



赴沧州大化旧址研学

沧州市第十五中学

教研先导 稳扎稳打 促进学校内涵发展

本报记者 赵玉洁

实现学校内涵发展，思想教育是引领，精细化管理是基础，教研先导是关键，提质增效是主线。为了让学校的教育教学水平再上新台阶，一年来，市十五中持续抓教研、促管理，紧紧把握“提高教育教学实效，实现教学成绩新突破”这一根本目标，稳扎稳打，不懈攀登。

集体备课 示范评优 努力打造高效课堂

紧紧围绕“提高学生学习兴趣”的教科研主题和“提高课堂效率”总目标，各学科针对教学实际，继续对集体备课进行升级提效。在语数外三科每周的集体备课中，老师们先把每周的教学备课内容分工到人，再对个人所备内容进行细致研讨，最终合并形成统一的“大教案”，确定周教学重难点和教学目标，指导课堂教学，以此提升学科团队的整体教学水平。

一堂好课离不开精心的备课，老师的教案水平直接决定了一节课的质量。为此，学校每学期都组织开展两次教案检查和一次优秀教案评选。对每一位青年教师的教案和部分中年教师的优秀教案进行拍照存档，发送到教师微信群中，以便

大家观摩学习、取长补短。

课堂是学校教育的主阵地。为了提高课堂效率，加强对青年教师的培养，市十五中还通过骨干教师示范课和青年教师评优课，鼓励青年教师跨学科听课、跨学科参与教研活动，激发他们的工作热情，推动整体教学水平不断提高。

规范课堂 精准指导 提高时间利用率

“入室即静，入座即学。凝神听讲，坐姿端正。不懂问明，抢答争锋。练习预习，作业日清。”短短32个字，将学生们所需遵循的课堂规范，描述得简洁明了，而且读着朗朗上口，便于记忆。

为了让课堂32字诀内化为学生们的实际行动，市十五中还通过主题班会，让孩子们比照口诀进行自查，做得好的方面再接再厉，不尽如人意的地方积极改正，向着自己设定的目标不断努力。

如今，课堂32字诀已成为十五中子规范课堂行为的一把标尺，在不知不觉中改变着孩子们的学习状态。他们在课上认真听讲、积极回答问题，课下保质保量完成作业，学习效率有了明显提升。

市十五中还制定了《班级一日学习管理指导建议》，严格规范学生学习活动。各年級的晨读和午读，在无班主任监管的情况下，均能按照各班的学科计划有序开展，大大提高了碎片时间的利用率。

活动引领 校外研学 德业双修提素养

“德业双修，知行并举”，秉承这一校训，市十五中在狠抓教学管理和质量的同时，毫不放松德育教育。

组织“三好少年标兵评选”和“争做文明中学生”活动，激发学生

的学习热情；开展“九一八勿忘国耻 奋发学习”和“清明节缅怀先烈 开拓未来”活动，增强孩子们的爱国主义情怀；疫情期间，学校开设“家校之声”专栏，不仅及时发布校园动态，而且以班级为单位，让学生们通过美篇展现自己居家认真学习、与父母和谐相处的美好瞬间及点滴感悟，架起了家校沟通的桥梁。

前不久，七年级举行了优秀学生家长表彰活动，邀请优秀家长代表在年级大会及各班家长会上，从目标设定、心理健康、配合学校、行为习惯、日常生活琐事管理等多个方面，分享了自己的家庭教育经验，耐心解答其他家长在家庭教育方面的困惑，大家受益匪浅。会后，家长与老师的配合更加默契，家校携手，心往一块想，劲儿往一处使，共同为孩子们营造良好氛围，助力健康成长。

擢千言莫如履一行。2021年上半年，学校精心组织了两次校外研学活动，一次是沿运河河堤远足至沧州大化厂址旧址，一次是沧州印象·大运河农业生态文化产业园和沧州名人植物园探访活动。同学们在在大运河堤上感受时光如流，在造粒塔下体验时代变迁，在生态园里赞美生活多彩，在植物园里享受自然怡人。孩子们由衷地赞叹“沧州真好”“家乡真棒”。校外研学为孩子们提供了近距离接触大自然和社会、亲身感受家乡发展变化的机会，提升了对家乡文化的自信心。研学活动把热爱家乡、热爱祖国、努力学习、增长本领的种子播撒在孩子们心中，让他们成长为具有家国情怀的一代新人。

功夫不负有心人。经过又一年的努力拼搏，市十五中不仅取得了长足进步，而且在教育教学方面实现了新的突破。未来，市十五中将继续以教研为引领，抓管理促实效，努力实现又稳又快的高质量发展。



教师集体备课

沧州市第十六中学

为蝶变赋予持久动力

本报记者 赵玉洁



参加沧州市中学生运动会

2019年秋季开学，市十六中与市十四中实行联合办学，十六中成为“十四中东校区”。“一日七常规”“主题教研”“成长课程”等十四中的核心“秘籍”，被复制到十六中的教学管理中。除了成功经验的“移植”，更有针对性的“量身定制”——精细化的学生管理，层层深入的品质教育，解家长之忧的“日托”模式和基于对学校优势、劣势、机会、挑战等大数据分析而作出的三年发展规划……就这样，曾经的东部薄弱学校，迎来了华丽蝶变。

2020年以来，十六中加紧发展步伐，着力内涵建设，为学校再上新台阶积蓄着能量与动力。

搭建多样化发展平台 力求全面育人

教育质量对一个学校来说至关重要，而教育质量的衡量标准应该是为社会培养需要的人才，要分数，更要素质，尤其要在提高学生的综合素质上下功夫。提升学生的综合素质，就要拓展教育空间和内容。孩子的成长不仅在教室、在图书馆、在操场，更在丰富多彩的教育教学活动中。

教学不是被动填鸭，而是唤醒生命，教育不是形而上，而是遵循孩子的身心规律，促其内心成长。2020年9月至今，十六中全体班主任每周一下午进行德育主题教研，提出、研讨并实践初中品质最佳发展期的德育模式，包括新生入学时的文明形象教育；七年级利用青少年自我意识萌发进行自我品质教育（自立、自信、自强）；八年级利用青少年自我形象建立侧重交往教育（友善、感恩、诚信）；九年级利用青少年自我价值实现的心理特点，结合毕业升学进行理想、责任教育。在这个过程中，既让社会主义核心价值观在初中阶段得到践行，又让班主任学会用脸上的笑容、眼里的希望、科学的方法来唤醒学生，让孩子们有理想、有本领、有担当。

学校还积极开展课堂内外一体化教学活动。在体育方面，提出了“健康第一、以体强身、以体健美、以体养德、以体促智”的理念，编排了集健美操和塔巴塔训练相结合的特色课间操。学校开展了“学语文，爱母语”书中寻梦系列活动，狠抓学生的读和写，并通过七年级汉字听写大赛、八年级成语英雄大赛，以及各年級的创新作文、诗歌朗诵、课本剧表演等比赛，帮助学生积累知识，开阔视野，提升品位，升华思想，加深对传统文化的了解，激发语文学习动力。

接下来，市十六中还计划开展“体育达人”活动，以班级为单位，制定五项（包括女800米或男1000米、男女100米、立定跳远、跳绳、实心球）体育达人榜。每个月学生均可自愿申请某一项体育项目测试，凡测试达到本年级满分的，均可获得“体育达人星”贴于本班达人榜上，以此增强学生的体育锻炼意识，变被动体育为主动体育。

每3年开展一次校园艺术节，融德、智、体、美等各类活动于一体，通过班级特色展、师生才艺展和多彩



庆祝建党100周年朗诵比赛

体育节，为拥有特长的学子搭建展示自我的舞台。

深化教学改革与创新 只为科学育人

学校实行单元与课时相结合的集体备课模式。2020年9月至今，各教研组长和备课组长通过每月一个学科大单元备课主题月，完成了各学科单元教学设计的基本环节，包括单元教学目标、教学重难点、教学资源选编等。同时，以单元教学设计为指导性方案，进行课时备课。课时备课时，首先将单元目标、重难点进行课时分解，定性定量化。其次解决5个微观教学设计，包括有效导入、重点教学、难点讲解、教学总结以及课时例题或课后作业纸的设计。

自主、合作、探究的新课程理念催生了不计其数的自主高效教学模式，每种教学模式都有其存在的合理性，但又不具备完全模仿的普遍适用性。市十六中的一线教师们就如何将课堂主动权交给学生的问题进行了探索，提出并实践了精讲教学模式，推广了导入贯通式精讲、设问点拨式精讲等方法，在课堂上不断完善学生的思维方式，引导学生学会运用科学的思维方法，实现课堂上师生的思维合作，进而提高课堂学习能力和学习效率。

教师是一所学校最宝贵的财富。为此，市十六中实施了教师队伍按年龄和能力分层培训发展的梯次培养策略。对于教龄3年以下的青年教师，学校本着“一年适应，两年合格，三年站稳讲台”的目标，有步骤地进行培养。对于有完整带班经历的青年骨干教师，学校为他们设定的发展目标是树立名师信念，发挥自身优势，努力成为个性魅力绽放型、或教学风格独特型、或课堂模式创新型、或教研能力彰显型的教师。

而经验丰富、能力突出老教师，则努力做好中青年教师的人格引领和专业引领，承担起以老带新的“传帮带”责任。

整合学校发展历史 追求文化育人

校园文化是学校内涵发展的灯塔和底蕴。2020年，学校着眼于十六

中曲折的发展历史，初步梳理出了一条校园文化主线。

沧州市第十六中学（原天津铁路分局沧州铁路职工子弟中学）始建于1975年，2004年由铁路移交沧州市政府，2009年与沧州市第三中学联合办学。2019年7月，在沧州市推进义务教育优质均衡的大格局下，又与沧州市第十四中学联合办学，计划在3年内成为东部城区优质初中。

基于市十六中的发展历程，学校以性质改变中的“变”与联合办学中的“合”，以及东部城区优质校发展目标中的“优”三者相融合，提出了“合和为道 卓尔不群”的办学理念。

在这一理念的引领下，市十六中以“为贤智之师，育大雅之才”为办学目标，践行“博喻善教，博学笃行”的校训，借鉴市十四中“甘于吃苦，乐于奉献，善于钻研”的教风，努力营造“静气、儒气、英气”的校风和“宜思、宜勤、宜恒”的学风。

未来，学校将以“合和”为理念，以“和爱”为原则，构建“五和”文化及校本课程体系，以校园文化助推教书育人。

“3+5+5” 初中均衡发展计划

从2019年上半年开始，沧州市教育局实施了中心城区“3+5+5”初中均衡发展计划。一方面，继续保持市属3所优质学校发展优势；另一方面，实行以强带弱，通过联合办学、合作办学、选配优秀校长、选拔优秀教师、教研力量扶持等方式，为市属其他5所学校逐校制定提升计划；同时，加强对区（县）教育局的指导协调，同步提升5所区（县）属初中的教学质量，让每个学生在每一所学校都能够得到良好适合的教育，促进我市义务教育的优质均衡发展，满足市民对优质教育资源的需求。