

上海市嘉定区真新小学 2023 学年课程计划

为全面贯彻落实习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的二十大精神，贯彻落实党和国家的教育方针、国家与上海市中长期教育改革和发展规划纲要、全国教育大会以及上海市教育大会精神，推进国家统编三科教材使用工作，落实立德树人根本任务，深入实施素质教育，深化教育教学改革，切实减轻中小学生学习过重的课业负担，促进中小学生身心健康发展，学校进一步深化“温馨”教育的内涵发展，全面提高育人质量，打造嘉定百姓家门口的好学校。

根据《中共中央 国务院关于深化教育教学改革全面提高义务教育质量的意见》（中发〔2019〕26号）、《中共中央办公厅 国务院办公厅印发〈关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见〉》（中办发〔2021〕40号）、《国务院办公厅关于新时代推进普通高中育人方式改革的指导意见》（国办发〔2019〕29号）、《教育部关于印发普通高中课程方案和语文等学科课程标准（2017年版2020年修订）的通知》（教材〔2020〕3号）、《教育部关于印发义务教育课程方案和课程标准（2022年版）的通知》（教材〔2022〕2号）、《教育部办公厅关于印发〈基础教育课程教学改革深化行动方案〉的通知》（教材厅函〔2023〕3号）、《教育部关于加强中小学地方课程和校本课程建设与管理的意见》（教材〔2023〕2号）、《中共

上海市委上海市人民政府关于贯彻<中共中央 国务院关于深化教育教学改革全面提高义务教育质量的意见>的实施意见》（沪委发〔2020〕3号）、《中共上海市委办公厅 上海市人民政府办公厅印发<关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的实施意见>的通知》（沪委办发〔2021〕26号）、《上海市人民政府办公厅印发<关于本市新时代推进普通高中育人方式改革的实施意见>的通知》（沪府办〔2021〕4号）、《上海市教育委员会关于印发<上海市进一步推进高中阶段学校考试招生制度改革实施意见>的通知》（沪教委规〔2018〕3号）、《上海市教育委员会关于印发上海市中小学2023学年度课程计划及其说明的通知》（沪教委规〔2023〕23号）等文件精神，充分发挥课程与教学在学生核心素养培育中的作用，进一步提升学校综合育人水平，特制定《上海市嘉定区真新小学2023学年课程计划》。

一、背景分析

（一）学校概况

上海市嘉定区真新小学坐落于嘉定区东南首，与市区的长宁区普陀区两区接壤，交通便利，地理位置优越。学校创办于1964年，1999年独立建制，现有26个教学班。我校以课程优化建设为主要载体，以课堂教学改进为重要阵地，坚持立德树人，五育并举，面向全体学生的全面发展。学校被评为“上海市行为规范示范校”、“上海市安全文明校园”、“上海市花园单位”、“上海市家庭教育实验基地学校”、“嘉定区文明单位”、“嘉定区绿色学校”、“嘉定区体育工

作先进集体”、“嘉定区民族文化培训基地学校”、“嘉定区科技教育特色学校”“嘉定区教育科研先进集体”等。

（二）落实先前课程计划情况

1. 严格落实课程计划。根据上海市教委制订并颁发的学年度课程计划及说明，安排好学校课程计划，认真执行课程计划，按照课程计划开齐开足各类课程，不随意增减课时，严格控制周活动总量和学科教学课时，确保课程的有效实施。

2. 课程特色逐步凸显。在课程内容方面，构建了区本幸福课程为引领构建校本德育课程，以阳光伙伴、魅力手球为引领的体育特色课程、DI 创新思维为引领的科技特色课程以及少儿越剧引领的艺术特色课程受到了真新学子的喜爱，有效地推进了学生素养的发展。尤其是在科技 DI 比赛中，学校连续多年斩获“达芬奇奖”等奖项，2022 年获上海市科技 DI 比赛一等奖。

3. 多领域课程评价初步形成。学校重视全体学生的个性化发展和综合能力发展，逐步完善“拇指评价”校本评价体系，以评价推进课程实施，教师的课程评价意识也得到了有效提升。

4. 课程构建聚焦素养提升。学生发展核心素养体系，明确学生应具备的适应终身发展和社会发展需要的必备品格和关键能力。学校课程构建进一步聚焦如何提升学生综合素养，从课程内容的角度丰富学生的各种学习经历，从课程目标与实施过程中提升学生的综合素养。2022 年 4 月，新课程方案与新课程标准的发布，学科核心素养的规定进一步明晰，我校依据新课程的理念与精神，课程体系的构建得到

进一步完善。

二、课程目标

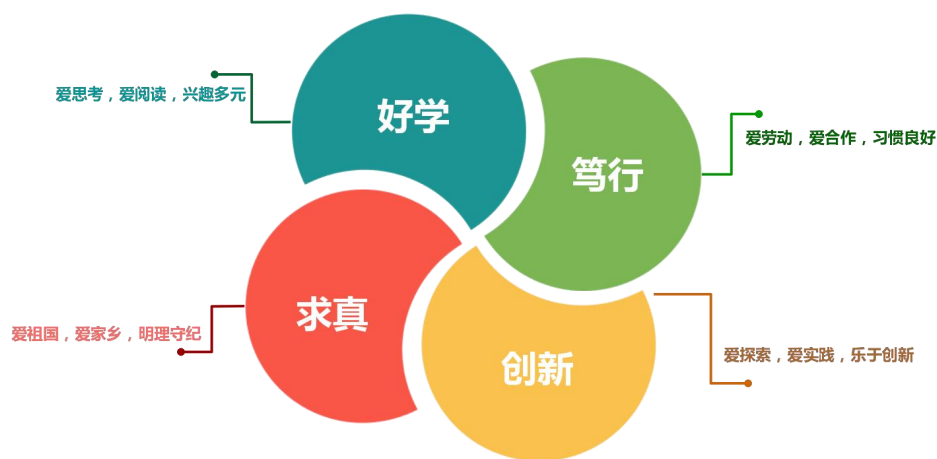
（一）学校愿景

1999年我校独立建制，建制伊始，学校根据教师、学生来自五湖四海的现实背景，不断摸索实践海派文化和师生家乡文化的交互融合，确立了“温馨教育”办学理念。十四五期间，我校努力实现“让每一个孩子在温馨中成长”的办学愿景，力图成为一所教育教学质量继续稳步提高，培育学生良好行为习惯和学习品质；具有较强教育教学改革创新实力；家长信任、师生幸福、社会满意的家门口好学校。

（二）毕业生形象

学校聚焦核心素养的培养，致力于培养“有理想、有本领、有担当的时代新人”，关注学生正确价值观、必备品格以及关键能力的形成。我校学生在五年的学习生活中逐渐达成“能做成事”“习惯做正确的事”“坚持正确做事”。因此，结合培养目标、课程方案以及我校实际与办学传统，我校毕业生形象凝练为四个关键词：求真、好学、笃行、创新。围绕着以上四个关键词，形成12项目标表征，这些方面的内涵共同构成了“真新学子”的形象特征。

表1 真新小学毕业生形象内涵一览表



三、课程结构

(一) 课程类别与课程结构

我校课程严格参照《义务教育课程方案（2022年版）》设置，包括国家课程、地方课程与校本课程。我校以国家课程为主体，以地方课程与校本课程为补充，探索优化国家课程的校本化实施，所有学生以课程标准为根据，按照规定修习国家课程，地方课程突出实践性、体验性与选择性，校本课程由学校组织教师开发，立足学生课程需求，原则上由学生自主选择。

(二) 课程设置与课时安排

以上海市教育委员会《上海市中小学 2023 学年课程计划及其说明的通知》为依据，拟定 2023 学年度本校各年级实际课程设置与课时安排计划。

表 2：真新小学各年级实际课程设置与课时安排计划表

课程、科目	年级					说明
	一	二	三	四	五	
周课时						

基础型课程	语文	9	9	6	6	6	<p>1. 每周安排一节用于写字课。</p> <p>2. 一年级开学初4周用于学习适应期“综合活动”。</p> <p>3. 小学低年级、高年级《习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》分别安排在三年级上学期、五年级上学期作为必修内容，利用道德与法治课、班队课等统筹安排，平均每周一课时。</p> <p>4. 依托劳动技术课程、社会实践活动以及课后服务时间，落实劳动教育要求。</p>
	数学	3	4	4	5	5	
	外语	2	2	4	5	5	
	自然	2	2	2	2	2	
	道德与法治	2	2	2	3	3	
	唱游/音乐	2/	2/	/2	/2	/2	
	美术	2	2	2	1	1	
	体育与健身	5	5	5	5	5	
	信息科技			2			
	劳动技术				1	1	
	周课时数	27	28	29	30	30	
拓展型课程	<p>兴趣活动 (含体育活动)</p>	4	3	3	2	2	<p>学校每周安排1个半天(按4课时计)实施“快乐活动日”，每学年安排30次，课时总量为120课时。可全校统一安排，也可分年段、分年级、分主题设计安排。部分学校经允</p>

							许，开展项目化学习(或主题式综合活动课程)，可整合实施相关课时。
	专题教育和班(队)活动	1	1	1	1	1	三年级每2周开设1课时生命教育心理健康活动课。
	社区服务 社会实践	每学年安排2周					集中与分散相结合，学生必修，低年级开展主题式综合活动。
	探究型课程	1	1	1	1	1	单独设置，学生必修；课时也可集中使用。
	晨会或午会	每天15-20分钟					
	广播操、眼保健操	每天约35分钟					
	周活动总量	33	33	34	34	34	每课时按35分钟计。

(三) 课程设置说明

1. 依托基础型课程、拓展型课程和探究型课程，落实《义务教育课程方案（2022年版）》关于国家课程、地方课程和校本课程设置及实施要求，实现培养目标。根据课程目标，结合学校实际，制定2023学年度学校课程计划，加强学校课程管理，切

实贯彻落实上海市小学课程计划。我校以校本研究为保障，聚焦核心素养，变革育人方式，强化学科实践，推进综合学习。

二、一、二年级每周课时总量为 33 节，三、四、五年级每周课时总量为 34 节。每节课的时间按 35 分钟计。

三、各年级每天安排 15 至 20 分钟的晨会或午会，每周在晨会或午会时间安排 1 次时事形势教育，每月在校、班会时间安排 1 次符合小学生年龄特点的时事教育活动。

四、各年级每天安排时间约为 35 分钟的广播操、眼保健操等体育保健活动；每周安排两次时间为 35 分钟的体育活动，活动时间可安排在拓展型课程中。

五、小学低年级、高年级《习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》分别安排在三年级上学期、五年级上学期，作为必修内容，利用道德与法治课、班团队课、校本课程等统筹安排课时，由道德与法治课教师主讲，每册集中学习 1 学期，平均每周 1 课时。

六、劳动技术、信息科技、专题教育、社区服务和社会实践的课时采用分散与集中相统一的原则。小学探究型课程落实综合实践活动要求，侧重跨学科研究性学习、社会实践，以跨学科主题学习的形式进行。

七、每周集中安排 1 个半天用于实施“快乐活动日”。学校可根据本校和学生实际情况以及相关教育要求，系统设计活动内容和形式，具体包括班团队活动、体育活动、社区服务和社会实践、专题教育等限定拓展活动以及自主拓展探究、兴趣活动、社会调查、参观考察等实践活动，做好时间安排；可全校集中统一

安排活动，也可分年段、分年级、分主题进行安排。“快乐活动日”的课时安排计入拓展型和探究型课程课时，每次按4课时计，每学年安排30次，每学年课时总量为120课时。低年级主题式综合活动课程可利用“快乐活动日”课时。

表3：2023学年快乐活动日安排表

序号	年级	类别	地点	辅导老师
1	一年级（5）	跆拳道	体操房	孙丽琴
2		看图写话	一2	邱宇
3		折纸	一3	李哲俊
4		简笔画	一4	陆丽燕
5		少儿国学	一5	刘佳怡
6	二年级（5）	剪纸	二1	王纯
7		英语儿歌	二2	胥振振
8		玩转七巧板	二3	陆丽琴
9		绘本故事	二4	张昊
10		兴趣涂鸦	二5	杨黎敏
11	三年级（8）	电脑与生活	电脑房	陶轶宏
12		魔幻粘土	魔幻粘土室	陆霞蓉
13		书签制作	三6	杨晓萍
14		树叶贴画	三2	俞瑜
15		指印画	三1	吴莹
16		快乐泡泡堂	三3	胡育杰
17		起步作文	三4	岑月峰
18		24点探秘	三5	吴萍
19	四年级（6）	手工布艺	手工布艺室	郁静珠
20		名作欣赏	四4	修海涛
21		少儿韩语	四2	许雅坤
22		跆拳道	体操房	孙丽琴

23	五年级（7）	古诗新唱	四 3	余晓璇
24		植物识别	自然室	高嵩
25		经典诵读	五 3	张秦君
26		少儿日语	五 2	严琼
27		科幻画	美术室 1	季嘉华
28		快乐魔方	五 4	沈晓燕
29		乐在棋中	棋艺室	张志强
30		炫动车模	车模室	彭国林
31		摄影	五 1	薛媛媛

八、小学一年级入学初 4 周利用拓展型课程和探究型课程的课时，落实 16-20 课时的学习适应期综合活动，重点实施入学适应教育。

九、各年级每周安排 0.5 课时用于学生阅读活动，可安排在拓展型课程课时内，也可安排在晨会或午会时间进行。

十、1 个年级每班每 2 周开设 1 节生命教育心理健康活动课，由专兼职心理健康教育教师执教。每学期至少有 1 节以生命教育心理健康为主题的班团队会和 1 次有针对性的心理健康教育和生命教育专题活动，有计划、有活动、有记录，做到全覆盖、不断线。

十一、每周各有 1 次科技活动和艺术活动，作为“快乐活动日”的内容安排在课内，也可安排在课外。我校利用主题课程节综合开展学生科学艺术体育活动，丰富学生的课程经历。

十二、上课时间一般不早于 8:20，学校不得要求学生提前到校参加统一教育教学活动，对于个别因家庭特殊情况提前到校

的学生，学校应提前开门、妥善安置；合理安排课间休息和下午上课时间，倡导学校将午休时间排进课表，午休时间不少于 30 分钟，具体形式可以由学校结合实际探索实施。

十三、根据《上海市义务教育课后服务工作指南》，坚持“愿留尽留”原则，为放学后自愿留校的学生提供免费课后服务。统筹课内外学习安排，有效利用课后服务时间，安排作业辅导、德育、阅读、科技、体育、艺术、劳动、安全实训等多种类型的素质教育活动。

表 4：嘉定区真新小学 2023 学年作息时间表

时间	内容
8:20-8:55	第一节课
9:05-9:40	第二节课
9:40-10:10	大课间
10:15-10:55	眼保健操+第三节课
11:05-11:40	第四节课
11:40-12:10	午餐
12:10-12:40	午休
12:40-13:00	午会
13:00-13:05	室内操
13:15-13:50	第五节课
14:00-14:40	眼保健操+第六节课
14:50-15:25	第七节课

15:30-16:30	课后服务 1
16:30-17:30	课后服务 2
17:30-18:00	课后服务 3
<p>备注：</p> <p>周三下午快乐活动日四节课，课间操取消。周三下午第八节课为 15:35-16:10。</p> <p>周五下午：</p> <p>课后服务 1：14:50-15:25（体活），</p> <p>课后服务 2：15:30-16:30，</p> <p>课后服务 3：16:30-18:00。</p>	

四、课程实施

（一）聚焦核心素养，高质量实施国家课程

1. 坚持素养导向，落实课程育人，开足开齐国家课程

以立德树人的高度审视国家课程的实施，构建德智体美劳全面发展的学校课程实施体系。坚持德育为先，整合各类思政课程资源，落实全学科育人，关注心理健康教育，特别是在坚定理想信念、厚植情怀、加强修养等方面下功夫；加强体艺课程，严格落实学生每天在校参加 1 小时体育锻炼。增加体育项目与艺术实践的选择性，让每位学生选择并较好掌握 2 项运动技能、2 项艺术技能；突出实践课程，切实开展劳动教育与综合实践活动，编制活动方案，有效与地方课程、校本课程进行整合实施，探索项目化、探究性、跨学科主题式等活动修习方式。

2. 加强统整设计，注重课程内容关联，探索课程整合实施

贯彻新方案“基本原则”中的“加强课程综合”，对国家课程中的学科基础课程进行统整设计，加强课程内容之间以及学科之间的关联性。

组建研究团队，深入研究新课程方案以及各学科课程标准，围绕核心素养，提炼学科目标体系，组织学科团队开发真新小学各学科学期课程纲要，进行单元教学设计，设计单元作业体系，以素养目标促进课程内容之间的整合与联系。

加强学科内任务群整合学习，进行学科知识内容的结构化，以大问题、大观念的形式创造综合学习的机会；探索跨学科主题学习，基于真实的情境与问题，构建新的跨学科主题，让学生在分析问题与解决问题的过程中理解不同学科的知识、观念与思维方式。探索课程整合实施，打通三类课程的学习路径，让学生加强各学科知识与知识之间、知识与生活之间以及知识与自我之间的勾连。

3. 完善教学管理，基于支架转变教学，推进学习方式更新

基于教学评一致性，加强教学五环节的校本精细化管理，在备课环节，加强校本“两体现”，即体现新课程标准的校本化与学校龙头课题的研究落实。在教学环节，继续加强基于标准的教学，在作业环节，建立校本作业迭代的制度，利用作业平台进行作业的优化，建设作业分层题库，在辅导与反馈环节，以“一课一题”为抓手，提高辅导的针对性、有效性。

加强学科实践，基于学习支架的设计与实施转变学习方式。以学校重点课题《促进学生思维品质的学习支架的设计与实施》为抓手，以学校各学科教研组为依托设计课堂学习支架，引导学

生利用学习支架开展学科实践与探索活动，构建“情境·支架·迁移”的教学实施路径，引导学生在一定的情境下学会运用支架，并最终能够迁移到生活实际或者其他问题情境中，“像专家一样思考与行动”，让学生借助支架，开展项目化学习、探究式学习、合作式学习，经历知识形成过程，体验并实践学科特有思维方式。

探索学科深度教研，加强教学转型的支持力度。深入学习《基础教育课程教学改革深化行动方案》等文件精神，落实嘉定区课程与教学改进五年行动计划（2021-2025），以校本研修为抓手提升课堂品质，提升教研的广度与参与度，加强教师队伍建设，推动教师教学改进内驱力的提升。以研究的力度促进我校教育数字化转型，探索多方面数字化运用场景，重视适宜学习环境的创设。

4. 注重学段衔接，激发兴趣养成习惯，因材施教达成标准

注重幼小衔接，明确三类课程的“素养——目标”体系，进一步细化表现标准，合理设计适宜低年级的课程与学习方法，一年级各学科教学要重视与幼儿园学习方式的衔接，特别要在一年级上学期注重开发活动化、游戏化、生活化的学习设计。

加强各学段学业质量标准的具体表现的研究以及达成的监控。进一步以教学五环节落实新课程标准中关于学业质量标准的规定。利用数据平台，关注不同层次学生的因材施教，提高辅导的针对性，进一步以习惯和兴趣为重点，关注学生的情感与态度，促进学生学业表现的提高，加强我校“学习十大好习惯”特色项目的落实。

（二）关注多元多样，合理开发实施校本课程

校本课程注重的是学生的个性化发展，基于学习需求，关注给予学生丰富的学习选择，因此，我校构建了“选择——研习——展示”的课程学习路径，打造适宜我校学生素养发展的校本课程体系。

合理开发与有效实施“I·LIFE”综合课程。我校校本课程链接基础学科与真实生活，在低年段，结合入学适应教育以及低年级主题综合实践活动，开展“I”课程，以“爱”为关键词，设计了“我爱学校”、“我爱自己”、“我爱伙伴”、“我爱学习”四个板块的主题综合活动。中高年段进一步注重创新实践品质的培养，结合我校传统优势校本课程——科技DI、手球、越剧，整体构建“LIFE”综合课程，基于五类课程群探索“衣食住行玩”的真实问题，培育并达成德智体美劳全面发展的素养目标。

学生在学习过程中可以依据兴趣自主选择，主要以研究、探索、体验等方式为主进行学习。学校还为学生搭建了“主题课程节”的展示学习平台，每月一次的校园主题节为学生建构温馨的课程学习时空，贴近学生的校园学习生活，丰富了学生的课程学习经历。

五、课程评价

（一）面向每个学生综合素养的“拇指评价”

结合小能人课程建设开发“拇指评价体系”，以“拇指储蓄卡”为载体，基于关注学生学习过程，建立起校本化“拇指评价体系”。以每生一册的“拇指储蓄卡”开展各课程领域的综合素养评价，以“大拇指奖章”为主要评价形式，以评价激发学生的学习兴趣，将评价融合于教学过程之中，以促进学生综合素养的

全面提升。

学校认真落实各学科基于课程标准的教学与评价。采用了“拇指+等级+评语”的表现形式，对学生的学业成绩、学习习惯、学习兴趣等开展综合评价。在具体课程评价过程中，坚持以下三个原则：一是激励原则，通过评价强化学生积极的学习情感，激发学生的学习热情，使学生在在学习过程中不断获得成功的体验和学习的快乐；二是自主评价原则，学校课程的设置是为了拓展学生的知识面，开阔学生的视野，培养学习的主动性与自觉性，因此在评价过程中要按照自主评价的原则进行；三是注重过程评价原则，各种不同类型的学校课程，强调学生的参与，关注学生在过程中的体验与感受。

（二）促进教师发展的课程教学评价

评价内容：教师对设计、开发和实施课程意识和能力；在实施过程中，对学生素养发展的反思和管理组织能力；课程目标达成情况。

多元的评价主体：实行学校评价、教师自我评价、学生评价三位合一的评价方式。

评价操作办法：学校评价——每学期通过校本课堂观察听课、听取学生意见，期末课程成果汇报等方式，根据课程开发与实施的状况以及课程目标的达成度对教师进行评价；教师自我评价——注重于课程开发的设计、实施过程的管理和发展、课程目标的达成和对学生的评价几个方面。学生评价——通过问卷调查、座谈、个别访谈调查等方法，由学生对教师作出评价。

评价反馈：具体成果进行校内展示；对课程实施需改进之处

责成教师制订改进方案。

（三）立足学习效果的课程实施评价

每学期，组织全体学生和教师开展各类课程实施的实证调查，通过反馈学生对课程的喜好程度，教师在课程实施中的意见建议，作为学校进一步改进课程构建的重要依据。

六、保障措施

（一）制度保障

1. 成立课程开发与管理领导小组，明确职责分工，责任到人。
2. 学校由校长室、课程教学部、德育活动部负责对学校课程、活动方案等进行设计开发，并组织各种与学校课程有关的交流、研究活动，创造条件为教师专业发展提供持续支持；课程教学部、德育活动部对课程实施过程进行指导，并对教师的课程实施状况作出评估。

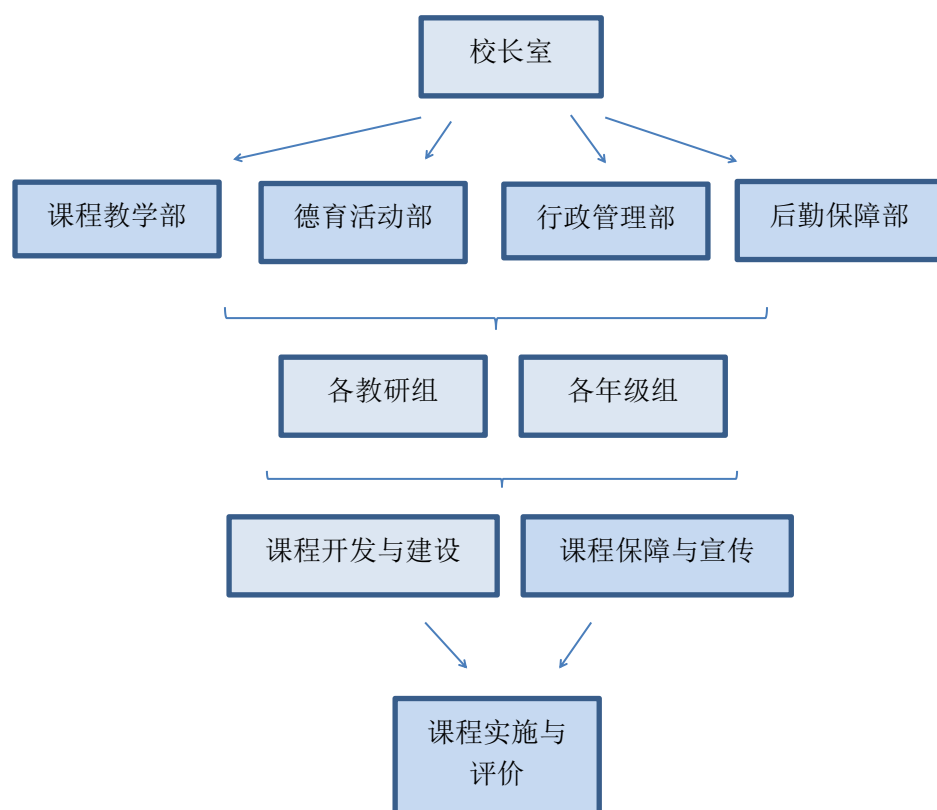




图 1: 课程开发与管理领导小组架构图

3. 课程教学部具体负责学校课程的常规管理与过程管理，及时记录教师上课情况，并对教师进行评价。组织学校课程研讨会，就学校课程内容调整与发展进行必要的、及时的研究与评价。

4. 各年级组与各教研组的教师具体负责学校课程的实施，并针对出现的问题向课程教学部反应。

5. 学校鼓励教师与教研组不断提升自身课程意识与课程开发能力；鼓励教师就学校课程提出建设性意见。教师或教研组自主开发的课程，学校将组织相关专家对课程开发的程序、课程内容的科学性等方面进行论证与评审，论证与评审通过以后才能实施相应的课程。

（二）队伍保障

课程教学部关注教师课程的执行力，提高课程的研究力，开展学科学术研讨、课程评议研讨。积极组织教师参加教研员安排进行的项目专题培训，更新课程观念，提高课程开发与实施能力，确保课程管理的有效性。发挥家长委员会和家长志愿者资源，参与校本课程开发与实施，给予家长代表对学校课程实施的知晓权、参与权和评价权。课程教学会同校长室将不断建立完善校本教师专业发展制度与课程研究制度，促进教师课程教学实施水平的不断提高。

（三）经费保障

1. 学校加大对教学仪器设备、图书资料等硬件建设的资金投入，

强化在日常管理中的使用率，提高使用效益，满足课程的需要。

2. 开辟课程实施专项经费。对课程开发，展示汇报活动，专家指导引领，课程特色项目的建设等提供经费保证，确保学校课程建设持续发展。