

重庆市第十八中学

做好教育高质量发展的“加减乘除”



师生课上交流

做足课程内涵“加法” 培养学生关键能力和必备品格

历史的航程波澜壮阔，时代的大潮奔腾不息。站在一个以高质量发展为主基调的新时代，锐意改革的风暴正在一一绘就，创新求变的探索正在时时发生。

行进在教育征程上的重庆市第十八中学(以下简称“重庆十八中”)，秉持“树本砺新”的核心理念，勇担“养书生本色，蕴英才气象；修专业深度，立文化高度”为教育使命，践行“为成就每一位学生的未来服务”的教育宗旨，书写了重庆市基础教育领域的“重庆十八中奇迹”。

做实教学负担“减法” 为润泽生命提供成长沃土

重庆十八中认为，精准教学、精准课堂是学校高质量发展的基础和根本，更是学生成长的重要保障。所以，学校对此做了“减法”，减轻学生的学习负担与教师的教学负担。

“手机是我们生活的必需品，当遇上停电，我们的手机刚好又没电该怎么办？”……在重庆十八中的高一化学课上，肖富林老师从生活中的事例，引导学生用可调电阻电池，演示电表、数字万用表、导线若干、铜片、柠檬、苹果等实验仪器及设备自制成有趣的“水果电池”。

学生们随即开展研究性学习，分小组合作探究、动手实践，学会用万用电表测量电路的电压、电流、电阻，通过水果电池实验验证欧姆定律，动手能力和思考能力得到了提高。

做“加法”是重庆十八中深化课程体系建设的重要一环。学校不断丰富课程内涵，调动丰富的课程资源，延伸课程的育人功能，促进学校内涵建设和高质量发展。

一堂以“全球抗疫，刻不容缓”为主题的线上MUN模拟联合国体验课，从一个新闻视频展开：视频中，泰国代表在世界卫生组织会议上用幽默的语言，号召所有人重拾全球抗击疫情的信心和团结，立即停止不必要的恐慌。

“同学们想就这一视频，表达怎样的立场？”周超老师透过移动终端，随即以英语口语抛出问题，引导学生展开思考，并进行各自的英文发言。

随后，同学们扮演不同国家或其它政治实体的外交代表，分别从“中国的抗疫经验值得推广借鉴”“各方要继续支持最脆弱的国家抗疫”等不同方面，从结构内容、语言呈现等要素，进行不同的立场阐述，为接下来更加深入的会议流程打下基础。

由学生模拟不同国家的外交官，参照国际联盟的议事程序，讨论国际热点问题的“MUN模拟联合国体验课”，是重庆十八中“4C”课程中的一门精品选修课，也是依托该校的市级课程创新基地“英语文化视域下体验式英语课程

创新基地”打造的一门语言应用能力实践与学术能力相结合、英语学科能力与综合素养相结合的学科理念指引和浸润的课程。

据了解，重庆十八中早在2015年便成功申报“文史哲融通视域下的大语文课程创新基地”项目，成为重庆市首批课程创新基地之一。英语和语文两大课程创新基地的建成与发展，既是对国家课程的深度加工与再造，又是为学校课程建设的高质量发展“添砖加瓦”。

作为“重庆市课程改革样本校”的重庆十八中，着力打造培养学生关键能力，适合学生个性化发展的“4C”课程体系，即推进国家课程校本化的“树本课程”、凸显校本课程精品化的“砺新课程”、实现社团活动课程化的“海纳课程”、拓展

人才培养多元化的“百川课程”，具有多元化、生活化、本土化、实践性等特点。

拿凸显校本课程精品化的“砺新课程”来说，重庆十八中依据“立足校本实际，满足兴趣爱好，体现地域特色，着眼未来发展”的原则，围绕“文化素养类”“生活技能类”“社会服务类”“人生价值类”4个序列已开发出近80门特色选修课程，“美丽山城的创意表现”“法律与生活”等6门课程被评为重庆市精品选修课程。

“我们明晰核心素养与课程体系的融合关系，打造‘4C’课程体系，是为了让学生学会学习，能健康生活，责任担当、实践创新精神、科学精神、人文底蕴，有效实现课程的整体育人价值和促进学生发展核心素养，造益学生终身发展。”重庆十八中校长罗丞说。

步骤，实现因材施教，分层教学，分步达标。

长期以来，重庆十八中就如何构建坚持把强化课堂主阵地作用作为高质量发展的中心环节，在加强跨学科课程建设，融多学科内容于课程的基础上，推行精准课堂，借助游戏式学习、社会情感式学习、实验探究式学习、混合体验式学习等方式，将“五育并举”化作教师教学的“利剑”，让师生在教与学之中双双获益。

“随着新高考、新课程改



重庆十八中“精准课堂”展示课大赛现场

实践活动不仅是落实素质教育的重要载体，更是促进学生多元化发展，助推学校高质量发展的重要阵地。重庆十八中巧做“乘法”，搭建活动平台，让学生在活动中“炼身炼心”，“乘法效应”正在显现。

2月19日，《央视新闻》联合哔哩哔哩创作中心、哔哩哔哩漫画共同发起了“用漫画记录抗疫瞬间”的活动。重庆十八中初2020级18班陈乐阳同学的漫画作品——“疫”情生动描绘出一对在不同岗位奔赴抗疫一线的夫妻隔着玻璃打电话的情景，被《央视新闻》客户端发布，引起了广泛的关注与情感的共鸣。

在重庆十八中，还有不少学生或泼墨挥毫，或妙笔生画，或精心拍摄，创作了大量的艺术作品献给前线的勇士们。这些艺术作品来自于学校团委发起的“致敬抗‘疫’先锋”优秀作品征集活动。

面对突如其来的新冠肺炎疫情，重庆十八中化疫情之“危”为教育之“机”，开展了主题抗“疫”系列活动，引领学生在活动的体验和参与中，树立国家意识、增进爱国情感。

除了开展抗“疫”系列活动，重庆十八中还举办了新中国成立70周年系列活动、“树本砺新 智启未来”70周年校庆系列活动、“五四”运动100周年纪念活动……一系列系统化、序列化、全员化的实践活动，开拓了学生视野，锻炼了实践操作能力。

为学生生活提供广阔的空间，重庆十八中引入全新的理念、独有的形式、全方位的要求，开设动漫社、汉服社、天文社、电影社等41个社团，举行特色鲜明的社团活

推动教育高质量发展，要注重和关心学生心理健康，在学生“居家学习”期间，也要注重消除学生的不良心理因素，确保学生返校后，教育教学和谐安全稳定。重庆十八中以“除法”的形式，减轻学生的心理压力，增强实现目标的信心，提高各项学习活动的效率。

“感谢游老师对我的关心和帮助，让我解开了心结，重新适应了学习节奏……”刚开学不久，高三年级的学生小明就向游义鸿老师发去了一条感谢微信。

由于受到疫情影响，学校延期开学，小明和其他高三同学一样，只能足不出户在家备考。面对父母对自己高考成绩的过度期待，加上“宅家学习”和日常校园学习环境有所差别，小明开始变得焦虑、心慌，甚至食欲不振、失眠头痛。

在调查了解到小明的情况后，游义鸿老师通过QQ、微信，经常对他耐心地心理开导、鼓励支持，同时与小明的父母沟通在家要为孩子营造一个和谐、轻松的氛围，也让班上同学多跟小明交流学习、分享生活。渐渐地，小明走出了“心理雾霾”回校学习后，也很快适应了环境。

为保证学生心理健康，重庆十八中完善心理健康教育的管理体制和工作机制，将心理健康教育师资队伍建设和课程建设“双管齐下”，充分发挥课堂教学在心理健康教育工作中的主渠道作用，举行有关心理健康的心理绘画活动、心

理减压运动会、心理讲座和心理咨询，打造软件和硬件，更好地营造良好的文化环境、人际环境、心理环境。

比如，重庆十八中每年都会定期举办校园心理剧大赛，校园心理剧微电影大赛，通过戏剧、微电影等艺术形式，再现学生的日常生活，反映人际交往中的冲突、个人成长中的烦恼等，融入心理学知识，使得学生们在拍摄、出演中，彼此产生情感共鸣，引发大家对心理健康的重视。

“中学生正处在心理机能迅速发育成熟的时期，积极的内心体验、良好的适应能力能有效发挥个人的身心潜力。学校需要创新心理健康教育的工作途径，提高学生心理素质，促进其人格健全发展。”重庆十八中心理健康教育相关负责人说。

接下来，重庆十八中将有效统筹学校、家庭、社区心理教育资源，拓宽合作的范围，形成三方合力，相互参与、补充、促进，并进行优化升级，护航学生健康成长。

事实上，以“学天下、行天下、成天下”为主线，以家乡、祖国、世界三个层面为路径，重庆十八中建构了以“行走家乡”“揽胜祖国”“阅读世界”为主题，以科普知识型、体验考察型、文化康乐型和励志拓展型为类型的研学旅行活动，实现了学校教育与社会教育有效衔接，书本知识与生活经验深度融合。

校内社团活动与校外研学旅行活动的持续开展，培养重庆十八中的学生成为知识全面、能力出众、品学兼优的“大写的人”。

做好不良心理“除法” 浇灌学生多彩花季阳光人生

浇灌学生多彩花季阳光人生

谭尧 张霄月
图片由十八中提供



重庆十八中创客中心

教育