

在有着1500年历史的南翔古镇，坐落着上海市嘉定区第二中学。这所创办于1921年的学校，依托近百年的办学历史，凭借钟灵毓秀、卧薪尝胆吴越文化之内涵，秉承 教化嘉定 兴庠重教 之民风，积淀了深厚的文化底蕴。1964年学校成为上海市第二批重点中学，1978年成为嘉定县重点中学，现为嘉定区实验性、示范性高中。

# 厚道做人 踏实做事

## ——上海市嘉定区第二中学办学实践探究



### 【学校核心价值取向】厚道做人 踏实做事

国学大师钱穆说：一切问题，由文化问题产生，又由文化问题产生。一所学校要立得住脚，要保持不断前进的动力，就必须通过学校文化来影响每一位师生的行为和思想。2010年，学校从中华文化中提炼，从办学历史中挖掘，从时代特征中把握，从未来发展着眼，形成了 厚道做人、踏实做事 的核心价值观。说话老老实实，干事踏踏实实，生活朴朴实实，为人真真实实，这不仅是师生共同的价值取向，同时也是师生共同铸就的精神文化。

### 体现“厚德”文化理念

#### 【育魂情景】“环境文化”浸润师生心灵

校园环境文化是学校文化的重要组成部分，是学生的第二课堂，也是学校办学理念和文化特色的诠释。在校园文化建设中，嘉定二中充分体现 厚德 文化理念，中西文化在这里交融，传统文化和现代文明在这里汇聚。校园环境主题鲜明，布局合理，品位高雅，韵味悠长。冠如华盖的参天古树、大气天成的假山瀑布、亭亭玉立的水塘三潭、婆娑摇曳的荷花

### 促进教师专业发展 提升教师整体实力

#### 【教师成长】“三大计划”成就教师职业幸福

十年前，嘉定二中新老教师更替加快，青年教师比例偏高，他们充满工作热情，但教育教学经验缺乏，专业成长迫在眉睫。周凤林校长从唐代柳宗元的《种树郭橐驼传》中得到启发，在敬佩郭橐驼 顺木之天，以致其性 的种树精艺之余，他不禁思考：以子之道，移之育师之理可乎？学校提出了 育师 之理念、途径与策略：  
顺木之天，以致其性 教师专业发展要遵循成长规律；  
其本欲舒，其筑欲密 教师专业发展要采取有效之法；  
其莳若子，其置若弃 教师专业发展要重育更要重养。  
求木之长，必固其本；欲流之远，必浚其源；达枝之昌，必育其师。从2008年起，嘉定二中先后实施了教师队伍建设的 青蓝计划 地平线计划 阿基米德计划，成效显著。  
青蓝计划（2008年 2011年）  
青蓝计划 取 青出于蓝而胜于蓝 之寓意，预示学校优秀青年教师蓬勃涌现、生生不息。在 青蓝计划 中，学校提出了 有功底的教学 有思维的教学 有研究的教 学的 每年阶段性工作目标，

厚道，是做人之品德，是师生道德修养的行为自觉；踏实，是做事的态度，是师生成长发展的基石，是敬业好学精神的具体化。厚道做人，踏实做事 的价值取向，源于学校文化底蕴，融入时代精神，彰显了全

### 建设良好育人环境

#### 【育魂情景】“环境文化”浸润师生心灵

水草、波光粼粼的金鱼游嬉、流水潺潺的小溪清流 生机盎然，五彩斑斓。  
李园、竹园、紫园、桂园、榴园、樱园、棠园、梅园 一园一景，秀美别致。  
中国古代历史文化教育馆、廉洁教育馆、校史教育馆、森林生态文化教育馆、科技教育馆、社会主义核心价值观 艺术墙 育人无形，润德无声。  
近知山、未济湖、泮水、

### 循序渐进，逐年提升。青蓝计划

的有效实施，对青年教师产生了深刻的影响，促进了青年教师的专业成长。  
地平线计划（2012年 2015年）  
地平线计划 寓意教育者怀揣美好的教育梦想，在每一个新的起点上，高瞻远瞩，以不断前行的姿态，努力实现教育无限的发展。该计划在 青蓝计划 的基础上，以提升课程品质、教学品位、教师境界 为思想指导，分阶段实现 有课程意识的教学、有文化素养的教学、有哲学境界的教学 项目要求。目的在于培养师德高尚、教学特色鲜明，在全区乃至全市有一定影响力的优秀教师。地平线计划的实施，加快了优秀教师育人育德能力、课程建设、学科教学、教育科研、人文素养等方面的成长，促进了优秀教师的全面发展。  
阿基米德计划（2015年 2018年）  
2015年，学校实施了教师队伍建设的 阿基米德计划。其根本是找准发展方向，找准成长的 支点。基本要求是个性化培养。根本方法是要有大视野，打破学科界限，不仅请进来，更要走出去，在大教育背景下开展综合式的教育培训活动 思考个人与学校发展。在追求教师教育教学卓越发展

的同时，提升课程开发和科技创新能力，追寻教师自我发展的动力，实现学校在新的平台上有更大的发展。  
近10年的打造磨砺，一支德才兼备、爱岗敬业、专业能力优良的高素质教师队伍已经形成。学校有上海市特级校长1人、特级教师3人、德育管理与研究实训基地主持人1人、班主任工作室主持人1人；嘉定区学术技术带头人3人，名师、校长工作室主持人4人，学科骨干14人；参加国培计划教师2人，10多名教师参加上海市德育实训基地、名基地以及 优青 高层次培养。在上海市中青年教育教学中大赛中，语文、数学、物理、化学、生物科学、政治、历史、地理、艺术、体育、信息技术学科和班主任基本功均获得嘉定区一等奖之冠，并代表嘉定区参加全市比赛，屡创佳绩。先后有24人在上海市中青年教育教学中、班主任大赛中获奖，其中：一等奖9人次、二等奖11人次。有8人次在全国 一师一优课、一课一名师 评选活动获部级优课。学校关于高中物理实验教学改革的课题荣获国家教育成果三等奖。以上成绩的取得，佐证着嘉定二中教师专业发展的卓有成效，教师整体实力的提高。

体师生员工共同的价值追求，体现了学校对未来的追求，与社会主义核心价值观一脉相承，是学校文化的核心和灵魂，是学校发展的软实力。  
仰望星空，脚踏实地。周凤林校长带领全校师生员工秉承 文化立校、格物修身的办学理念，以创建 人文融合的科技教育 特色高中为办学目标，全面推进学校各项工作。

### 爱体育运动 盼上体育课

#### 【强身健身】“体育专项化改革”激发师生生命力

走进嘉定二中，校园里处处洋溢着学生们的运动激情与青春活力。嘉定二中是上海市最早实行男女生分班上体育课的学校，由于体育工作出色，先后被评为全国体育传统项目先进学校、上海市体育传统项目学校、上海市艺术教育特色学校、北京2008奥林匹克教育示范学校、全国青少年校园足球特色学校。  
2012年11月，嘉定二中成为上海市首批 高中体育专项化教学改革试点学校。打破原来的年级行政班，将原10个教学班分成16个体育项目教学班，每个体育项目班有24-25名学生。高一学生进入学校后，第一学期的体育专项课以体验式教学为主。每位学生经过4个体育运动项目的体验后进行选项，到高一第二学期再进行专项体育项目的教学并一直延续到高三毕业。此项改

### 人文与科学共融 继承与创新并重

#### 【创新实践】“HEMTS课程”培养学生创新素养

面对新时期对人文的推崇、对科技的关注；面对一代新人需具备的人文底蕴和科技素养，学校坚持将人文融合和科技素养融为一体，以提升科技教育的人文底蕴，提高人文融合的科技含量，致力于培养具有人文底蕴厚实、勇于实践创新、具有国际视野、科学素养突出的合格社会公民。  
学校在人文融合的科技教育的探索上屡出成果。勿离手高中物理实验教学课程改革2010年被评为国家基础教育课程改革教学研究成果三等奖、2014年被评为上海市教学成果奖一等奖。科技教育馆 被评为上海市首批高中创新实验室。学校成为全国青少年创新教育实验学校、创造教育实验基地、上海市科技教育特色学校等；2010年被中央教科所批准为 全国普通高中特色学校项目学校，2011年成为上海市11所初试特色普通高中建设项目学校，2015年成为上海市25所推进特色普通高中建设项目学校，2016年成为上海市41所推进特色普通高中建设项目学校；荣获和谐中国 首届全国中小学校园文化建设百佳创新学校。  
一大批学生先后在国家、市、省等各类科技竞赛中取得优异成绩，以2016年为例，学生在区级以上科技竞赛中获奖近百项，其中不乏高层次的奖项。  
在开展人文融合的科技教育的过程中，嘉定二中提出了科学

### 奠定人生“金色地基” 培养社会“合格公民”

#### 【人生底色】“公民道德修身课程”助力学生健康成长

在嘉定二中，有着一门独特的课程——公民道德修身课程。因这门课程而生发的师生 厚道做人、踏实做事 的风气，为学校深厚的文化底蕴增添了丰富的内涵。  
学生在校只是为了求知吗？学生知道怎么做人吗？谁来引导学生做人？做人基本底线是什么？对于这些教育拷问，嘉定二中给出了精彩的解答。  
2007年，学校开设 公民道德修身课程，列为高一年级必修课程。周凤林校长亲自走上讲台，每周5节课，10年如一日，雷打不动。这是周校长的执着，也是周校长的有为。2011年，公民道德修身课程 校本教材 正式出版。2012年，该书被中央宣传部门、中央文明办、新闻出版部门等十部委联合推介的百种优秀思想道德读物，名列第27。  
公民道德修身课程 包括 做合格的公民、修德、爱国、责任、诚信、博爱、孝敬、谦和、礼仪、恒心、勤俭、守法、

### 爱体育运动 盼上体育课

#### 【强身健身】“体育专项化改革”激发师生生命力

革构建了学校大体育教学探索平台、学生体育专项特长培养平台、体育教师专业化发展平台。  
高中体育专项化 教学，是一种面向全体学生的 专项化教学课、学生体育社团和学校运动队 一体化发展的教学模式。学校开设了篮球、足球、排球、羽毛球、网球、乒乓球、健美操、武术8个运动项目，上课时老师完全像教练带运动队那样进行专项训练。专项化教学课，让普通学生掌握专项的历史文化、基本技能和基本技能，养成终身锻炼的习惯；学生体育社团，以专项骨干为引领，吸引喜爱这一专项的学生参与运动、欣赏运动；学校运动队，不断提升专项运动员的竞技水平，参加各级各类比赛。学生从高一基本入门开始练习，经过三年时间，其所选项目的技能水平及欣赏能力达到



嘉定二中中国古代历史文化教育馆



嘉定二中科技教育馆



体育专项课

有的是一句又一句饱含真情的谆谆教导，情至深处，潸然泪下，公民道德修身课程 已经陪伴了我们一年，而我想贪婪地继续从中获得力量。  
教师说：公民道德修身课程 是自己教书育人直达学生心灵的一个通道。参加此项课程研究的教师们深有感悟：从刚进校的一群懵懂混沌的孩子，在短短一学期的 教化 下，成长为有礼貌、有爱心和有一定担当的高中生，应该说 公民道德修身课程 功不可没，所以说这是一门对学生人生有深远影响的课程。  
校长说：公民道德修身课程 让我更了解学生，更感悟教育，更用心办学。一校之长，且教物理出身的他，缘何对上 公民道德修身课 情有独钟呢？这位有着15年班主任经历、16年教导主任，副校长履历、10年校长的特级教师、特级校长，从教近40年的教书生涯中领悟教育本真，在与高中生亲密接触中发生育人愿景，深感 学会做人 的

了比较高的水准。为学生养成自觉参加体育锻炼的习惯和健康生活方式奠定良好基础。  
整合专项课程资源 创建专项教学特色。学校通过聘请校外专业教练开设专项课、邀请专家来校指导、送教师出去接受专业培训等途径，不断提升体育教师的教学素养和专业能力。9名体育教师根据自己的专长开设专项课。通过整合专项教学师资，教师们挖掘了自己的潜力，实现了转型发展，提升了专业素养，形成了自己的专项教学特色，专长的教学能力受到学生们的好评。  
专项改革成效显著，深受学生喜爱，盼着上体育课。在嘉定区及上海市的各项体育竞赛，屡获佳绩。学校还多次承办上海市全民运动会乒乓球、羽毛球比赛，承办嘉定区体育一校一品展

### 实现 六项任务：科学伦理人文情怀的培育；公民意识

新人格的形成；人文艺术审美素养的浸润；科技知识科技技能的习得；批判质疑理性思维的养成；探索实践创新过程的践行。  
在嘉定二中，HEMTS课程成为了一个不断生成、发展、深化的实践研究过程。学校以此作为支撑申报成为上海市提升中小学（幼儿园）课程领导力（第二轮）、上海市特色高中建设项目学校和嘉定区教育综合改革示范校、形成特色课程群。教师对学生创新素养培养的意识和能力明显提升，合作课堂 教学策略日益深化。科技教育馆 中国古代历史文化教育馆 森林生态文化教育馆 勿离手创客空间 等创新实验室逐步建立。今后，学校将在新高考制度下探索、完善HEMTS课程设计及实施策略，推动HEMTS课程继续向纵深发展。  
失厚德无以成人，不踏实难以成事，在办人民满意学校的道路上，嘉定二中的师生秉承厚道做人，踏实做事的学校核心价值观，不忘初心，潜心教育；探索创新，追求卓越，不断创造新的辉煌！（牛文科）

实现 六项任务：科学伦理人文情怀的培育；公民意识新人格的形成；人文艺术审美素养的浸润；科技知识科技技能的习得；批判质疑理性思维的养成；探索实践创新过程的践行。  
在嘉定二中，HEMTS课程成为了一个不断生成、发展、深化的实践研究过程。学校以此作为支撑申报成为上海市提升中小学（幼儿园）课程领导力（第二轮）、上海市特色高中建设项目学校和嘉定区教育综合改革示范校、形成特色课程群。教师对学生创新素养培养的意识和能力明显提升，合作课堂 教学策略日益深化。科技教育馆 中国古代历史文化教育馆 森林生态文化教育馆 勿离手创客空间 等创新实验室逐步建立。今后，学校将在新高考制度下探索、完善HEMTS课程设计及实施策略，推动HEMTS课程继续向纵深发展。  
失厚德无以成人，不踏实难以成事，在办人民满意学校的道路上，嘉定二中的师生秉承厚道做人，踏实做事的学校核心价值观，不忘初心，潜心教育；探索创新，追求卓越，不断创造新的辉煌！（牛文科）

实现 六项任务：科学伦理人文情怀的培育；公民意识新人格的形成；人文艺术审美素养的浸润；科技知识科技技能的习得；批判质疑理性思维的养成；探索实践创新过程的践行。  
在嘉定二中，HEMTS课程成为了一个不断生成、发展、深化的实践研究过程。学校以此作为支撑申报成为上海市提升中小学（幼儿园）课程领导力（第二轮）、上海市特色高中建设项目学校和嘉定区教育综合改革示范校、形成特色课程群。教师对学生创新素养培养的意识和能力明显提升，合作课堂 教学策略日益深化。科技教育馆 中国古代历史文化教育馆 森林生态文化教育馆 勿离手创客空间 等创新实验室逐步建立。今后，学校将在新高考制度下探索、完善HEMTS课程设计及实施策略，推动HEMTS课程继续向纵深发展。  
失厚德无以成人，不踏实难以成事，在办人民满意学校的道路上，嘉定二中的师生秉承厚道做人，踏实做事的学校核心价值观，不忘初心，潜心教育；探索创新，追求卓越，不断创造新的辉煌！（牛文科）

实现 六项任务：科学伦理人文情怀的培育；公民意识新人格的形成；人文艺术审美素养的浸润；科技知识科技技能的习得；批判质疑理性思维的养成；探索实践创新过程的践行。  
在嘉定二中，HEMTS课程成为了一个不断生成、发展、深化的实践研究过程。学校以此作为支撑申报成为上海市提升中小学（幼儿园）课程领导力（第二轮）、上海市特色高中建设项目学校和嘉定区教育综合改革示范校、形成特色课程群。教师对学生创新素养培养的意识和能力明显提升，合作课堂 教学策略日益深化。科技教育馆 中国古代历史文化教育馆 森林生态文化教育馆 勿离手创客空间 等创新实验室逐步建立。今后，学校将在新高考制度下探索、完善HEMTS课程设计及实施策略，推动HEMTS课程继续向纵深发展。  
失厚德无以成人，不踏实难以成事，在办人民满意学校的道路上，嘉定二中的师生秉承厚道做人，踏实做事的学校核心价值观，不忘初心，潜心教育；探索创新，追求卓越，不断创造新的辉煌！（牛文科）