



深化课堂教学改革 “五育并举”融合育人

——聚焦福建省福安市第一中学全面育人之路

一所培养出卓越人才的百年名校，如何保持清醒，紧跟时代变革的步伐，改变传统课堂教学的方式方法，在创新求变、改革强校的道路追求更有深度、更为优秀的发展？

2010年秋季，一场关于新时期人才培养的开放性话题探讨在福建省福安市第一中学（以下简称“福安一中”）热烈开展——“我们应该培养怎样的人？他们应该有哪些特点？”

教师们纷纷议论，说出心中的答案——“人品好，品德高尚”“综合能力强”“有创新思维”“拥有深厚的人文素养”“身体健康”“崇尚劳动、尊重劳动”……

作为一所有着119年办学历史、成绩优异的学校，福安一中近年来一直践行教育教学改革，落实立德树人根本任务，全面推进育人方式改革，把德智体美劳“五育”巧妙融入学校日常工作的各个领域，在深化课堂教学改革中进一步激发办学活力，让这所百年名校在新时代背景下的改革步伐走得更坚实、更有“含金量”。

1 风雨兼程 一路芳华

历史悠久、办学效益显著的福安一中，起源于1902年的“宁郡中学堂”，几易校名，屡迁校址，1950年与“福安县立炭山中学”双流合一，1954年正式定名为福建省福安第一中学，当时为福建省省属8所重点中学之一。1958年以前，福安一中是福安专区仅有的一所完全中学。1993年晋级为福建省普通中学二级达标学校，2001年改制为高级中学，2010年升格为福建省普通中学一级达标学校，2018年被确认为首批福建省示范性普通高中建设学校，2021年恢复初中部办学，变更为完全中学。

有着百年文化底蕴的福安一中耕耘树人，取得了令人瞩目的丰硕成果。一代又一代福安一中人努力奋斗、薪火相传，莘莘学子犹如高飞的海燕，雄健勇猛，搏风击浪，前程灿烂。

层出不穷的竞赛尖子。1996、1997年学生陈华一、郑长津连续两届分别夺得国际数学奥林匹克竞赛金牌，实现福建省数学国际奥赛金牌零的突破。学校连续5次荣获福建省“数学尖子摇篮”称号，每年都有大量学生在数学、物理、化学等五大学科竞赛以及科技创新大赛、创客比赛中获全国、省、市名次。2017、2018年福安一中连续两年被评选为“中国学科竞赛500强”中学，标志着福安

一中学科竞赛水平跻身全国名校之列。体育竞技竞赛成果也不断刷新，培养了郑雪萍、杨杰、黄智慧、林博琦和雷振辉5名国家运动健将。

世纪英才的成长摇篮。百十年来，福安一中培养了数以万计的优秀人才，杰出校友灿若星辰。有以陈铁民、郭树干为代表的革命先烈，以缪增星为代表的参与“两弹一星”研制工作的科研人员，以张白山、张炯、施元辉为代表的文苑英才，以黄烽、郭涛、杜岗为代表的军界将才，以黄葆芳、萧冰为代表的艺术界名流，以陈佩尧为代表的国际问题专家，以郭健、林忠、王荣平为代表的新一代企业家，以温琳清、陈华一为代表的科学家等。他们为民族的解放和振兴、国家的建设和发展、社会的文明和进步都作出了不可磨灭的贡献。

许多心系母校的校友，为母校的发展奉献拳拳赤子之心，纷纷返校设立奖励助学金，如“亚南电机”奖学金、“义生”奖学金、1986届校友助学金和“立坤”奖励助学金等。

历史不能代表现在，曾经的优秀管理者没有沉醉于以往的业绩而故步自封，而是紧跟时代发展与课程改革的步伐，基于新时代人才培养的需求，主动变革传统课堂教学模式，在课堂革命的不断深化中谋发展、再蓄力。

2 十年课改 砥砺前行

一所学校发展到一定阶段会出现“高原现象”，作为百年名校的福安一中从上世纪90年代初处于一种上升态势，办学效益凸显，教学质量稳步提升。但是，加速度发展之后，出现了一个“高原平台”。

如何突破学校教学质量的瓶颈？如何实现持续发展，办好人民满意的教育？如何真正实现素质教育？

寻求突破的关键是找到制约发展的原因，“五环”教学模式改革正是在这种时代需要、学校发展需求的背景下应运而生。

2010年秋季，福安一中创新普通高中人才培养模式，启动了“五环双优”课堂教学方式改革。“五环双优”课堂由一个核心、两个发力点、5个配套工程构成，即以“五环”（先学先行、问题反馈、互动研讨、训练巩固、拓展应用5个环节）教学模式及其创新应用为核心，以学生自主合作探究学习和教师的讲授为发力点，以合作学习小组、课改思想文化、校本导学案建设、教学管理机制重建和自主学习习惯的培养为配套工程。

“五环双优”课改经历了4个发展阶段。一是建模推进阶段，建构了“导学研讨·训练拓展”“五环”教学模式，并强调在不同学段、不同学科、不同课型灵活运用，形成了“先考后教·少讲精练”的复习

课模式和“先思后评·寻规变练”的讲评课模式；二是学科化探索阶段，突出“五环”教学模式在不同学科、不同内容中的创新运用、多元化运用，如地理学科的“6+1”互动成长教学模式等；三是信息化探索阶段，针对深入改革遇到的瓶颈，以课题研究为抓手，引进智慧课堂、智能作业系统，进行精准教学与数据沉淀，实现信息技术与“五环”教学模式深度融合，突破瓶颈；四是内涵提升阶段，把德智体美劳“五育”融入“五环”教学模式及其5个配套保障工程系统，融入各学科教学过程，实现学科育人、全员育人。

“五环双优”课改实践以来，在学生成绩、素养和教师发展三方面都取得丰硕成果。学生自主学习、合作意识增强，能力素质、核心素养提高，自信心增强。课改成果被《福建日报》等媒体争相报道，全国20多个省份近千所学校慕名前来考察或跟岗学习，学校近百名骨干教师应邀到全国20多个省份100多所学校作课改讲座或示范课。云南、贵州、广西及福建省的多所学校与福安一中签约，推广课改经验，取得显著成效。课改成果“导学反馈·互动研讨·训练拓展：普通高中‘五环’教学模式的探索实践研究”荣获福建省2020年基础教育教育教学成果一等奖。

3 立德树人 特色发展

“教育的使命与价值就在于培根铸魂、启智润心。”德育工作本就无形，注重润物无声。如何在校园文化建设中把德育渗透到学生的生活和学习中？为此，福安一中建立党组织主导、校长负责、群团组织参与、家庭社会联动的德育工作机制。党总支书记、校长陈平生说，“事业要发展，就需要举旗定向，没有方向，我们的事业发展就会走弯路，就难以长久。”

为了启智润心，学校围绕社会主义核心价值观教育、深化教育改革以及党史学习教育等重点工作，扎实开展了形式多样的教育实践活动，如：为庆祝中国共产党成立100周年，以“百年奋斗诗篇·使命永

驻心间”为主题，开展“举旗帜、学党史”教育活动、“主渠道、跟党走”教育活动、“讲文明、学榜样”宣传活动、“孺子牛、讲奉献”教学活动、“兴文化、礼赞党”文体活动、“聚合力、强根基”党建活动、“青春志、心向党”团建活动等7个系列34项活动，带领师生真学真悟，传承红色基因，凝聚奋进力量，唱响为党育人、为国育才的主旋律。

同时，福安一中依托本土文化，开发名人资源，打造特色校园文化。开闽第一进士、福安历史名人薛令之廉洁清正、勤学耕读的精神以及父慈子孝的家风在当地赓续传承。学校提出了“承令之志

4 “五育并举” 全面育人

好的教育不仅是知识的传递，而且是通过学习让学生拥有高尚的品德、创新的思维、健康的体魄、良好的审美、劳动的习惯，才是教育的应有之义。福安一中全面贯彻党的教育方针，从思想观念上凸显德智体美劳一体化融合发展新思路，从思维逻辑上构建德智体美劳一体化发展新体系，从操作实践上尝试德智体美劳一体化发展新实践。学校校长陈平生说：“‘五育并举’的教育实践遵循的是党对教育的全面领导，强调的是育人效果，关注的是个体成长。”

福安一中创新性地课程与“五育”相融合。充分利用校本课程的实践性、探索性和综合性等优势，以校本课程为切入点，创新校本课程与“五育”的融合途径，融课程、创特色，不仅开发出了生涯规划、视听课、每周之歌、艺术设计创作（雕塑）、国旗下的演讲、电影课、心理课、热点探究、3D打印、高考科目学科史等促进学生多元化发展的校本特色课程以及船舶修造、电机制造、茶叶制作等劳动课程，还建立了管乐队、田径

队、篮球队、击剑队、射击队、模联社、哲思社、音乐社、地理社、动漫社、舞蹈社、话剧社、跆拳道社等涉及艺术、体育、科技创新、学科拓展和学校生活五大领域的41个学生社团。

如：从2000年秋季开设至今的视听课，每天通过校园电视网络开设30分钟时政热点视频为主要内容的时政热点教育专题课程，每周一早读课学生进行感悟交流。2018年起视听课向深度和综合性拓展，在高三各班开设跨学科综合性校本课程“热点探究课”，由思政教师牵头，联手其他学科教师，引导学生用多学科知识解读热点，拓宽学生视野，增强学生的政治认同。

从1994年秋季开设至今的“每周之歌”课程有别于音乐课程，主要是大声唱响爱国、感恩、励志歌曲，激发爱国情感，调节学生身心，并成为毕业班特色管理模式的重要组成部分。1997年起，“每周之歌”课程覆盖全校，与此配套，学校把主题歌曲设置为上课铃声，每周更新，创设健康向上的校园文化氛围，发挥潜移默化的作用，“五育

5 强健以体 浸润以美

在校长陈平生看来，体育是接近中学生天性的一项教育，不仅能够增强学生的体能，而且能够培养学生的品质。

作为一所省级体育传统校，体育一直是福安一中素质教育的亮点。从上个世纪90年代开始，学校积极落实阳光体育一小时，要求学生全员参与。学校开设了丰富多彩的体育课程，让学生学会健身锻炼的技能与方法，充分满足学生不同的兴趣需求，尤其重点建设了击剑、篮球和田径项目，击剑课程已成为学校的一大特色课程。截至2020年，学校体育健儿在全国田径和击剑比赛中共夺得9枚金牌，在省级田径和击剑比赛中共夺得36枚金牌、41枚银牌、62枚铜牌。在2019、2020年福建省教育部门主办

的省级示范性普通高中建设学校击剑展示活动中，均夺得团体总分冠军，2020年更包揽该赛事所有比赛项目之冠。这也是学校全面贯彻党的教育方针、不断探索全面发展的过程中，遵循培养特长、和谐发展的成果。

体育特色育人路，一曲桃李争艳歌。福安一中通过开展各项体育课程，铸就了校园体育运动精神，培育了具有自身特色的校园体育文化，为培养具有时代精神、全面发展的的高素质人才铸就了一条健康成长的金色之路！

美育在学生的学习成长与人生发展中，既能涵养审美情趣，培育对美好事物向往的情感，又能激发学生追求美的追求，甚至激发创新与创造潜能。福安一中坚持以美育

6 实践以劳 研学相伴

福安一中在落实劳动教育的实践中，不仅开设了劳动必修课程，还结合本地经济特色建立船舶修造、电机制造、茶叶制作等选择性必修劳动课程，积极探索劳动教育与学科教学相融合，劳动实践与研学相结合。学校充分利用周末、节假日和寒暑假，分年级组织学生走进田间开展田园课堂、走进茶科所探究茶文化、走进宁德上汽感受科技强国、走进社区了解社区管理文化和惠民服务、走进水厂探寻水的“蜕变之旅”、走进廉村体验乡土中国，把走进生活学习的课堂延伸到大自然中，把学习任务从课堂内拓展到课堂外、实践中，帮助学生树立尊重劳动、热爱劳动的观念，既让学生在劳动实践中学习，又

培养学生的劳动习惯和劳动技能，做到学以致用、知行合一，促进生产劳动、研究性学习、研学旅行与学校课程、德育体验、实践锻炼有机融合。

实例一：2020年10月，福安一中高一（12）班学生来到福安市潭头镇下洋村参加生产劳动实践，旨在体验生活，乐享丰收喜悦。

在村民的指导下，学生们纷纷卷起了裤腿，手握镰刀下田收割水稻。上午阳光明媚，刚开始大家还有说有笑，可是持续的弯腰割稻，汗水浸湿了衣衫，泥土溅脏了裤子，稻秆割破了皮肤，才体会到劳动的不易。辛勤的汗水换来劳动的果实时，学生们才真切感受到收获

的甜蜜与满足。实例二：2020年11月，福安一中高二二年级学生前往某兵工厂开展研学实践活动，接受国防教育，学习课堂外的科技知识，探究基础学科知识在船舶修造上的运用，了解巨型船舶的建造过程，进一步加强爱国主义教育，厚植爱国主义情怀，提升学生核心素养和实践能力。实例三：2021年1月，福安一中高三学生来到宁德上汽集团，开启了走进智能时代、体验科技魅力、感受科技强国的社会考察活动。通过了解宁德上汽“航母基地”、亲眼见证“宁德速度”“宁德温度”“宁德力度”，把书本知识运用于实践中。“教育可以生活化，也可以学习化，一直以来，我们坚持鼓励广大

讲、研学旅行、文艺汇演、课本剧比赛、光盘行动等“廉勤”文化主题教育活动，鼓励学生进行手抄报、微视频、美术、征文等多种体裁的优秀“廉勤”文化作品创作，以寓教于乐、喜闻乐见的方式，在学生中掀起崇廉尚勤的价值观念，推动“廉勤”文化建设规模化、常态化、实效化。同时，学校将“廉勤”文化融入课程体系，如开发实施中华优秀传统文化教育课程“诗经导读”“孔子文化”等，引导学生了解中华优秀传统文化中“修身、诚信、孝亲、勤俭、民本、公廉”等精神内涵。学生通过学习、感悟、实践，实现古代典范与现代教育的完美融合，赋予教育以新意，在潜移默化中让“廉勤”文化精神成为校园主流。

并举”融合发展。

福安一中探索性地将作业、考试与“五育”相融合。作业、考试是对课堂教学的有效延伸和检测，是教与学的交汇点，不仅是学生学会学习的有效途径，也是教师反思、掌握学情、调整教学的重要手段。为探索学科育人的有效方式与方法，福安一中把“五育”融合到基础性、实践性、探究性和综合性四类作业和考试之中。

如：2019年高一国庆假期高考九学科以及艺术、信息学科作业均要求学生记录新中国成立70周年国庆阅兵式和文艺演出活动与本科相关的情境，运用各学科知识分析探究；围绕新中国成立70周年主题布置综合性、实践性、探究性作业。物理作业则要求制作一张国庆离校返乡行程图，在图中记录国庆节的超市商品种类及价格，模拟一份超市运营的方案；历史作业要求以“家乡70年巨变”为主题，自选一个或多个角度，写一份调查报告；地理作业要求测量所在地一天日影长短变化说明太阳和人类关系……这份作业落实了“五育并举”，体现了新时代高中育人方式改革要求。福安一中建设性地将学生宿舍

管理与“五育”相融合。如何有效的管理模式推动学生素养全面发展、融合发展，福安一中一直在行动。溪北洋校区作为一所寄宿制管理校区，宿舍对于学生而言不仅是休息的场所，也是教室的课外延伸和补充，是学生空间的重要组成部分，是落实立德树人、践行“五育并举”，促进学生德智体美劳全面发展的重要空间。抓好宿舍思想文化建设，对学生成绩、学风与学校教育质量有很大的促进作用。

学校以开展“五育并举共同体”文明宿舍评比为抓手，从德智体美劳五方面提出明确要求。如德育以立德修身为标准，以传播正能量为具体要求；智育以合作学习为标准，以互帮互学为具体要求；体育以健康第一为标准，以自觉锻炼为具体要求；美育以空间布置为标准，以物品摆放为具体要求；劳育以自我服务为标准，以个人内务整理为具体要求。同时，鼓励学生主动承担公共区域卫生清洁、打扫卫生，注重安全管理，定期组织学生进行宿舍夜间疏散逃生演习等。

宿舍管理看似微不足道，但良好的习惯就是在生活学习中点滴积累，最终在时间长河中汇成点滴小流成波涛长河。

如：将校本特色课程“雕塑”的教学成果运用到新校区文化建设中，校园雕塑《律动》《质》《筑梦》系列以及艺术楼的名人雕塑都是由本校师生设计并创作的，运用抽象、象征、隐喻等表现手法，突出思想审美，既达到装饰美化校园的作用，又实现隐性教育效果。

学校加大资金投入，整合校舍资源，建好用好美育功能室，深度挖掘美育资源，丰富音乐、舞蹈、戏曲、书法等社团活动，着力让每名学生会学1—2项艺术技能。每年通过举办主题鲜明、内容鲜活、形式鲜亮的诗文朗诵比赛、校园合唱比赛、课本剧比赛、校园十佳歌手赛、新年音乐会暨社团汇报演出、校运会、体育节、戏曲（平讲戏）进校园等形式多样的校园文化活动，让学生品味美、欣赏美、发现美，引导学生理解美育内涵，增加学生的审美体验，引导学生树立正确的审美观念、陶冶高尚情操、塑造美好心灵。



校击剑队在首届福建省示范建设高中击剑展示活动中获得3项冠军，在第二届活动中包揽所有比赛项目冠军。



“五环双优”课堂—通用技术 “五环双优”课堂—物理实验

学生积极参与劳动。加强学生的劳动教育，也是学校践行立德树人根本任务的重要举措。”校长陈平生十分支持学生参与各种劳动，“教育不能是空心的，不能没有根基没有成功。否则我们的教育就不会成功。鼓励学生参与各种劳动，就是想让学生在劳动中学到课堂上学不到的东西，在劳动中去认识自身价值，找到生活态度……”

近年来，福安一中认真践行“五育并举”，贯彻落实立德树人根本任务，课改及教学成效显著，学生素养全面提升，学校办学特色鲜明。未来，福安一中人将以更崭新的姿态、更坚强的生命活力，进一步完善“五育并举”育人系统性设计和推进路径，努力向高中育人方式改革注入新的品质内涵！（陈平生 陈雄 陈焯 陈琼莹）