

润育“中国心”托举未来梦

——上海市中国中学实践探索中华优秀传统文化教育

砥砺初心担使命，踔厉奋发勇作为。进入新时代，上海市中国中学坚持守正创新，以时代精神激活中华优秀传统文化的生命力，构建起高质量实施国家课程、高品质实施校本课程、初高中一体贯通的文化中国课程体系

1 “中国智慧” 在每一门课程中自然流淌

今有良马与驽马发长安至齐。齐去长安三千里。良马初日行一百九十三里，日增一十三里；驽马初日行九十七里，日减半里。良马先至齐，复还迎驽马。问：几何时相及各行几何？在高一（1）班等差数列的前n项和的数学课堂上，青年教师张熠宸正以《九章算术》中的一则问题带领学生重走古人之路，一张直观形象的良马图很快帮助学生理清思路，让学生深深感悟到数形结合的思想在解决问题中的应用。

自2017年成为上海市特色普通高中建设项目学校以来，学校全体教师开始了落实国家课程与中华优秀传统文化教育办学特色融合的课堂转型探索。数学教研组用3年时间完成了对高中教材的梳理，将我国古代数学史和古人研究数学的思想方法与教材知识点对接，将古人研究数学的智慧引入当今的课堂。

改变了课堂的模式，也打开了一个新的世界。张熠宸说，教师会设计完整的问题链，让学生跟着古人的思路一步步去发现问题、研究问题、解决问题，课堂慢了下来，刷题的时间少了，学生在与古人同题共答的过程中，开始了更深入的思考、应用和跨学科实践。

原来数学还可以这么形象。高二年级的学生梅嘉轩说，《九章算术》中阳马当甍、鳖臑堑堵等一连串对常用几何体的描述吸引了她，古人用这种直观图像的方法让抽象的事物形象化，让人头疼的立体几何竟然变得生动起来。

在球这一章节的学习中，教师介绍了古代数学家刘徽用牟合方盖推导球体积公式的方法。牟合方盖是个什么样的形状？张俞凡等几名同学运用动画软件将这个复杂的立体模型设计成了一张思维导图。

无论是观星问天还是测量耕地，看似高深的数学原理其实都是为了解决生活实际问题而来，古代数学家的智慧成为学生们

丰富的精神养料。勾股定理最早分别出现在中国古代天文学著作《周髀算经》和数学著作《九章算术》中，杨辉三角在二项式定理上的成就要比外国数学家早1000多年，祖冲之测算的圆周率精确程度也保持了千年之久。谈起中国古代的数学故事，学生们的自豪感油然而生。学校副校长黄勇说，中华优秀传统文化走进数学课堂，就像一束火炬点燃了学生们的数学热情，更点燃了爱国之情。

中华优秀传统文化进课堂，如何才能真正在学生心中生根发芽，筑牢文化根基、坚定文化自信？各教研组深入开展研究与实践，按照课程寻策、课堂落实、教研支撑、三步走的思路，逐步实现办学特色与高质量落实国家课程标准之间的有效对接。

根据《中华优秀传统文化进中小学课程教材指南》，学校按照中华优秀传统文化与课程的内容关联度、元素显示度、教学可融度构建了六大类课程，并针对不同的课程形式分类研发了强化展示、情境渗透、主题嵌入、进阶实施、浸润拓展五类深度融合策略，每一门课程都相应开发出了凸显具体学科融合策略的《教学指南》《教学手册》，形成了独具特色的文化中国课程体系。

数学、英语、信息等学科从《梦溪笔谈》《天工开物》《本草纲目》等古籍善本中寻找课堂情境，采取挖掘、联想、赋予等策略将中华优秀传统文化的意味显出来；艺术、体育与健康等课程通过传统艺术赏析、传统体育习练等途径引导学生在体验中系统认识中华优秀传统文化独特的精神内涵和气质；语文、思政、历史等学科采取展现、演示、强化等策略，让中华优秀传统文化元素活起来，在与教材的结合中彰显生命力。

全员、全学科、全覆盖 实现中华优秀传统文化教育办学特色与高质量实施国家课程有效对接，带来的是学生综合素养的整体提升，学生毕业出口质量不断攀升。

2 “中国文化” 在校园沃土里生根发芽

在高质量实施国家课程的基础上，如何结合当下学生的实际特点，充分发挥中华优秀传统文化铸魂育人功能？上海市中国中学深化顶层设计，从局部开发逐步转向系统整体建设，通过选修课、社团活动、文化节庆赛事、环境空间建设等途径打造促进学生终身发展的育人场域，将中华优秀传统文化教育与学校原有育人体系相融合，将特色教育渗透到学校教育所有环节，从全域层面探索整体实践路径。

2012年，学校引入非遗项目盘扣技艺，邀请非遗传承人珊丽娜女士及其弟子授课，聘请专业教师进驻课堂，古老的非遗技艺中逐步融入了百家姓、徐汇滨江建筑等现代元素，走出了中华优秀传统文化在校本课程中创造性转化、创新性发展的新路径。

之后，学校逐步整合开设15门非遗技艺传承课程，推出中国情怀课程群。巧夺天工、美轮美奂的盘扣，左拉右拨、高抛低挑的打花棍，光泽透亮、栩栩如生的麦秆画，刚柔并济、行云流水的卢氏心意拳，在学校的艺术文化节上，学生们的作品精彩纷呈。在社团活动中，学生们还充分挖掘本土独特的文化元素，将其融合进现代设计，制作各种校园文创产品，新国潮主题总能引领校园新风尚。

冕服华夏秀是全校师生最喜欢的主题活动，活动选期于二十四节气，师生们穿上自主设计的时令服饰，展现国风雅韵中的青春之美，习得冕服华夏中的礼仪之大。袅袅余音，丝竹陶写；一笔一墨，字挟风霜。笔墨纸砚、唐诗宋词、京剧昆曲，校园呈现一片高情逸致的典雅景象。

中华优秀传统文化博大精深，学校以传统六艺的精髓赋能校本特色课程，构建起包含明德惟馨、文以载道、格物致知、行健自强、真美人知行合一六个课程模块的新六艺校本课程，并坚持讲中国故事，解决当下发展问题，指向未来终身发展的课程设计理念，让学生在中华优秀传统文化中汲取力量，用古人智慧解决当下的问题。

一带一路课程、敦煌课程、中医药课程、书法课程、戏剧课程、易筋经课程、二十四节气课程、文创设计课程、文物复原

课程 截至目前，新六艺共计推出63门序列化精品课程，为学生提供了丰富的个性化选择，开辟了一片自主探索的新天地。

文物复原课上，学生研读古代文献，进行历史考证，运用地理知识发现和氏璧开采之地周围均为绿松石产区，于是在和氏璧复原计划中大胆地添上了一抹绿色。3D打印课上，学生结合《楚辞》中获得的创作灵感，采用掐丝珐琅的技艺，运用中医制药中脱水剥离的技术，结合3D打印，制作出一副精美的耳环秋之歌。天工开物课程群中，学生用人工智能技术修复长城复制莫高窟合成满族语音库。

到中华优秀传统文化中汲取智慧，润育学生成长，变革不仅仅在课堂。每天清晨伴着晨乐乐曲踏入校园，课堂上感受中华优秀传统文化元素，广播操时间体验易筋经导引法，午间聆听师生带来的微演讲、开展校本中医穴位眼保健操，课后参与中华优秀传统文化特色社团。在上海市中国中学，中华优秀传统文化浸润着校园生活的每一天。

为了给学生更加细微的沉浸式体验，学校积极改造校内文化学习空间，每个班级的电子班牌、黑板报，每个年级的橱窗展示，各楼层的书画作品，各个公共场所微空间都散发着浓厚的古典气息，校园处处氤氲着诗意芬芳。

走进上海市中国中学，或仰视，或俯拾，你都有机会和中华优秀传统文化来一场心灵的共鸣。穿过连廊，绕过刻有《少年中国说》的文化墙，雅雅轩、俯仰斋、巧艺馆、格致轩、精武馆、岐黄阁、万卷堂七大中华优秀传统文化习练场馆赫然眼前。在这里，你可能会遇到上海工匠、诗坛大家、书画名家、杏坛名流、文坛大咖、非遗传承人甚至体坛名将，带你一起领略中华优秀传统文化的全方位浸润。

对于上海市中国中学的学生而言，从收到古拙雅致的录取通知书起，便开始了一场博古通今的文化之旅。立秋喜相逢，春雨润家风，清明祭英烈，夏至梦远航，双暑炼赤魂，白露傲金秋，明月照秋实，瑞雪兆丰年。12大类100余项校园主题活动随着节气的变化轮番开展，每一名学生都可以沉浸其中，放飞自己的青春梦想。

1933年，周慎修、杨安仁等人目睹日本侵略者的嚣张气焰，民族危机日重，本着欲救亡图存，非教育不足以言此的宗旨，以中国二字冠名，兴办了上海市中国中学，开设国文、本国历史、本国地理等多门课程，弘扬中华优秀传统文化。

1936年，学校建校3周年之际，于右任、柳亚子等各界人士为学校题词。于右任先生题写校训 智勇仁恕，诠释了学校开展中华优秀传统文化教育的办学初心。

新中国成立后，学校赓续前行，不断探索实践，夯实中华优秀传统文化教育的土壤。

1980年，时任上海市领导走进学校思政课堂，评价学校的思政寻访活动：汲取了传统文化精髓，加强学生的共产主义道德品质教育，帮助学生树立远大的理想。

2006年，学校被评为徐汇区实验性示范性高中，以文史哲课程为先导，探索在课程实施中传承中华优秀传统文化。

2012年，学校成为上海市非遗技艺传承基地，推出中国情怀课程群。

2017年，学校被列为上海市特色普通高中建设项目学校，开始全面探索中华优秀传统文化融入学校教育全过程的实践路径。

九秩薪火，逐梦百年。作为一所与祖国同名的学校，中华优秀传统文化已经成为上海市中国中学自创校以来奔流不息的精神血脉。

九十载弦歌不辍，九十载春华秋实。90年来，上海市中国中学始终与国家民族同呼吸共命运，以传承和发扬中华优秀传统文化为根基，全方位构建育人场域，让中华优秀传统文化的力量浸润校园的每一个角落，为一代又一代青年学子厚植文化底藪，筑牢人生底色，凝聚起通向未来的磅礴力量。



①教师将古人研究数学的智慧引入中学数学课堂。



②传承非遗，学生在认真学习盘扣制作。



③学生在钱学森图书馆开展研学活动。

3 “筑梦中国” 七年浸润，奠基终身发展

中华优秀传统文化是中华民族的精神命脉，是涵养社会主义核心价值观的重要源泉。学校作为立德树人主阵地，在传承中华优秀传统文化的过程中，更要践行好为党育人、为国育才的使命担当。上海市中国中学将德育与中华优秀传统文化教育相承接，将弘扬和培育民族精神纳入育人全过程，为学生扣好人生第一粒扣子，构筑时代新人的信仰之基、智慧之识、实践之路。

2021年9月，红星照耀中国 庆祝中国共产党成立100周年红色进步期刊创刊封面展 走进上海市中国中学，100个红色进步期刊的创刊号封面跨越百年，背后是100年来无数仁人志士高举红色旗帜、用信仰谱写革命华章的奋斗历史。学校以红色期刊为脉络设计了系列微课程，引导学生通过展览讲解，深入探究每本期刊背后的故事，并立足于地理、语文、历史、英语、思政各学科基础开展跨学科课题研究。

百本红色期刊如何从上海走向全国？是什么力量让爱国文人成为燃灯者？《新青年》又如何成就21世纪的新青年呢？学生们从期刊诞生地、主体受众、历史背景、传播情况、精神传承等不同维度深入探究，运用大数据分析、中西方文化对比等方法进行解析，在挖掘学习探究的过程中汲取前进的力量。

2022年7月，上海博物馆何以中国 文物考古大展系列首展 宅兹中国 河南夏商周三代文明展 以微缩展的形式走进上海市中国中学，学生们通过担任志愿讲解员、开展跨学科课题研究等多种方式与文物近距离接触，汲取成长的养分。

历史文物进入校园，不仅开拓了我

们的视野，也让知识活了起来。在中华五千年文明中浸润成长，除了让我们增长知识、感悟到中华文明的璀璨外，也激励着我们更深入地思考如何才能做好新时代青年，在新征程上绽放精彩。学生讲解员王圣洋说。

赓续中华文脉，光耀复兴之路。中华优秀传统文化所形成的育人生态，已经渗透到学生的知、情、志、行等各个方面。

作为一所完全中学，学校充分发挥完全中学的大课程、大空间、大专业优势，统筹好高中课程体系，将中华优秀传统文化教育全面渗透到初高中办学过程。

从宅兹中国到红星照耀中国，从伟大建党精神到学校发展历史，新学期开学，又一届初、高中新生国防军事训练和入学教育活动举行，教师带领学生寻踪探史，厚植家国情怀。国防教育课程更是通过文化传承：中国古代军事哲学 救国之路：民族抗战英雄故事 强国之路：中国人的使命担当 三个板块，引导新生理解当代学子的历史使命传承和时代责任担当。

从入学教育开始，学校制定了13门初高中一体化的特色衔接课程，细化分层侧重目标，探索初高中课程的衔接贯通。例如，在行为规范教育方面，从六年级适应中学、行规启程到七、八年级畅想青春、行规初成，再到九年级探索自我、行规内化；从高一一年级开启新征程、行规发展到高二年级立学存志、行规自律，再到高三年级修远成人、行规创生。七年的系统规划形成了完整有序的培养方案，通过七年浸润为学生成长奠基，培养他们做堂堂正正的中国人。

4 “行走中国” 强国有我，坚定使命担当

你从万物中走近，充满了我的灵魂。我回过头望向远方，被一种千年不灭的信仰融化。2023年暑期，高二年级敦煌学社的社员在教师的带领下跨越千里来到敦煌，亲身探访这座文化宝藏的独特魅力，学生李卓瑶被眼前的一切深深震撼着。

以敦煌文书中医药文献为中心研究 中西医结合传承创新发展 风向对敦煌地区汉长城侵蚀的影响及保护措施研究 新的感悟萌发了新的研究课题，现场感悟激发了新的研究课题，新的感悟萌发了新的研究课题，现场感悟激发了新的研究课题。

承典塑新、向新而行。开展中华优秀传统文化教育，不仅要站稳小课堂，更要融入社会大课堂，着眼新时代构建入心化行的铸魂育人模式，使学生在社会观察、知识积累、实践思考中感受中华文明的独特魅力，明确自身的精神坐标与民族品格。

2017年起，上海市中国中学把传统的春、秋游进行整合，由学校党总支引领开发行走中国系列研学课程，党员教师带领学生走出校园，探索行走的思政课。经过不断的更新完善，逐步形成了行走社区 行走徐汇 行走场馆 和行走中国四个系列研学课程。

作为行走中国红色研学课程的一部分，2019年，上海市中国中学与钱学森图书馆合作自主设计开发了爱国主义教育研学课程，以小任务学习的方式带领500余名学生在钱学森图书馆和上海交通大学校园内完成历史人文和数理科学研学实践。

新时代青年不仅要有青春热血，更要有责任担当，把个人理想追求同国家的前途命运紧密联系起来。钱学森的事迹和精神深深激励着参加研学活动的每一名师生。

2020年，学校依托已经探索开发的区域优质教育资源，化零为整地开展红色研学实践。2021年，随着双减政策落地，学校充分利用课后延时服务的时间，将原本1天的短期研学活动拓展成为1年的跨学科课程。学校近2/3的教师倾情参与，基于钱学森图书馆丰富的馆藏资源，围绕科学发展与时代精神 科学素养与人文底藪

思想和实践中的创新 个人选择、责任担当和家国情怀 等主题研发出多门跨学科研学课程，包括九天揽月（火箭设计、建模和发射）、天问计划（中国现当代航空航天史探究）、科学与艺术（创新教育探究）、漫漫回国路（重现重大历史时刻）、大时代中的大人物（钱学森生平研究）等。

设计制作、发射火箭模型，用英语撰写产品专利书，召开新闻发布会，制作科学家故事漫画册，编写剧本并沉浸式表演钱学森的故事，策划科学与艺术展览，绘制未来中国空间站每个周二下午的课后服务时间，七年级的学生都忙得不亦乐乎，他们通过各自的方式和钱学森图书馆相遇，在体验和实践中邂逅科学的种子。

除了钱学森图书馆，学校还和中国共产党第一次全国代表大会会址纪念馆、中国非遗上海展示中心、上海市历史博物馆、土山湾美术馆、上海市徐汇区档案馆以及复旦大学、上海交通大学、华东师范大学、上海师范大学、上海中医药大学、上海音乐学院、上海体育学院等数十家场馆、几十所高校合作，围绕中华优秀传统文化教育主题不断拓展校外学习空间，带领学生在研学中读懂中国，在体验中树立远大理想，在实践中铸就责任担当。

立足中华优秀传统文化教育的办学特色，学校的办学质量逐年稳步提升。2018年以来，上海市中国中学学生在市级及以上科艺体各类比赛中获奖150余项，教师在市、区层面公开课展示达300余节，承担国家课题1项、市级课题3项、区级课题14项，取得教研成果奖若干。

学校还将易筋经、武术、吟诵等非遗特色课程辐射到兄弟学校，同时在学区内进行师资柔性流动，并与云南屏边一中、元阳高级中学共享课程资源，开展教育扶贫，建立了由15所学校组成的中华优秀传统文化教育长三角校际联盟，还接待来自云南、贵州、内蒙古、新疆等地的教师跟岗学习30多批近600人次。

（上海市中国中学党总支书记、校长 郑敏芳）

