



# 宁波普高课改都改了些啥？听学校述职

## 这些“课改经验”将成学习样本

关注  
课改

今年是宁波市启动普通高中多样化发展三年行动计划的第二年。昨天，全市普通高中特色发展推进会在宁波四中举行，会议总结交流近年来各地（校）深化普通高中课改适应新高考的做法和经验，研讨普通高中改革发展的工作思路。

记者从会议中获悉，宁波的各所普通高中立足学校实际、特色定位，走出了普高多样化特色发展的新路子。这些学校的课程改革经验，有可能成为“样本”，在全市推广。

吴彦



镇海中学插花选修课深受学生欢迎，传统文化渗透其中更让课程魅力无穷。（资料图片）

### 效实中学 >>>

新高考“7选3”选科及走班教学方式成为教学组织新形态走入高中。适应走班教学管理的核心问题有二：过程管理和教学评价。

2014年12月，在正式实施走班学习之前，学校制定了《宁波效实中学学生学科成绩评价方案》，启动学生学科成绩的评价改革，把过程性评价纳入学科成绩评价体系，体现学习过程、学习态度和学科特色，保护学生个性。如今，学生的学科成绩由阶段考试成绩和过程性评价成绩两部分组成，在过程性评价成绩不低于40%的前提下，在学期开始前，各学科组可根据教学特点制定过程性评价成绩和阶段考试成绩的权重，除音、体、美、技术学科外，其他

### 镇海中学 >>>

这些天，一年一度的镇海中学课堂教学创新周正在如火如荼地举行。本届创新周的主题为“基于学校特色的多元开放网络课程建设”，各学科和四大类选修课程纷纷派出精兵良将，以课堂教学、名师评课、名师论坛和教学漫谈等多种形式展示成果、交流研讨。过去几年，学校每个月的课堂教学开放日都推出了侧重点不同的听课评课与研讨交流活动，正是在这样序列化、常态化、主题化的教学研究实践中，镇海中学的课程建设得以不断完善。

课程是学校教育的主要载体，也是实现育人模式转型的关键瓶颈。多年来，学校以“尊重多元选择 促进高水平基础上的差异发展”作为课程建设理

### 姜山中学 >>>

为了帮助学生了解自己的特长和兴趣，以适应新高考要求，姜山中学开展生涯发展指导，为学生成长导航。生涯发展指导涉及：人生规划与理想指导、学业计划和选课指导、升学定向与升学准备指导、职业定向与就业准备指导。

一方面，学校将生涯规划纳入校本必选课程。生涯规划指导课程群涉及：生涯规划测评系统简介、认识自我规划自我、做一个优秀的高中生、如何科学有效地学习领导能力培养等。同时，学

### 探索走班制下教与学新规则

学科的过程性评价成绩由课堂表现评价（权重25%）、作业表现评价（权重50%）和学科活动表现评价（权重25%）三部分组成。

为了不增加老师的工作压力，学校与英国著名的教学管理软件公司WCBS公司合作，利用该公司30多年的走班教学管理软件“3sys”系统，并将3sys系统中国化，本土化。现在，老师只需动动鼠标，就可以完成记录。学生和家长只要登录管理软件，就能查询到每一天的课堂表现和作业情况。在期末和期中，平台中会自动生成学科的阶段成绩，并向家长和学生发送成绩单。这些记录为“综合素质评价”改革提供了重要的学业水平评价写实材料。

### 把课程建设打造成特色发展“主引擎”

念，构建了“基础广博、多层拓展、多元开放、自主选择”具有镇中特色的发展性的课程体系，开发开设了100余门选修课程，并探索了相应的有效实施策略。学校获市级以上精品课程、网络课程、优秀课程的数量达到45门。

随着新高考方案的实施，学校的课程结构体系进行了适度调整，学校严格遵循省教育厅关于规范办学、减负增效和特色示范学校建设的有关规定要求，不增加或变相增加每周总课时（包括每门课的总课时），不削减或变相削减有关课程门类、有关课程课时及所占比例。在此前提下，学校增加了国家选修课程内容，加大了由北大、清华等高水平大学开发的大学先修课程及科技特长、语

### 生涯规划为学生成长导航

校引进美国教材《健康与幸福》，并进行本土化实践。另一方面，学校提倡教师在学科内渗透生涯规划理念。例如，高一第一学期初，要求进行初高中衔接并介绍高中阶段学科的知识体系；高一第二学期选课前，要求介绍各学科相关的大学专业。同时，邀请国家高级职业指导师、全球职业生涯规划师等名师名家对学生进行生涯指导。

学校还提倡通过自学进行自我探索。图书馆和教室图书角添置了有关学生发展指导的专题书籍，编辑《姜山中学学生发

展指导报》，对学生学业、生活、职业、生涯等方面进行导航。每年暑、寒假，学生发展指导中心组织学生参与《职业生涯规划》和《职业人物访谈》等活动，体验职业生活，探索自己的性格、兴趣、爱好与特长相一致的职业。

言文学特长、体艺特长、综合素质类课程的开发开设力度。此外，学校还统筹安排了从2014级开始的我校高中三年的课程设置、课时安排、学业水平考试和高考时间及各学科具体课程设置和教学进度等。

学校加强对学生的选科、选课指导。面向高一学生和学生家长开设多次专题辅导讲座，及时编制新高考背景下的学校教学手册并发放给学生。同时，积极探索实施选课导师制，进一步完善了选课指导制度和选课流程，并加强对教师选修课教学情况的监控和评估。在出台的多个规范性文件，使用了“课室”和“教学班主任”这两个新概念，凸显了教学主体的变化和教师职能的拓展。

展指导报》，对学生学业、生活、职业、生涯等方面进行导航。每年暑、寒假，学生发展指导中心组织学生参与《职业生涯规划》和《职业人物访谈》等活动，体验职业生活，探索自己的性格、兴趣、爱好与特长相一致的职业。

作为国家级课题“普通高中学生发展指导”项目组成员单位，2010年以来，学校在生命教育课程和学生生涯规划指导方面进行理论研究和实践探索，取得一些初步的成果，得到师生和专家的肯定。

### 宁波四中 >>>

### 以学校文化引领特色发展

文化是什么？宁波四中认为，文化不仅是一种观念、一种精神，它更是一种生产力；它是一个人、一个团队由内而外散发的一种气质、一种力量；它可以影响一个人的前程，它可以引领并推动一所学校的发展。

根据学校“崇信毓才”的办学理念和当前办学实际，具有四中特色的“导师制”应运而生。学校在新高一取消了原有的行政班班主任制度，尝试实行“导师制”。高一年级共有12个班级，每个班级均衡地分成ABC三个学科小组，每班设立3名成长导师，每位导师负责一个小组，全面负责学生的个人成长与学业水平。同时，建立班级导师首问机制与协调机制、疑难首导协调机制、导师团队“最佳拍档”机制等。

这种新的学生管理模式，满足了学生生涯规划与分类分层教学的需求，有利于对学生进行客观、公正地综合素质评价。

同时，学校通过改革课程设置、课堂教学方式，增加人文实践活动，探索育人模式的改革和创新教育的实施手段。四年来，学校进行了楚文化、吴文化、燕京文化、汉唐文化等多条人文行走路线考察。短则两天，长则两周。在文化考察活动中，形成了考察日志近400篇，课题研究小论文70余篇，孔村生态开发可行性报告10余篇，还进行了质量评价，优选了部分优秀作品集成《文化行走》文集，并将正式出版；教育局行动项目研究课题《普通高中人文创新人才培养与实践》已结题。这些成果都为学校进一步研究如何提升普高学生的人文素养打下了坚实基础。

### 相关链接

### 课改,让学生成最大受益者

近几年，全市普通高中课程改革与教学工作扎实推进，普高优质特色发展取得了一定成效。学校发展特色化，课程开发精品化，学生选择多元化，学生成为了课改最大受益者。

近年来，市县两级安排专项经费，建设了35个市级课改创新项目，推进学校特色发展；建立了30个市级学科基地培育学校，实施国家课程校本化的深入研究；实施“宁波市科技新苗培养计划”，开展高校与高中合作培养创新型后备人才的新模式；校本选修课程建设呈现成果，已有市级精品选修课程283门，省级精品课程181门，课程开发的数量和质量都位居全省前列。目前，全市有省一、二级特色示范高中学校数33所，名列全省首位。

如今，“增加教育选择性，创造适合学生发展的教育”的课程理念已逐步得到各级教育行政部门、校长、教师和学生们的认同，区域和学校推进课程改革主动性、积极性明显提升。学生的面貌发生了很大的改变。全市高中学生在世界、国家以及省举办的学科竞赛、科技体育艺术类比赛中，获奖人数和层次位于全省前茅，其中，2015年在美国举行的国际头脑奥林匹克竞赛，龙赛中学代表中国参赛，获高中组“释放玻璃球的结构”冠军（来自世界各地的850多支参赛队）。2015年，宁波有16所中小学校入选全国青少年校园足球特色学校，43所中小学校入选省校园足球特色试点学校，在省中小学生艺术节活动中，取得综艺表演类省一等奖18个，美术类比赛一等奖17个。

市教育局一位负责人表示，从近几年的实践情况看，新课改与新高考相互促进，社会上担心的新课改影响高考成绩担忧并没有发生，全市整体高考质量继续列居全省前列。“反而不少学校深化课改后，改进了教与学的方法，强化了学生学习主动性，教学质量得到了明显的进步。”他说。