学年 2 周			学生必修；时间可集中安排，也可分散安排。
研究型课程	2	2	2	单独设置，学生必修；课时可分散使用，也可集中使用。	
晨会或午会	每天 15-20 分钟				
周课时总量	37	37	37	每课时按 40 分钟计	

## 四、课程实施

学校贯彻教育部、上海市课程改革精神，顺应时代发展需要，依据学生实际，构建具有尚德特色的基础型、拓展型、研究型（探究型）三类课程，凸现基础性、整体性、选择性。课程设置体现了共性和个性结合，现实和未来结合；一切为学生的可持续发展服务，一切为学生的终生发展负责。尚德课程以德育为核心，在六大课程领域提供丰富的课程选择，通过学生的参与、体验、感悟发挥最大的学科育人功能，提供广阔的国际视野，促进学生生的国际理解。不断提高教学的有效性，促进课程实施的优化。

### 1、基础型课程

严格落实上海市课程计划，基础型课程是学校的核心课程。在教学实践中，根据尚德“适度领先，分层推进”的战略定位，积极开展教学研究。各学科中心严格按照教学计划，开齐、上满规定的课程，让学生课内、课外都获得最大收益。要通过提高课堂效率，在完成课程大纲所规定的基础知识、基本技能训练的过程中，实现时间上的节省，教学的优质。以保证有更多的时间，用于面向全体学生的发展所开设的尚德校本课程。建立校本化的教学质量保障体系，通过全面、科学、可持续的多元教育评价机制，做好学生学业阶段评估工作，改变对学生学业评价的观念与方法，要以发展性评价理念为指导，充分发挥评价的激励、导向、诊断、矫正功能，强化过程性评价。

### 2、拓展型课程

增强教师的现代课程意识，鼓励教师积极投入学校拓展型课程建设，完善和丰富学生课程，构建具有尚德文化特色的拓展型课程。课程开发的原则是：“共性+个性”、“现实+未来”。完善“课程建设—课程实施—课程评价”的流程。为了彰显尚德实验学校的办学特色，实践姜校长“教育最大的魅力就是让每一个学生都拥有希望”的教育理念，树立教师即课程的理念，满足学生的多元化需求。我校教师积极探索拓展型课程的开发，形成了管乐、国学、形体等特色校本课程。各学部开设校级、年级社团百余个。丰富的学生社团课程，让学生自主选择，愉快学习，自在成长。“尚德每天精彩，学生一生精彩。”尚德学生人人参与社团活动，强身健体，陶冶性情，开阔视野，张扬个性，丰富学习经历和经验，发展强势智慧。

### 3、探究（研究）型课程

探究型课程按不同年级、采取不同方式实施。学生自主选择学校推荐的探究课题，按自己的兴趣加入探究小组。由学校安排老师指导和调控，充分调动学生自主探究的积极性，提高学生探究能力。通过建立分层次、分阶段螺旋递进的目标体系，进一步明确课程的定向，开展研究型课程的实践活动，努力提升学生的科学研究素养。根据学生和课程特点，在教学安排上主要采用“分段安排，相对集中”的原则。研究型课程的学习主要经历四个学习的过程：第一阶段，学习准备阶段；第二阶段，选题开题阶段；第三阶段，实施研究阶段；第四阶段，结题展示阶段。每阶段分别完成不同的学习任务，以口头表达、才艺展示、实验记录报告、论文答辩等形式进行考核评价，并记入《学



生成长手册》。

## 五、课程评价

### （一）学生评价

（1）积极探索学生学业成绩与成长记录相结合的综合评价方式，完善综合素质评价体系：不仅反映学生的学科学业成绩，更包括学生个性化学习过程及相关记录，思想品德表现和社会实践活动的经历及各类综合评语。

（2）做好课程过程评价。如研究型课程中，课题评价涉及到开题评价、实施过程评价、研究结果的评价和学生的综合评价。不仅强调研究的结果，更加注重研究的过程。

（3）开展多元评价。包括学生自评、互评、教师评价、社会实践机构评价等多种评价形式构成，以激起学生从多方面进行反思。

（4）重视定量评价与描述性的定性评价相结合。既重视有利于学生进行反思的具体的评价指标，便于学生进行具体的分析和量化；也重视促进学生进行反思的描述性的评价内容，激励学生反思成长。

### （二）课程评价

（1）课程计划的评价。包括课程目标是否科学、合理、可行；课程结构和门类是否符合国家课程的要求，是否合理；课程资源是否符合课程开发的需求；老师的专业素养是否达到课程的要求；课程资源与条件是否充分；课程组织实施是否合理有效等。

（2）课程实施过程的评价。对学校课程计划的落实程度进行评价，尤其要对课堂教学过程的评价，包括对老师的评价和对学生的评

价。对教师的评价涉及教学目标的设定是否科学合理；教学内容的组织是否恰当有效；教学方法的运用是否灵活适当；师生互动是否充分；课程实施的效果是否达到预定的目标。对学生的评价主要包括学生的学习兴趣、学生学习的感受、学生的课堂参与程度等。

(3) 课程实施效果的评价。主要评价课程目标的达成度，学生的发展情况，学生的满意度，以及其它方面的实施效果评价。

### (三) 教师评价

(1) 以发展性评价标准作引导，建立与完善教师基础性指标、发展性指标、教学质量跟踪考核指标体系，引导教师树立新型的教学观，落实以学生发展为本的教育思想，从而促进教师的专业化发展。

(2) 努力建立以教师自评为主，学校管理者、教师、学生、家长共同参与的评价制度，帮助教师从多渠道获得信息，促进教师不断分析和反思自己的教学思想、教学态度和教学行为，倡导教师在教学实践中感受成功总结经验，反思问题，提升能力。

## 六、课程管理与保障

(一) 建立课程领导小组，强化课程管理，领导小组成员如下：

组长：姜晓勇

副组长：谷苗（小学部校长）

张朝鑫（初中部校长）

徐晓（高中部校长）

姚可阶（融合部校长）

组员：各学部学科主任、教研组长

课程管理实行“扁平化”，各学部分设语文、数学、外语、社会（综合文科）、自然（综合理科）、信息、音乐、体育、美术九大学科中心，实行学科主任负责制。

（二）加强校本研修，提高教师课程素养。充分发挥尚德专家工作室、尚德质量管理委员会、尚德青年教师促进会的作用。多途径进行教师专业发展的引领，主要包括两个方面：一是观念的更新与深化，由学校聘请沪内外知名专家传授及校长定期讲座；二是学科基本功训练，学科课例研究，由学科中心组织完成。

（三）通过狠抓教学的五个基本环节，提高教学的有效性，促进课程实施的优化。

（四）坚持贯彻真抓实干的工作作风，通过绩效考核、三项奖励制度的实施形成学校内部良性动力机制，为课程的实施提供有力的组织保障。

尚德实验学校

2018年9月