

申报上海市中小学行为规范示范校自评报告

续写行规教育新篇章，培育东方上善好少年

上海市青浦区东方中学

2022年5月

目录

一、管理保障制度化	3
(一) 管理育人：组织管理网格化	3
(二) 制度育人：制度建设科学化	5
(三) 环境育人：校园环境教育化	7
二、教育实施高效化	8
(一) 课程育人：目标内容层级化	8
(二) 垂范育人：教师垂范常态化	14
(三) 活动育人：学生管理自主化	15
1. 形成自主管理载体	16
2. 开展丰富育人活动	18
(1) 精心设计仪式教育	18
(2) 扎实做好入学教育	19
(3) 认真搞好大型活动	19
(4) 用心落实健康教育	20
(5) 適切抓实劳动教育	21
(6) 积极开展社会实践	21
3. 融合多元素质评价	22
(四) 协同育人：家校社合作多样化	22
1. 推行全员导师制	22
2. 构建“家-校-社”共育机制	23
3. 落实课后服务工作	23
三、示范辐射具体化	24
(一) 实践研究主题化	24
(二) 学校品牌特色化	27
1. 核心内容	27
2. 发展历程	28
3. 主要途径和方法	29
(1) 走访法院，选择案例	29
(2) 分配角色，进行预排	29
(3) 利用资源，准备道具	30
(4) 正式开庭，组织观摩	30
(5) 评价总结，组织交流	30
4. 取得成效	31
5. 示范辐射	31
(三) 展示辐射持久化	32
四、成效和思考	33

上海市青浦区东方中学是一所公办四年制义务教育初级中学，建于1994年9月。学校以习近平总书记的教育思想为指导，全面贯彻党的教育方针，坚守“循规律、无污染、可持续”为核心的“绿色教育”理念，践行“教必务实，学必求是，言必达理，行必规范”的十六字校训，传承弘扬“四千、三起”的东方精神，做强教师队伍，全面落实“双减”新政；积极应对教改新政，持续深耕课堂；擦亮学校教育品牌，坚持创新发展，着力构建“管理树形象，质量求生存，特色铸品牌，创新促发展”东方教育生态，努力办好老百姓“家门口的学校”。

十三五期间，学校以成功申报上海市行为规范示范校为契机，认真贯彻落实中共中央、国务院《新时代公民道德建设实施纲要》、教育部《关于印发〈中小学德育工作指南〉的通知》（教基〔2017〕8号）、《关于印发〈中小学生守则（2015年修订）〉的通知》（教基一〔2015〕5号）、教育部办公厅关于“五项管理”和“双减”文件、上海市教育委员会《上海市学校德育“十四五”规划》等文件精神和要求。结合学校“绿色教育”办学理念，持续深入开展行为规范教育，教会学生中学学习生活的基本行为规范，强化道德实践、情感培育和行为习惯养成，努力增强德育工作的针对性、实效性，以“管理保障制度化、教育实施高效化、学生行为自主化、示范辐射多元化”的“四化”协同育人为基础，走出了一条行规教育特色之路，为培养有幸福生活能力，有人文素养，科学思维，家国情怀，时代视野的东方上善少年“扣好人生第一粒扣子”。

自2003年来，学校连续9届成功争创上海市文明单位（2017开始，市文明校园），获2018年创建全国文明校园先进学校（推荐校）、2021年全国青少年普法教育先进集体（推荐校）、2021年教育部第三批全国中小学中华优秀传统文化传承学校（传承项目：民族民间音乐）、2019年教育部政策法规司颁发的“青少年法治教育协同创新中心实验校”、上海市行为规范示范校、上海市中小学心理健康教育达标校、上海市依法治校示范校、上海市安全文明校园、上海市平安示范单位、上海市家庭教育示范校、青浦区学校办学水平优质示范学校、2018-2019学年青浦区师德师风建设优秀项目、2017-2019学年德育综改行动区级优秀等荣誉和称号。多名学生荣获评青浦区十佳新时代“上善”好少年、青浦区五十优新时代“上善”好少年称号。

一、管理保障制度化

(一) 管理育人：组织管理网格化

学校构建行为规范教育管理网络体系，成立由校长书记室、校级家委会、法治副校长与社区（居委会）共同负责的行为规范教育领导小组，具体负责学校行为规范教育规划、指导、实施和评估；成立行为规范教育工作小组，由德育处、教导处、学生处、团队室、心理室、总务处、年级组、班主任、导师团、年级班级家委会、街道青保办、社区居委会等共同构建的“家-校-社”三位一体行为规范教育体系，明确责任，合理分工，定期指导、研讨行为规范教育工作，保障学校行为规范教育各项工作有效实施，健全行为规范教育管理与教学管理机制，行规教育管理网络体系见图 1-1，其管理部门具体分工见表 1-1 所示。

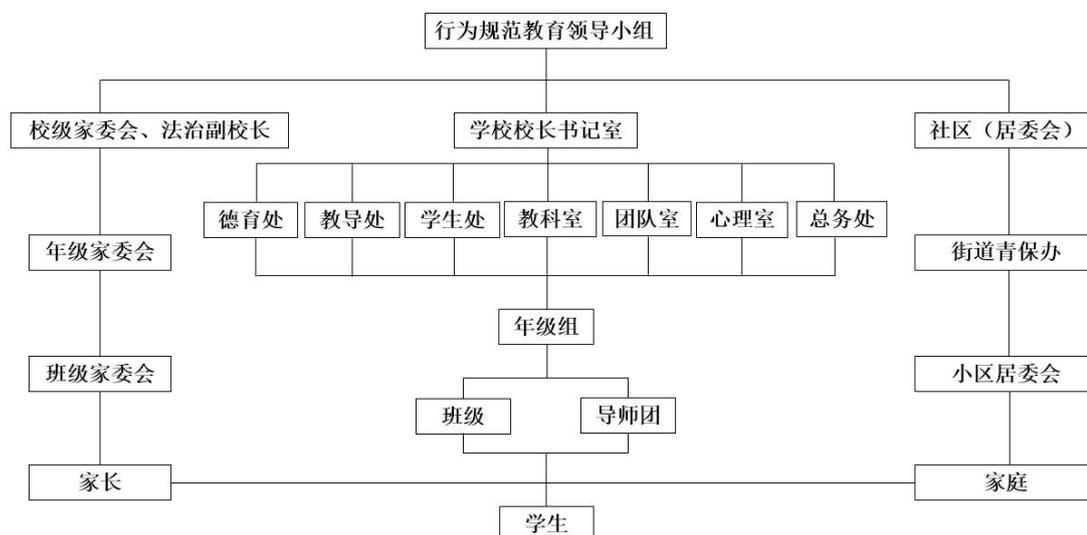


图 1-1 东方中学行为规范教育管理网络体系

表 1-1 东方中学行为规范教育领导机制和职能分工表

职能部门	具体分工
校长书记室	负责行规教育顶层设计、全面领导行规教育的各项工作。
教导处	指导教师在学科教学中的渗透行规教育并在教师中加以推广。
德育处	负责家委会、家长学校、班主任队伍、年级组建设及班主任考核，构建行规教育课程。
学生处	配合德育处开展学生日常行为的行规教育及相关活动。
总务处	参加学校的校园文化和行规教育环境建设，做好行规教育的后勤保障工作。
团队室、心理室	发挥团队在行规教育中的中介作用，对学生进行心理纾困、保健疾控等工作。
教科室	开展行规教育中的相关课题研究及时进行工作总结和经验辐射。
家委会、社区（居委会）	定期开展家庭教育宣讲、校外实践拓展等活动，构建“家-校-社”三位一体的行规教育管理体系。

学校将行为规范教育纳入十四五规划《打响东方品牌，实现更高质量的发展》，全面深化行为规范教育内涵，着力培养担当民族复兴大任的，有幸福生活能力，有人文素养，科学思维，家国情怀，时代视野的东方上善好少年。同时，确立了学校行规教育目标：“遵约守纪、行必规范、博修雅行”。根据学校工作计划，德育处初步制定每年每学期的德育工作计划。在德育分管副校长指导下，待相关领导审核批准后，进一步完善工作计划并形成定稿，有序落实各项德育工作。学期结束时，德育处定期开展检查、评估并反馈，将德育相关工作小结一并归档。

自 2021 年 9 月起，学校制定“全员导师制”工作实施方案，并将全员导师制纳入行为规范教育管理体系，明确导师基本职责，确立实施“全员导师制”的目标，建立导师匹配机制，落实家校沟通管理，推进落实导师制工作（三项“规定工作”和十项“自选动作”），联合各部门评价考核。在学校公众号、校园网及区级公众号“青浦教育”上及时推送相关做法和经验总结，充分发挥全员导师制功能，全体教师在行为规范教育方面形成合力。

疫情期间，形成学校、家庭、社区三方联动，线上线下结合的行为规范教育网络和运作机制，通过线上家长会、线上主题班会（或晨会）、线上导师联动、

线上专家讲座、社区抗疫志愿活动、学生家长感悟征集宣传等形式，助力“家-校-社”形成合力，同时加强行规教育，引导学生养成自律、及时、主动、独立的生活习惯和学习习惯，培养人际交往能力，加强公共规范意识。

（二）制度育人：制度建设科学化

学校对行为规范教育的定位准确、理念科学。基于学校“培养有幸福生活能力，有人文素养，科学思维，家国情怀，时代视野的上善好少年”的培养目标，经校行政领导小组与行规领导小组商讨，制定学校行为规范教育目标：遵守守纪，即通过德育活动来指引、规范、学生的认知和行为；行必规范，即通过德育活动效果内化为规则意识，外化为良好的日常行为规范，好习惯成自然；博修雅行，即“博修”而至“雅行”，从人文素养到科学思维的“修”，到具有“家国情怀、时代视野、幸福生活能力”的雅。将行规教育中特色课程、品牌项目纳入学校整体教育发展规划的重要内容之一。学校重视全员育人，全体教职工在行为规范教育方面能形成合力。以学校十六字校训为引导，立足“知”“行”，采取寄寓于活动、渗透于课堂、示范于师德、训练于习惯、熏陶于环境的方式，多层次创设学生修习平台，在行为规范教育目标、内容、形式、特色等方面不断探索改进，形成了“我在东方的四年”和“我在东方的每一年”行规教育基本路径，达成学校培养和行规教育目标。

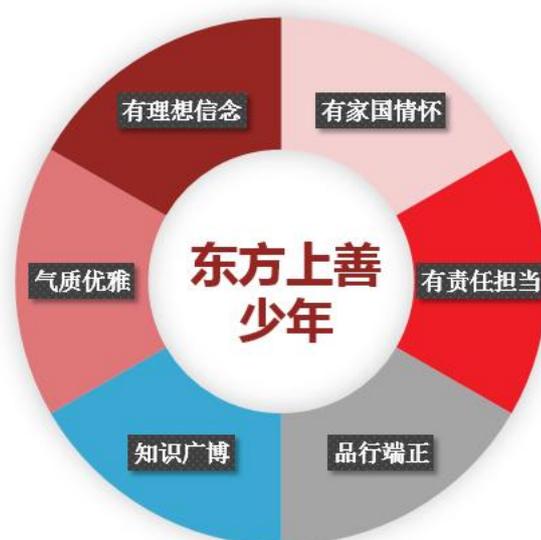


图 1-2 “我在东方的四年”行规教育路径

表 1-2 “我在东方的每一年”行规教育路径

月份	一月一主题	教育活动
9月	做一个品行端正的人	开学第一课，行规教育，安全教育，校运会
10月	做一个爱国爱党的人	爱粮节粮教育，法治教育，涉台教育
11月	做一个身心健康的人	心理健康教育，冬锻月
12月	做一个趣味高雅的人	安全教育（居家、交通、锻炼、网络等），法治教育；唱红歌—艺术月，东方少年论坛
1月	做一个诚实守信的人	社会实践活动，诚信教育
2月	做一个气质文雅的人	读书活动
3月	做一个博爱大度的人	学雷锋活动
4月	做一个信念坚定的人	革命传统教育
5月	做一个责任担当的人	劳动教育，家庭教育指导，东方少年论坛
6月	做一个理想远大的人	励志教育，东方达人秀
7月 8月	做一个善于学习的人	社会实践，“雅行天下”研学活动，环境教育

学校制度建设不断完善。依据教育部《中小学教育惩戒规则（试行）》及“五项管理”等文件精神，修订和完善《学校行规规章制度汇编》，制定了《东方中学德育综改三年行动计划》，已形成较顺畅的运行机制，各项规划中均体现行为规范教育内容。以争创上海市依法治校示范校和“强基行动”为契机，完善了相关制度文件，详见表 1-3。

表 1-3 东方中学行规教育相关制度

板块	序号	行规教育相关制度
学生	1	《东方中学“上善美德少年”评选方案》
	2	《东方中学 EP 志愿者联盟》
	3	《东方中学值周班工作方案》
	4	《东方中学校服管理制度》
	5	《东方中学学生食堂文明用餐管理办法》
	6	《东方中学值周班制度》

	7	《东方中学学生一日常规》
	8	《东方中学学生手机使用管理办法》
	9	《东方中学课后服务学生守则》
	10	《东方中学学生请假销假制度》
	11	《东方中学黑板报检查要求和评分细则》
	12	《东方中学班容班貌检查评分表》
教师	13	《东方中学班主任工作细则》
	14	《东方中学班主任家访制度》
	15	《东方中学教师行为规范教育制度》
	16	《东方中学好教师评选办法》
家庭	17	《家长委员会工作制度》
	18	《东方中学家委会章程》
	19	《东方中学家委会组织架构及主要职责》
	20	《东方中学家长委员会工作制度》
	21	《东方中学班级家长微信群公约》
	22	《东方中学家长接送孩子制度》
	23	《东方中学家长学校工作制度》
	24	《东方中学好家长评选细则》
其他	25	《东方中学“三结合”德育工作联席会议制度》
	26	《东方中学半日开放活动制度》
	27	《东方中学升降国旗制度》
	28	《东方中学空调使用制度》
	29	《东方中学垃圾分类管理制度》
	30	《东方中学作业常规制度》

（三）环境育人：校园环境教育化

校园环境默化学生的思想意识和行为规范。以创设时时处处渗透行规教育的景观式校园为目标，学校从2019年至今校园的修缮中，不断完善校园绿化建设，增设大型电子屏、朗读亭、教室空调、电子围栏、安装外来来电显示、报警装置等公共设施和功能，改造图书馆、厕所，更新饮水、教室灯光等，篮球架，重建

操场，定期检查、报废和增置消防设施，联合相关政府机关布置校园监控，创建智慧校园。为创设具有文化内涵的景观式校园，以“互联网+”为背景，建设学校广播、网络、微信宣传渠道，增添传统文化公益广告、社会主义核心价值观宣传牌、东方之星、东方广角、晖曜东方宣传牌等，强化精神文明建设，营造校园人文环境氛围。学校对师生开展进、离校礼仪和食堂用餐训练，广播操进退场演练，突发情况应急训练等。深化东方文化内涵，充分发挥育人功能。

为创设整洁、美观、温馨的教室环境，学校利用假期粉刷所有教室，安装核心价值观宣传栏。每个教室门口安装有班级特色的个性化名片栏，显现班级特色，班级文化氛围浓厚，形成“一班一文化”。每班均配有黑板报、读书角等功能区域，给学生营造温馨、舒服的学习环境。

学校每年举办经典活动及年度东方好教师、东方好家长、东方好少年等事迹做成展板宣传展示，开展班级团体操训练和比赛、师生足球赛、师生篮球赛等，使师生精神面貌在舒适环境中积极向上，师师、师生、生生、家校、亲子关系融洽。

二、教育实施高效化

（一）课程育人：目标内容层级化

依据学生身心成长规律和发展现状和《中小学生守则（2015年修订）》的要求，结合学校发展理念和基础，制定学校行规教育目标分遵约守纪、行必规范、博修雅行三个层次。在各年级分层目标和内容上，去掉“不”，突出正向引导，增加上善研学要求。四个年级行规教育的分层目标和内容见表2-1所示。

表2-1 四个年级行规教育的分层目标

年 级	分年 级行 规目 标	重点要求	主要载体
六 年 级	迈 好 文 明	1. 会唱国歌、校歌，了解国徽含义，识记国旗，军旗，党旗，团旗，队旗，校徽，校旗，关心时事，爱护校园。 2. 关心集体，友爱同学，热爱老师，乐于助人，讲	入学教育 团体操比赛 换巾仪式 校歌比赛

	第一步	<p>究文明，礼让他人，言行大方，待人诚恳；遵守交通规则，公共场所要安静讲秩序。</p> <p>3. 合理安排作息时间，课间文明休息，爱护校园环境，保持个人卫生，用餐遵守秩序，不浪费粮食。</p> <p>4. 上课肯动脑，学会做笔记。独立完成作业，字迹端正，格式规范，学会自己的事情自己做。主动参与“红色研学”活动。</p> <p>5. 学习并遵守《中学生守则（2015年修订）》《东方中学一日常规》校规校纪、参与制定并维护班规班纪。</p>	<p>德育实践活动</p> <p>家校开放</p> <p>红色研学</p> <p>值周班</p>
七年级	迈好成功第一步	<p>1. 热爱祖国，热爱家乡，尊敬国旗、国徽，升旗仪式时自觉高唱国歌，队礼姿势标准。外出活动听从安排，文明出行。</p> <p>2. 有集体荣誉感，积极为班级、学校争荣誉。</p> <p>3. 待人接物举止文明，与人交流热情大方。</p> <p>4. 懂得勤俭节约，能帮父母做些力所能及的家务。积极参加体育锻炼，掌握一种锻炼方法。</p> <p>5. 学习上勤于思考，认真听课。做好预习复习工作，主动消化新知识，努力培养自主学习能力。能自主进行“绿色研学”学习。</p>	<p>团体操比赛</p> <p>铭言宣誓</p> <p>绿色研学</p> <p>EP 志愿</p> <p>值周班</p>
八年级	迈好青春第一步	<p>1. 知晓中国历史，做一个具有民族自豪感、自尊心、自信心的正直善良的中国人。</p> <p>2. 尊敬老师，与同学和谐相处，互帮互助；孝敬父母长辈，体会父母养育的不易。努力培养自己的集体责任和家庭责任。</p> <p>3. 待人接物举止大方，交友真诚，讲究诚信。学会健康的异性交往。心胸开阔，是非分明，自尊、自信、自重，树立坚定的人生信念。</p> <p>4. 掌握正确的学习方法，有良好的自学习惯，能举</p>	<p>团体操比赛</p> <p>青春仪式</p> <p>模拟法庭</p> <p>师生足球赛</p> <p>值周班</p>

		<p>一反三，努力学好各门文化科学知识。主动在《模拟法庭》项目中承担任务。</p> <p>5. 遵守公共安全规则，爱护公共财物，注重绿色环保，做到垃圾分类。</p>	
九年 级	迈 好 理 想 第 一 步	<p>1. 初步了解我国基本国情和党的基本路线。维护祖国与民族的尊严，没有损害国格的言行。</p> <p>2. 真诚待人，有合作意识，保持和谐的人际关系。在家庭中能主动与父母沟通、理解、体贴、尊重父母。</p> <p>3. 以身作则，主动维护校园秩序。</p> <p>4. 正确评价自己，善于发挥潜能与优势，提高学习效率。有坚强毅力，有拼搏精神，有探究意识和能力。</p> <p>5. 自觉遵守道德规范和维护社会公德，自觉遵守公共秩序，做一个具有社会责任感、使命感的人。</p>	<p>团体操比赛</p> <p>毕业仪式</p> <p>师生篮球赛</p> <p>值周班</p>

结合时代性和地域性，为体现学校特点，为满足学生发展需求，学校将行为规范教育内容聚焦生活行为规范、学习行为规范、劳动行为规范、卫生行为规范、礼仪行为规范、网络行为规范、学校集体规范和社会公共规范。具体项目对标德育目标及目标内容见表 2-2 所示。

表 2-2 行为规范项目德育目标与内容表

行为 规范 项目	目标	目标内容
生活 行为 规范	自理 节俭	<p>1. 逐步适应初中的生活节奏。合理安排作息时间，做到每天按时起床，按时睡觉，保证充足睡眠时间。</p> <p>2. 吃好一日三餐，做到不挑食，多饮水，文明用餐。</p> <p>3. 学会自己料理个人生活，自己的衣物用品收纳整齐。</p> <p>4. 生活节俭，不互相攀比，不乱花钱。</p> <p>5. 积极参加体育锻炼。</p>

<p>学习 行为 规范</p>	<p>勤奋 专心</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 逐步适应初中生的学习节奏。按时到校，不迟到，不早退，不旷课。 2. 上课前准备好学习用品，不随便讲话，发言时先举手。上下课时，起立向老师致敬。 3. 认真做好预习、复习工作。 4. 上课专心听讲，积极思考，根据教师要求有秩序地进行活动。 5. 朗读姿势正确，眼与书之间保持一定距离。 6. 作业按时独立完成，不少做、漏做，不抄袭他人作业。 7. 作业书写端正，卷面整洁。按学科老师要求的格式完成作业。对作业中出现的错误，及时订正。 8. 考试、测验独立完成，自觉遵守考试规则，不作弊。
<p>劳动 行为 规范</p>	<p>认真 尽力</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 热爱劳动，能够认识到劳动是一件光荣的事情。 2. 学会正确使用扫帚、畚箕、拖把等劳动工具并能将劳动工具摆放整齐。 3. 认真做好学校值日生工作，与同学合力将教室打扫干净，课桌椅排整齐，垃圾袋装化，并能放到垃圾箱里。 4. 在家能整理自己的书包、整理自己的床铺和整理自己的小房间等。 5. 在清洗劳动工具时注意节约用水。
<p>卫生 行为 规范</p>	<p>整洁 卫生</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 保持个人卫生，保持外表整洁，做到勤洗澡、勤洗手、勤换衣，不留长指甲，男生不留长发。 2. 不随地吐痰，每天随身带手帕或餐巾纸。 3. 注意用眼卫生，眼保健操动作正确、到位。 4. 保持教室环境卫生，地上无纸屑、无污迹，墙面等无浮灰，讲台整洁，课桌椅排放整齐。 5. 班级卫生角整洁，卫生角中工具摆放整齐。不乱扔纸屑、杂物。

<p>礼仪 行为 规范</p>	<p>礼让 真诚</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 礼貌用语，在校讲普通话。 2. 早上进校门主动向值日老师问好，碰到老师主动问好。 3. 在校规范佩戴好红领巾、胸卡等各类标志。 4. 举止文明，不说脏话，不骂人，不打架。同学之间有磨擦，互谅互解或主动请老师解决。 5. 回答老师问话要起立，接受递送物品用双手。 6. 做错事情能主动承认错误，并赔礼道歉。 7. 上、下课时起立向老师致敬，下课时，请老师先行。
<p>网络 行为 规范</p>	<p>安全 自护</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 学会正确使用网络的方法。 2. 利用网络进行学习，不浏览不良信息和不健康网页。 3. 不去网吧等不适合中学生活动的场所。 4. 参与手机、电脑娱乐和网络游戏时要掌握一个“度”，不沉溺于虚拟时空。 5. 增强自我保护意识，不随意透露个人信息。 6. 利用QQ、贴吧、微博、微信等与人交流时要诚实友好交流，不侮辱谩骂他人。
<p>学校 集体 规范</p>	<p>文明 守则</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 逐步适应初中学习时间，按时到校，不迟到，不早退，不随意请假。 2. 课间文明休息，不在教室和校园内追逐打闹喧哗。 3. 爱护校园内的一切建筑设施，花草树木，严禁在墙壁、门窗，桌椅乱画，搬动桌椅要轻拿轻放。 4. 节约用电，严禁损坏灯管、电器开关等。节约用水，养成关紧水龙头的良好习惯。 5. 每日放学后做到关窗、关灯，锁门。 6. 教室的门窗、墙壁、黑板、玻璃、广播喇叭、讲台、课桌、卫生工具、教育用具选专人负责管理。

社会 公共 规范	守法	1. 尊重国旗、国徽，奏国歌时肃立、行队礼。动作规范，大声唱国歌。
	自律	2. 走路遵守交通法规，不闯红灯，过马路走人行横道， 3. 遵守公共秩序，乘公共交通工具，主动购票。 4. 爱护公用设施，爱护花草树木，不破坏、采摘花草。 5. 公共场所不喧哗，瞻仰烈士陵园等相关场所保持肃穆。 6. 观看演出、比赛，不起哄滋扰，做文明观众。在图书馆看书要安静，借阅书刊要爱惜，按时归还。

回归学科育德，抓好课程育人，充分发挥课堂教学的主渠道作用，挖掘学科教学中的育人价值，抓好抓实行规养成教育。学校结合“双减”政策和“五项管理”要求，将行规教育内容细化落实到各学科课程教学目标中，融入渗透教育教学全过程，培养学生必备品格和关键技能。体现不同学科在行规教育中的共性和个性，具体如表 2-3 所示：

表 2-3 不同学科育人的主要目标

学科	主要目标
道法、语文、历史、英语等	国家认同、时代视野、人文素养等
数学、科学、物理、化学、生物等	科学素养、勇于创新、求真求实等
音乐、体育、艺术等	审美情趣、健康体魄、意志品质等

学校通过年级组和教研组两条线，引导全体教师充分发挥课堂教学的主渠道作用，对学生进行行为规范教育。在教学分管领导的指导下，教导处在学期初的教研组长、备课组长会议中明确各学科德育渗透指南，强调学科育人的重要性，要求在课程实施中充分关注学科教育学科核心素养，尤其是有关“过程与方法”和“情感态度价值观”部分的落实。年级组研修聚焦学生学习态度、学习习惯和思想动态，研讨在课堂教学中适当运用激励、评价等手段，显性或隐性地引导学生行为规范的养成教育，让行规教育融入课堂教学和评价的方方面面，形成德育为先的全方位行为规范养成教育的氛围。

将“前后贯通学，及时跟进学”的学习“锦囊”落实到教学过程中，有效促进学生养成良好的上课、预习、复习和作业习惯。各教研组全体教师各显神通，通过形式多样的预学单、新课笔记、复习笔记，助力学生形成课前预学，课中专

心听讲、积极思考、勇于提问、学会总结，课后复习归纳，独立、及时完成作业的良好学习习惯。

作业管理是行规教育融入教育教学的重要抓手，也是落实“双减”和“五项管理”工作的重要内容，为切实减轻学生过重的学业负担，我校以作业管理为切入点，以备课组为单位，以评估学生学业水平为基点，合理制定作业结构比例，严格把控作业完成时间。在年级内公示作业内容，备课组长负责记录备案，教导处、分管领导对作业布置行监督管理职责，学生可根据做作业的实际感受和问题进行越级反馈，以便督促备课组及时改进作业内容和配比。同时，学校正尝试作业大数据管理，利用社会资源对学生考试、作业的数据分析，教师结合反馈和自身教学情况，提高作业布置的针对性，作业辅导的精准性。通过作业管理渗透行为规范教育，帮助学生形成自律、独立、主动的学习习惯。

学校不断优化完善考场情况登记、考场规则、监考规程等完善考试相关制度和流程，同时在每次重大考试前开展考前教育，确保学生具备较强的道德责任感，杜绝考试作弊的行为。

通过问卷调查，分析学生的学习习惯，以国旗下讲话和各类集会活动，搭建学生自主分享学习心得的平台，促进学生交流高效学习方法。同时，关注学生全面发展，注重开展各类课外阅读活动，包括红读为核心的阅读活动，通过坚持课外阅读，拓展学生的思维和眼界。

以班会课、心理辅导课程和线上微课为平台，合理安排好学生自主学习、闲暇生活时间。尤其是疫情期间，引导学生重视合理安排作息，配合学习行为，提高学习效率，做时间管理的主人。

（二）垂范育人：教师垂范常态化

以制度促进师德垂范常态，学校根据《新时代中小学教师职业行为十项准则》、《关于加强和改进新时代师德师风建设的意见》等文件，制定《东方中学师德建设制度要求》、《青浦区东方中学教职工日常行为规范守则》、《东方中学师德师风建设项目方案》、《“四干”指标和要求》等有关学校师德师风建设的制度文件，以《塑“博雅”形象，做“四有”教师》为主题开展师德师风建设。组织教师学习《新时代中小学教师职业行为十项准则》、《关于加强和改进新时代师德师风建设的意见》以及于漪老师的先进事迹，结合《东方中学教师师德问卷表》、《东方中学教师教育、教学情况调查问卷》等方式了解学校师德师风建设现状，

依据实际及时动态调整师德规范和道德修养建设实践方案，不断增强遵守师德规范和维护为师形象的行动自觉，明底线、学先进、做表率，争做“四有”好老师。

以论坛深化师德垂范常态，作为东方中学的品牌，学校自建校初至今，每学期都要举行一次主题鲜明的东方教育论坛，至今已经举行了 55 届。每次论坛学校都进行了精心的准备，全体教工、部分学生家长及社会人士参加。从方案到实施，从形式到内容，从人员的参加到资料的汇总已形成制度，这在青浦区所有学校中是绝无仅有的，她已是学校全体师生文化生活中一个重要内容，2019 年 1 月至 2021 年 1 月共举行的五届，详见表 2-4：

表 2-4 东方中学东方教育论坛一览表（2019.1——2021.1）

届别	时间	主题
第 49 届	2019. 1. 22	“绿色教育” ” 在深化，“新课堂实验”再出发
第 50 届	2019. 6. 29	讲教育故事 传东方声音
第 51 届	2020. 1. 27	我们的使命——故事里的教学季
第 52 届	2020. 6. 29	德高为师，身正为范
第 53 届	2021. 1. 22	讲政治强作风 厚植红色基因

除此之外，学校利用暑期时间，对教师发展工作室的老师进行集中培训，曾邀请市教委倪闽景等教育专家作主旨发言进行高位引领。

以舆论氛围巩固师德垂范常态。学校开展师德师风建设大讨论、东方好教师评选活动、抗击疫情优秀教师评选、“争做新时代教师”征文等活动，充分发挥《东方》校刊宣传功能，树立校内“四有”好教师典型。在党支部引领下，充分发挥党员带头模范作用，加强学校干部队伍建设，学习贯彻教育大会精神，以党建带团建，提升党员、团员教师师德规范意识和自身道德修养。以点带面，推动教师成为先进思想文化的传播者、学生健康成长的引路人，营造温馨愉快的教育氛围，构建和谐积极的师生关系，形成强大正能量，潜移默化地引导学生良好行为习惯的形成。

（三）活动育人：学生管理自主化

学生自主管理工作是学校管理工作中的重中之重，通过搭建自主管理平台、开展丰富教育活动、融合多元素评价，实现学生生活习惯健康化、学习习惯科学化、人际交往和谐化、公共规范样板化。

1. 形成自主管理载体

为了让学生学会自主管理，做自己的主人，锻炼“自主、自理、自立”的能力，使学生成为“活动的组织者、实践者、探索者和创造者”，学校不断探索形成了具有学校特色、适合学生年龄特点的学生自主管理载体——“东方 EP”，自主管理模式——“双向双管”自主管理载体。所谓的“EP”意于东方保护——Easten Protection，工作从保护校园环境、对校内行为规范进行督查，对各大会议及活动进行保安与协调，使活动顺利开展，后逐渐延伸到以组织开展系列社会志愿者服务，同时注重资源整合，加强阵地建设和活动建设。在各级领导的指导帮助中，进一步有效地整合街道、社区、公安分局、交警中队、法院、敬老院等社会资源，建设了一个以青年教师带领的适合初中青少年学生践行社会责任的新阵地，使得社会责任教育的主题活动的开展更加有效，并形成常规。

EP 志愿者联盟主要服务对象可以分为校内和校外两大块。在校内主要是发挥维护和对全体学生日常行为规范的监督与引领作用。校内监督人员都是来自志愿青年教师和各中队的行为规范示范员，他们每天在早、中、晚固定的三个时间对 2010 年起就开始执行的“三 JING（静、净、敬）”进行监督，三 JING 指的是（如表 2-5 所示）：

表 2-5 “三 JING” 三级指标

一级指标	二级指标	三级指标
静	预备铃	1. 预备铃后及时进教室上课，并保持课内安静。
	晨午自修	2. 进入教室，值日班长到位，井然有序。
	课间午休	3. 文明休息，不大吵大闹、嬉戏追逐，不在工地隔离带附近嬉戏逗留。
	广播操	4. 整队入场及做操时，听从指挥、安静有序迅速。
	眼保健操	5. 按席就座，保持安静并认真到位。
净	教室	6. 建立并完善值日生制度、大扫除制度、卫生常态保洁制度。
	环境	7. 课桌椅摆放整齐，不在桌椅上乱涂乱画。
	境	8. 保持讲台（电脑台）整洁，尤其是台面和台内的清洁。

		9. 保持地面清洁，做到无纸屑、污迹等。
		10. 墙壁四周、门、窗台清洁。外墙相框、开关无灰尘。走廊玻璃清洁明亮。黑板槽内无积灰，能做到及时清洁。
		11. 及时清理垃圾，垃圾清理袋装化。
		12. 扫帚、畚箕、拖把、抹布等洁具按规定摆放整齐。
	走廊栏杆	13. 及时打扫，无脏迹，保持整洁
	值日生	14. 做好值日工作。要求地面干净、桌椅整齐一致、门窗电器关好。
	午餐	15. 有序排队、轻拿轻放、安静就餐、尽量吃完，保持整洁。
	校园环境	16. 绿化包干，清扫整洁；不在校园中乱扔纸屑、饮料瓶、包装纸等杂物。
	单车停放	17. 自行车按规定地点停放整齐，并有专人负责。
敬	升旗仪式	18. 尊重国旗、国徽，升旗仪式做到肃立，行队礼。
	人际关系	19. 尊敬老师、同学，遇到老师主动问好，与同学和睦相处。
	仪容仪表	20. 进入校园按规定佩戴领巾、胸卡等各类标志，不随意摘下。
		21. 坚持穿校服，仪容仪表大方得体，符合中学生要求，不戴首饰不染发。
	文明用语	22. 讲普通话，使用礼貌用语。
	文明习惯	23. 爱护公物，不损坏桌椅、门窗、绿化等。
		24. 珍爱生命，不吸烟、不喝酒。
25. 遵守网络道德，不进营业性网吧等不适宜学生进入的场所。		

对每项检查的成果有着详细的记录（每周一本记录册）对加分和扣分的班级进行及时反馈（反馈单），对每周检查的 29 个班级进行排名，选出前 10 名每周二广播操时间进行全校表彰，最后学期结束进行“行为规范示范班”的评选，每周进前十名的班级次数的多少是及其重要的依据。长此以往，老师和同学们对此检查都非常重视，如果自己班级没进入前十的，班主任、班长等就会主动向检查的老师和同学询问没进前十名的问题出在哪里？回去对不足的地方进行教育、训

练和改进！学生以能进入 EP 队伍为荣，要成为其中的一员先得有各中队公平选举，挑选出在“行为规范”方面做得比较好的同学，然后由中队辅导员进行推荐进入。为了不使其学习受到到影响，不增加志愿者的负担，我们会轮流值班，每天有 4 名志愿者，分单周、双周交叉进行（即每个志愿者两周轮到一次），同学能对志愿者工作执行情况也进行“反监督”，要是检查与监督者自己都做得不好的情况下，对志愿者的进行替换。这支队伍一直保持在 40 人左右，为了激励这些志愿者提高他们的荣誉感和归属感，学校每年暑假都会组织这些志愿者进行为期两天的暑期夏令营活动，在游玩的同时进行 EP 工作交流，彼此学习与分享工作经验。

值周班轮值管理全校行为规范和环境卫生，岗位遍布校园，时间贯穿全天。同时以老带新的 EP 志愿者社团开展示范和督查。在教师指导下，两条线同时发力，维护学校的校风，校纪、校容、校貌，检查学生的行为规范、仪表、室内外卫生、纪律等。检查结果在每周二向全校反馈。形成全校学生参与的“一天一检查，一周一反馈，一月一评比”长效机制。

目前，团队干部自主管理与发展出现在更多领域，呈现出多样化。由学校德育分管领导牵头，在德育处、校团委和大队辅导员、班主任的指导下，通过“东方 EP”自主管理，团队干部配合，开展全校参与的“东方之星”以及“行规示范班”评比、表彰等各项活动，充分发挥学生主体性。在入学教育课程中，由团队干部负责对新生开展礼仪训练；在“红色研学”、“绿色研学”等活动中，由团队干部担任小组长组织开展活动；在“行学长三角”研学活动中，由老团队干部组织活动对新团队干部开展东方精神传递与经验传授；在“家校开放日”等活动中，由学生志愿者对家长开展服务工作。

2. 开展丰富育人活动

（1）精心设计仪式教育

学校将每一次升旗仪式作为对学生国歌礼仪训练的最好契机，培养学生尊敬国旗国徽，升国旗时，面向国旗肃立、神情庄重、行礼规范、唱响国歌。学校每周一次的升旗仪式是对学生进行爱国主义教育的重要途径和方法之一，大大激发了学生的爱国之情。升旗仪式中，学校“国旗班”是一道亮丽的风景线，学员们通过学校组织培训学习，明确升旗仪式程序，做到标准、规范。升旗仪式结束后，

学校领导、教师或学生代表的国旗下讲话形成主题系列，内容涵盖爱国主义教育、传统美德教育、时事热点、校园新闻等方方面面，每周二值周班还会对上周校园卫生与行为规范总结反馈，使学生时刻牢记遵守校纪校规，将个人表现与班集体的荣誉捆绑在一起，培养集体观念。

学校对“六年级换巾仪式”、“七年级铭言宣誓”、“八年级青春仪式”、“入团仪式”和“九年级毕业典礼仪式”少代会等开展微改革，通过学生自主筹划、编排、遴选、彩排、主持、参与，充分发挥学生自主性。让学生受到思想洗礼和价值观的教育之外，掌握仪式上的各种礼节、服装服饰要求、仪容仪表要求等。在仪式中，特邀区“上善讲堂”讲师团教授来校作《自我认识与情绪疏导》等心理辅导讲座，校心理专职教师也开展主题为《你好，青春期的情绪》等心理讲座，引导同学们正确认识、对待、处理自己的情绪，做一个态度温和的人。

(2) 扎实做好入学教育

每年8月底，对六年级新生开展为期2-3天的政训活动，渗透行为规范和礼仪教育。让每位新生踏进校门就了解学校发展历史、培养目标，熟悉一日常规和各项要求，通过学习和训练养成良好生活习惯和学习习惯，遵守校纪校规，遵守班纪班规，爱护公共财物，爱护校园环境等公共规范意识。在开学初，开展以学校讲座、班级黑板报、主题班会、亲子共学、征文评比、家访等形式，以“安全教育，依法治校”、“文明校园，快乐你我——做一个有道德的人”、“争做新时代东方上善好少年”等为主题的教育实践活动，通过坚持以立德树人为根本任务，以“做一个言行文明、举止优雅的东方人”为主旨，以培育和践行社会主义核心价值观、上海城市精神为重点，从未成年人思想道德建设的实际出发，遵循未成年人身心特点和成长规律，进一步引导学生积极参与各种形式的教育实践活动，从身边小事做起，从一点一滴做起，践行文明礼仪、增强道德意识和安全意识，养成良好习惯、培养高尚品质，成为有文明、有修养的东方上善好少年。

(3) 认真搞好大型活动

学校每年利用“六年级家校开放日”、“艺术节”、“体育节”、“科技节”、“思品节”等活动对学生进行活动纪律、团队配合、形体训练、舞台礼仪训练等，使学生掌握各种场合的行为和礼仪要求，逐步达到博修雅行的目标层次。每年学生自主策划、主持、开展“东方少年论坛”活动和唐仲英爱心奖学金等，充分发挥队员们的自主性，为学生树立“言行举止文明，态度温和，诚信守诺，孝亲敬

老，尊敬师长，友爱同学，善待他人”的榜样。同时，以创全工作为契机，引导学生了解公共秩序与道德规范，感受文明创建的成果，让学生将文明内化于心，外化于行。

学校以“诚信教育月”、“法制教育月”、“国家安全，关系你我”、“请党放心，强国有我”、“寒假迎冬奥”、“国家安全教育宣传日”等为主题开展大型主题教育实践活动，通过国旗下讲话、黑板报评比、考试诚信教育、仪式教育、主题班会活动、影视教育、征文绘画宣传等活动引导学生做一个身心健康、诚实守信的人，弘扬雷锋精神，践行道德规范、增强道德法治意识，养成良好习惯、培养高尚品质，让法治精神深入学生的心中，让学生尊重宪法、遵守宪法、维护宪法，成为有知识、有道德、有素养的东方上善好少年。

（4）用心落实健康教育

“家、校、社”联动用心落实健康教育。健全心理卫生健康预防体系，落实专职心理教师、卫生人员开展预防保健措施，确保心理室、卫生保健室设置配备达标。同时，做好各种应急预案，加强健康监督和预防，开设健康教育课。

学校通过制定《东方中学学生作息时间表》和《东方中学学生一日常规》，颁布《东方中学关于保障学生充足睡眠时间的倡议书》，以确保学生养成良好科学的作息习惯。将卫生习惯纳入每年的新生入学教育，有配套的卫生管理制度，结合卫生健康讲座和健康宣传栏宣传卫生知识，围绕“社区维护，文明创建，我们在行动”主题，集中开展校园环境整治行动，让学生从进校伊始就养成良好的卫生习惯。在总务处、德育处等相关部门协同配合下，以国旗下讲话、讲座、倡议书、班级讨论教育、学生食堂教育等形式开展“遏制浪费，节约粮食”等主题教育系列活动，加强学生文明用餐和勤俭节约的意识。建立学生午餐管理和后勤服务相关文件制度，实行家长与教师共同午餐监督值日工作，深化培养学生文明用餐习惯。

学校邀请市、区心理健康教育专家和校卫生室专职教师一同开展健康讲座，科普健康知识，让师生了解一些常见疾病、传染病的预防措施，认识到身心健康的重要性，学会自护。联合青东强制隔离戒毒所和青浦交警支队为学生开展“珍爱生命”系列教育活动。定期组织学生体检，及时将体检结果反馈给家长，让家长及时了解孩子的成长发育等情况。提升学生对锻炼身体、保护视力、学会自护、珍爱生命的认识的同时，也为学校健康教育工作提供科学依据，有效促进学生身

心健康发展。

疫情期间，利用校园微信公众号平台宣教新冠肺炎的防护措施及护眼等卫生健康知识，展示学生健康的居家“生活”，实践“幸福小事一周心理打卡活动”、“正念练习音频”等线上心理活动，帮助学生建立积极心态，提升生活自理能力，形成健康生活方式。

通过“红色”研学、“绿色”研学等活动，从伟人身上学习勤俭节约的品质，养成合理消费习惯。通过对青浦古树、水质变化的课题研究，徒步健身社会考察活动，社区文明创建维护活动，增强学生的低碳环保的意识。

在心理课和每周五健康讲座上，引导师生了解网络成瘾的危害和正确使用网络的方法。在微信平台通过心理微课堂科普合理使用手机的方式。在德育处、班主任和心理室指导下，学生自主组织开展《亲子课堂——拿得起，放得下，做手机的主人》活动，引导学生合理使用电子网络终端产品，健康上网。

(5) 適切抓实劳动教育

学校每年定期开展“劳动”主题教育，如“学雷锋”行动、假期家务“家务劳动”、“劳动最光荣”宣传周、“五一劳动节活动”等，通过校园广播、居家劳动、社会劳动志愿服务、公众号和校园网宣传、东方少年论坛等教育形式，引导全校学生：要热爱劳动，因为劳动能创造美好的生活，劳动最光荣，在学校积极参与各类活动，例如值周班、各类志愿服务活动等，尽全力学知识、长本领；在家里参与力所能及的家务劳动，做好家庭成员角色；在社会争做举止文明的好公民，如到社区打扫卫生，到街道路口开展交通协管等。为了丰富学生的学习生活，体验劳动的乐趣，在教师引导和家长配合下，每位同学积极参与家务劳动，并写下自己真实的体会。通过主题教育活动，弘扬劳动精神，教育引导学生崇尚劳动、尊重劳动，懂得劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的道理，成为辛勤劳动者、诚实劳动者、创造性劳动者。

(6) 积极开展社会实践

学校经常性开展融合行为规范教育的学生的社会实践活动，在活动中践行“新七不规范”，不断渗透学生行为规范教育，培育社会主义核心价值观。一是结合节庆日开展行为规范主题实践活动。如在“学雷锋日”里学校组织学生走上街头到社区打扫卫生，在社区开展“啄木鸟”行动，到街道敬老院慰问孤老，与区交警支队联系到街道路口开展交通协管，引导学生使用文明用语，做一个行为

举止大方，待人、交友真诚，乐于助人，孝亲敬老，尊敬师长，善待他人的人。

二是在一年春秋游等素质教育活动中增加文明出行、小组合作等要求，并且开展互评和自评。三是开展“循着伟人的足迹成长”的“红色研学”“从青浦的发展变化看改革开放”的“绿色研学”、安全教育实践、“223型”项目化学习等实践活动。每年的红色研学活动，以爱国主义教育基地为学习场所，引导学生在研学中了解党史、新中国史、感受红色精神，传承红色基因，厚植爱国情怀。绿色研学活动以家乡，通过项目实践培养学生遵纪守法，遵守交通规则，不乱扔杂物，保持公共卫生；文明礼让，公共场所不大声喧哗等公共规范，讲信用、守信用。同时，培养探究意识和实践能力，着重观察学生的人际交往能力，从研学主题和研学过程中，学生接受勤俭节约、艰苦朴素、实事求是等传统美德和作风的熏陶。

3. 融合多元素质评价

学校始终坚持以习近平总书记在全国教育大会上重要讲话精神为指针，秉持“有什么样的评价指挥棒，就有什么样的办学导向”的理念，坚决改变以考分排名评老师、以考试成绩评学生、以升学率评学校的“唯分数论”“一刀切”导向和做法，以落实《上海市初中学生综合素质评价管理系统》为指导方向，成立专项工作领导小组，工作小组，以德智体美劳全要素的过程性评价办法，分类探索体育素养、道德素养、学科素养、艺术素养、劳动素养测评模式，以五类素养测评为基础，完善学生综合素质评价体系，依托人工智能等技术手段，探索构建基于学生综合素质评价信息的“学生成长画像”，同时，深化考试内容和命题形式改革，全面考察学生德智体美劳发展情况。全面、全程关注学生的成长，牢记为党育人、为国育才使命，着力提高教育评价的科学性、专业性和客观性。

（四）协同育人：家校社合作多样化

为落实《家庭教育促进法》，学校推行全员导师制，构建学校、社会和家庭三方联席会议制度，落实课后服务工作，形成长效互动机制。

1. 推行全员导师制

2021年9月，学校建立“学生人人有导师、教师人人是导师、家长人人联导师”的导师制制度。根据学校规模、师生比、师资结构等办学实际，确定导师与学生的匹配方式和1:15的配置比例。学校在为学生配备导师时，充分利用选修课、社团课、运动队、兴趣小组、学生组织等已有的师生关系基础，注重对学生进行分类分层，突出重点，确定最符合学生需要的导师类型。结合班主任、心

理教师、任课教师、党员教师、导师责任制等成立了点对点帮扶制度。学校全体导师包括三项“规定动作”（一次学生家访、一次谈心谈话、一次书面反馈）和十项“自选动作”。导师参加结对学生的小组活动，或者结合自己的工作、生活实际邀请结对学生参加一些个性化活动。切实增强全体教师的育人意识和能力、深化班主任与学科教师的协同合作、优化教师与家长间的家校沟通，缓解学生过度的学业、情感压力和家长的教育焦虑，有团队、有方法地帮助学生转化行为，效果显著。

2. 构建“家-校-社”共育机制

推进每年两次“东方家长论坛”，加强家校沟通和分享。加强家庭教育指导，“家庭教育宣传周”系列活动，落实各年级家庭教育指导和研修活动，具体主题见表 2-6。统筹家委会、家长学校、家长会、家访、家长开放日、接待日等各种家校沟通渠道，构建“风从东方来”家校沟通机制，帮助家长提高家教水平，引导家长注重家庭、注重家教、注重家风。构建社会共育机制，主动联系本地公安、司法、妇联等部门、组织，注重发挥五老作用。建立多方联动机制，搭建社会育人平台，发挥协同育人力量，展现绿色德育新担当。

表 2-6 各年级家庭教育指导和研修活动主题

六年级	适应性教育	迈好入学第一步，好习惯的培养
七年级	青春期教育	异性交往，关注孩子青春期的变化
八年级	学困生的帮教	防止分化，培养孩子的进取心
九年级	自信自强培养教育	家有考生，我准备好了

3. 落实课后服务工作

根据市教委和区教育局做好学校课后服务工作的要求，切实帮助解决放学后家庭接送困难问题，围绕“学校用心，教师贴心，学生开心，家长放心”的工作目标，“愿留尽留”的工作原则，为学生提高课后服务。采用“1+3”服务课程，“1”即一段自主作业时间，“3”为一段夯实基础时间、一段兴趣拓展时间、一段特长提升时间。在自主作业时间段中，教师根据当天作业情况，集中看护、答疑。在夯实基础时间段中，教师根据学生个体差异，补缺补差，帮助学生提升能力和素养。确保全覆盖出席、全方位进行、全过程开展兴趣拓展和特长提升，有以双语小主播为特长提升课程，聘请报社、广播电台主播、记者指导，有复旦大

学博士来校开设科技项目研究，有上海戏剧学院导师指导“东方茵梦”戏剧社，“东方舞铃”、“东方民乐”、“东方舞韵”等社团组织也在此时间段活动，还有篮球、足球为特长训练、电影、专题讲座、班级活动、团体操训练、科学人文大讲堂活动等。同时，加强课后服务管理，课后活动开始前，教师及时清点人数，做好台帐记录。每日安排行政人员巡视，关注活动秩序，处理突发状况，确保服务有序、安全开展。要求家长须按规定时间到校接孩子，如需请假或提前接孩子放学，需通过“告知、上报、记录、开单”流程方可离校。

三、示范辐射具体化

（一）实践研究主题化

学校积极开展形式多样的行为规范教育实践研究。深化落实《东方中学德育综改方案（2018年——2020年）》，开展主题教育活动的规范化建设；发挥课堂教学主渠道作用，推动课程育人；营建校园“雅境”，推动文化育人；内强素质，外引合力，推动协同育人。深化推进《引导团队干部自主管理与发展的实践与研究》的成果“EP双向双管”学生全员参与自主管理模式具有鲜明学校特色，在实践中不断的应用和调整完善，有效提升了学校行为规范教育水平。

学校依托我校两位教师领衔的区班主任工作室——“王慧萍·班主任工作室”和“刘梅·班主任工作室”，以现代德育教育理论为指导，以实践活动为载体，针对行为规范教育中的热点和难点攻坚克难，进行前瞻性研究和反思性实践，实现教育观念和专业态度的转变，提高专业引领能力，形成一种“人人参与，有效互动”的研修模式，在不断实践研究的过程中，促进班主任专业化发展的进程、提高建班育人的能力、形成带班风格的特色、培养教育研究的意识。同时，能够带动学员学校班主任队伍的建设，形成智慧共享、经验外溢、辐射示范班主任工作机制。有关行为规范教育的课题研究、发表文章及相关荣誉见表3-1所示。

表3-1 东方中学行为规范教育的课题研究成果荣誉一览表

时间	级别	成果类型	成果名称或荣誉称号	期刊名称及刊号或比赛、征文主题	颁发单位
2019.04	市级	文章发表	《孩子对学习没有目标追求，怎么办？——做一	《以微课促进家班共育——	少年儿童出版社

			个有目标追求的阳光少年》	直面孩子成长中的问题》	
2020.02	市级	荣誉称号	上海市第五届“育德之星”	/	上海市中小学德育研究协会
2020.05	市级	课题	上海市中小学德育研究协会第九届课题《全媒体时代下，“家班共育”中沟通策略的实践与研究》	第九届上海市中小学德育课题研究申报评审通报	上海市中小学德育协会学术委员会
2017.9-2021.1	国家级	参与课题	作为区特级教师张蔚芹老师“馨德苑”工作室成员，参与课题《中小学学科德育凸显社会主义核心价值观教育有序与整合的实践研究》研究，并参与编写出版书籍	少年儿童出版社	/
2018.11-2020.11	区级	荣誉称号	遴选为青浦区班主任工作室第二期主持人，聘任期2年	/	青浦区教育局
2019.03	区级	文章发表	《行知中队四年自主管理行为规范教育方案》	区特级教师工作室《德润校园》	馨德苑工作室
2019.06	区级	论文获奖	《虎爸，猫爸？暖爸！》获区德育征文三等奖	/	青浦区教育局
2019.09	区级	论文获奖	《感悟那份真实》获区教育局关键实践征文三等奖	/	青浦区教育局
2019-2022	区级	指导引领	连续三届参与区2-5年青 年教师培训指导工作	/	青浦区进修学院
2020.02	区级	自制	“抗疫”主题班会微课制	《青浦教育》	青浦区教

		教学	作系列：区级公开课主题微课《拒绝野味 珍爱生命》	网站	育局
2020.02	区级	公众号发布、电视台播放	疫情期间组织学生视频互动	绿色青浦公众号、青浦电视台新闻宣传	青浦区教育局
2020.03					
2020.06	区级	文章发表	《我同绿色共成长》	特级教师工作室《劳动最美丽》	馨德苑工作室
2020.08	区级	公众号发布	疫情期间组织学生每日晨会	馨德苑工作室公众平台发布	馨德苑工作室
2020.09	区级	荣誉称号	青浦区首届教书育人楷模提名	/	青浦区教育局
2020.11	区级	文章发表	《多措并举,帮助毕业班学生释缓焦虑心理》	《青浦教育》2020年第5期	青浦区教育局
2020.11	区级	荣誉称号	青浦区“春晖奖”十佳班主任	/	青浦区教育局
2020	区级	文章发表	《我同绿色共成长—“行知中队”劳动育人案例》	《青浦教育》第5期	青浦区教育局
2021.01	区级	文章发表	《撩开孩子朦胧的云雾面纱》	《青浦教育》2021年增刊2	青浦区教育局
2021.01	区级	文章发表	《生命.责任.家国—众志成城战疫胜》	《培育和践行社会主义核心价值观—重点德目的实践研	馨德苑工作室

				究》	
2021.03 -2023.03	区级	课题	青浦区第三期班主任工作室实践研究项目《六育理念下,初中阶段班级自主管理的实践研究》	/	青浦区教育局
2022.03	区级	文章发表	《我和行知在一起》	《疫情下的德育思考》	馨德苑工作室
2022.1	区级	交流发言	“我”的班级，“我”做主——行知中队自主管理的“行”与“知”	区班主任工作室中期汇报	区进修学院德研室
2021.03 -2023.03	区级	指导引领	区第三期班主任工作室，培训指导工作室成员	/	青浦区教育局
2014.09 -2022.06	区级	指导引领	区见习教师班主任指导教师	/	青浦区教育局
2019.09	校级	文章发表	《做教育的有心人，只为学生可以走得更远》	校刊《东方》	青浦区东方中学
2019.12	校级	文章发表	《遇，东方论坛，见传承成长》	校刊《东方》	青浦区东方中学
2020.02	校级	文章发表	《行为规范的培养》	校刊《东方》 2020年02总 第十一期	青浦区东方中学

（二）学校品牌特色化

始于1994建校初的“模拟法庭”项目是学校行为规范教育不断打磨的一个品牌，品牌项目名称为“现身说法”东方模拟法庭的创建和发展。

1. 核心内容

初中阶段是青少年形成良好道德品德和行为规范的关键时期，学校通过专业人士指导下的自编自导自演的“模拟法庭”，实施“现身说法”项目通过案情分析、

角色划分、法律文书准备、预演、正式开庭等环节模拟刑事、民事、行政审判及仲裁的过程，培养学生具有自觉的法制意识、遵从法律、敬畏法律、以法律至上意识，学会运用法律思维考虑问题、解决问题能力，提高学生行为规范的水平，随着时间的推移和时代的变化，项目在内涵和外延上不断发展，使项目的核心内容进一步深化，与跨学科项目化学习相结合，除道法课外与历史学科等进行研究型学习，与贯彻上级相关精神相结合，比如本校园欺凌事件的整治等，使品牌不断与时俱进不断擦亮增色不断迭代升级。

2. 发展历程

自1994年建校以来，东方中学就十分重视法治教育。早在二十二年前，学校创办了“东方模拟法庭”这种法治教育的新模式。从几个学生（有兴趣的学生）、一门课程（思想品德课）起步，逐渐推广到一个年级、全校的班会主题教育课。同时，结合中学生思想品德课的要求，充分发挥区司法局宣教科、区法院、上海政法学院等地教育资源的作用，将法治精神作为《两纲》教育的重要内容，形成小型、真实的校外教育活动案例，反映校外青少年法治教育的创新实践。2020年项目化学习三年行动计划文件颁布后，学校迅速积极响应，从党建和教研两头积极部署，群策群力。在学校十四五发展规划中，将“项目化学习”列为重点项目。通过深入的学习研究，对“模拟法庭1.0版本”产生了迭代的想法。2021年11月以学校申报区项目化学习实验校为契机，以2020年10月修订的《未成年人保护法》颁布为前提，启动2.0版模拟法庭项目，推进项目更新迭代。以项目化学习为抓手，以行为规范教育中的法治教育为主要载体，引导学生遵纪守法、遵守公共道德规范，渗透公共规范意识。

近年来项目聚焦学生校园欺凌事件整治，由真实的“校园欺凌事件”新闻以及反映校园欺凌的电影作品引发学生讨论，并提出“如今校园欺凌事件频出，我们该如何处理校园欺凌事件？”这一项目驱动问题。项目以思政学科为主，以历史和语文学科为辅，涉及三门学科的课程标准相关标准条目内容。

项目中，学生以自由组合小组为单位，通过头脑风暴、查阅相关文献资料，自主设计方案，开展调查研究，采访司法人员及校园欺凌案件知情者，形成“模拟法庭”初步方案，对案情进行分析、划分角色、准备法律相关文书和剧本、预演，最终正式开庭。其中，角色扮演模拟刑事、民事、行政审判及仲裁的过程，学习法律、运用法律，培养证据意识和法律素养，最后以“模拟法庭”作为最终

成果展示形式，以辩论赛、法律宣讲、知识竞赛、提案等形式作为衍生的成果展示形式，并形成小型、真实的校外教育活动案例。在此过程中，运用多元化评价方式，除最终展示环节终期评价外，利用不同目的评价量规对“庭审剧本”、学生参与“模拟法庭”项目的过程等进行表现性评价，整合多方资源形成参评人员团体。整个项目中整合学校、家庭、社会各方力量，区司法局宣教科、区法院、区检察院等校外专业机构提供学习支架，如图 3-1 所示。



图 3-1 “模拟法庭”项目 2.0 版

3. 主要途径和方法

(1) 走访法院，选择案例

为了解我区未成年人违法犯罪的情况，选择适合学生的案例，学校教师带领学生一起走访区人民法院，请法院法官介绍我区青少年违法犯罪的特点，他们审理的青少年违法犯罪的典型案例。然后，在法官的指导下精心挑选既适合贴近学生生活实际，在初中学生能力范围之内的符合其认知水平，又适合模拟法庭公开展示的典型案件。然后学校老师和学生在原有案情的基础上，精心设计案例的前因后果，查阅相关法律法规，最后请区法院的法官进行审阅和修改才最终敲定案例。

(2) 分配角色，进行预排

为使模拟法庭达到真实再现案情和庭审的效果，学校先进行角色分配。我们的角色分配以充分调动学生的积极性和主动性为原则，通常采用以学生自愿报名和互相推荐为主的方式。为了使学生跟自己的角色融为一体，模拟法庭正式开庭前我们在区法院法官和检察院检察官的指导下进行反复预排，并提出预排要求：

审判长要威严有魄力，公诉人要有有条不紊思维敏捷，辩护人得据理力争有自信，被告人应该悔恨和沮丧。预排时力求惟妙惟肖、有板有眼。

(3) 利用资源，准备道具

为了使模拟法庭更逼真，我们提出模拟法庭要向真实的法庭靠拢。于是我们利用法治副校长等校外资源向法院借法袍、法警制服、法锤等道具，向检察院借检察服等，使学生身临其境，真切体验法庭的氛围，增强真实感。而我们开庭的场地基本上也是借用法院的青少年法庭。有时法院的法庭不能出借，我们就使用学校多功能厅、教室等场地临时搭设模拟法庭，根据法庭的功能适当布置，配备必要的人物名牌。

另外，诉讼文书（起诉书、公诉意见书、辩护词、答辩词、被告陈述词、法定代理人的代理词等）、证据（人证、物证）、证人的证词等也充分准备。

(4) 正式开庭，组织观摩

首先由指导老师讲述本次模拟法庭教学活动的目标和宗旨，并简要介绍拟审案件的主要内容，宣布模拟法庭开始。接着按照法院真实开庭的程序进行开庭。

为达到最大的宣传效果，我们总是尽可能组织更多的学生参加观摩。让更多的学生观摩，有时庭审的经过要在学校里展演几次，因为法院法庭容纳的人数毕竟有限。同时，我们还采取将模拟法庭的经过摄像并刻录光盘在每个班级播放，以让学校所有的学生感受法院庭审的氛围，受到法治教育。同时也扩大我校模拟法庭的影响。

(5) 评价总结，组织交流

模拟法庭是以学生为主体、教师为主导的实践性教育方法，所以模拟法庭闭庭并不是活动的结束，闭庭后的评价和总结是必不可少的环节。评价和总结能提升教育影响，巩固法治教育成效，体现模拟法庭的教育价值。期间，我们的评价一般分成几个层次进行：首先请旁听的同学点评，接下来请模拟法庭参演的同学自评，再由指导老师对整个过程进行评价，还请法官、检察官进行权威评价。评价重点是对庭审程序规范性、审判公正性、适用法律准确性等方面进行评价，不过多关注细枝末节的表演失误。

评价之后，我们还组织学生开展讨论，交流体会，办黑板报，开展演讲或辩论，进一步升华对模拟法庭的体验和感受。教师指导学生写出体会和感悟，激发学生的积极性和参与热情。

4. 取得成效

项目多次在市级区级层面展示，2014年被评为青浦区学校德育工作特色品牌项目，2015年评为上海市法治教育优秀案例，同年又被上海市推荐成为“全国中小学社会主义核心价值观的优秀案例”，2017年获上海市基础教育教学成果二等奖，模拟法庭项目成果被《现代教学》杂志刊登。自从学校“东方模拟法庭”开展以来，学生的违法违纪现象为零；同时，对教师来说，在项目发展、成熟的过程中，项目的设计力、执行力也逐步增强，自身的法治教育素养也得到了提升；“东方模拟法庭”活动的持续开展，更是引领青少年学生在法治道路上健康成长使他们：

(1) 学到了丰富的法律知识

通过阅读和查找相关资料、寻找修改编写典型案例、了解庭审程序及人员组成等环节，不仅使学生学到了丰富的法律知识，还丰富了学生的课余生活，开阔了视野，培养了学生的责任感和主人翁意识。

(2) 认识了法律的严肃公正

通过让学生亲身体验庭审过程，感受到了法治的权威。案件选取的是典型案例，来源于客观真实，又经过提炼与深化，更让观摩的学生感受到了法律的严肃与公正。

(3) 受到了生动和鲜活的法治教育

通过“东方模拟法庭”这一新颖、生动的形式和规范、逼真的庭审过程，让参与者充分感受庭审的魅力和法律的威严，从而受到最好的法治教育。

(4) 影响了学生的职业导向

学校连续二十几年组织“东方模拟法庭”，使学生增强了知法、懂法、守法、用法的意识。还影响到了一部分学生今后职业的选择。根据跟踪调查，发现参加模拟法庭展演的学生中都有学生在高考时因深受影响而选择了法律专业，现在，不少学生成了法官、检察官和律师。

5. 示范辐射

我校的模拟法庭在市及区发挥了很好的示范作用，两个区班主任工作室里，我校的两个工作室主持人，把这一项目作为培训课程对区里来校受训的班主任进行了培训。我校学生代表模拟法庭曾在青浦法院模拟了庭审的全过程，参与这次模拟法庭观摩的有市教委、闵行区、静安区、奉贤区等区领导以及中学生报社的

记者。

整个庭审过程，从开庭到法庭审理、法庭教育、法庭宣判的诉讼环节中，我校学生都表现出了法庭的严肃性、严谨性、公正性，井然有序，受到了庭下老师的一致好评。庭后，各区县领导召开了题为《依法治教，立德树人，办人民满意的教育》的会议，出席会议的有市教委陆海佳、青浦区教育局副局长、青浦区法院副院长等领导作了重要讲话，本次活动为外区县的老师一个提供了一个很好的学校开展法治教育的样板。解放日报以题为《传承“青浦实验”发展“绿色教育”办百姓满意学校》介绍了“东方少年论坛”、“东方小剧场”、“东方模拟法庭”等“东方系”文化项目，2020年5月中国教育报也已题为《博雅积底蕴，人才出东方》，也登载了东方模拟法庭的相关内容，这些在面上都起到了很好的推介、辐射和示范作用。

（三）展示辐射持久化

除了上已所述的学校模拟法庭品牌的辐射示范外，前已所述的 EP 志愿者联盟在践行社区责任的志愿者服务也产生很大辐射与影响。我们应社区居民需求，积极组织“学习雷锋、奉献爱心”服务活动。我们在3月5日定期在小区附近的章浜社区、城东社区和浦仓路街道开展学雷锋志愿者服务的集中行动。每每我们数十名学生志愿者在青年教师的带领下，进入社区，各志愿者小组对小区道路两旁的绿化带进行了包干负责，进行社区环境维护志愿者服务活动。不管刮风下雨，只要任务没有完成，志愿者们都始终坚守岗位，受到社区居民的一致认可和赞誉。大家以实际行动弘扬着志愿者精神，传承着雷锋精神。积极参与“文明礼仪、扶危救困、应急救援”社会志愿服务活动。每年，我们学校定期在寒假、暑假、三月份开展“文明礼让、安全出行”交通协管志愿者服务活动；每当春节、端午节、重阳节、学雷锋日或母亲节，我们的志愿者都深入到夏阳街道敬老院开展助老扶弱的敬老慰问活动，大家通过文艺慰问、促膝谈心、赠送手工小作品等形式慰问老人，以自己的一份绵薄之力感恩社会，扶危救困。另外，我们学校还定期组织“志愿者手拉手爱心捐助”活动，建立了红领巾手拉手基金会。我们每年通过春节后开学时间开展“每人捐出一点压岁钱，帮助身边小伙伴”捐款活动，定期充实爱心基金，并统一管理划拨，为身边困难师生和社会应急救援做好保障。根据形势的需要 EP 志愿者联盟，由德育处具体负责，由校团委和校大队部统一组织管理，培育了系列服务项目，各部门负责人共同带队参与了奥运、世博等校

内外大型志愿者服务活动，取得了良好的社会反响，为学校赢得了一系列荣誉：上海世博优秀志愿者、青浦区志愿者先进集体、青浦区杰出志愿者、青浦区优秀志愿者等荣誉称号。

学校行为规范教育经验通过每学期的东方教育论坛、校、社协同机制等多种渠道传播获得全校师生、家长及社会各界的一致好评，将我校列为小而优的老百姓家门口的好学校，同时，学校在将特色做法和经验展示辐射传播过程中一是求证着自己的做法，二是在希冀获得更多的信息和资源以不断丰实自己的成果，改进自己的工作。在上海市初中学业质量绿色指标综合评价报告中，对我校的评价是学校学生具有较好的行为规范，遵纪守法、遵守中小学生行为规范，能维持适宜的学校和社会生活。《解放日报》以“传承‘青浦实验’发展‘绿色教育’办百姓满意学校”报道学校不断创新深耕细作主修品牌，落实“绿色教育”理念，推进行为规范主题教育。《中国教育报》以“博雅积底蕴 人才出东方”报道学校多措并举培养博雅好少年的概况。学校承办青浦区中小學生“上善”研学实践教育活动启动仪式。在爱国主义教育中摄制的国歌礼仪MV在青浦城区中心广场连续播放半个月获得好评，并被学习强国平台录用。学校国旗班经常被邀请在区级大型活动中承担任务。学校还承担了区教育局重大活动和六年级全体学生代表全区学生赴陈云纪念馆举行隆重的升旗仪式。《“博修”而至“雅行”：学校德育沃土的再深耕——青浦区东方中学德育综合改革三年行动计划》方案设计在区级层面交流，锚定未成年思想道德建设的做法——“一月一主题、一季一仪式、一年一项目”在区文明办组织的活动上做经验交流。《循着伟人的足迹成长》上善研学项目成果不断推出，被相关微信平台转载。

四、成效和思考

尽管学校在学生良好的行为规范养成教育中做了一些工作，尽管学校已取得过市行为规范示范的殊荣，尽管我校所取得的一些成效已散见在前面各部分的叙述之中（这部分不再重复了），但我们深知学生行为规范教育的长期性和艰巨性，“任重而道远者，不择地而息”，在新的时代背景下更要认真反思，在新高度下更需锚定学校的办学目标，对标行规教育的要求有新的思考：

1.学校行为规范教育总目标和分层分类目标比较清晰，内容比较丰富，基本形成了“我在东方的四年”和“我在东方的每一年”行规教育路径。今后更要不

断提高教育实施中的针对性和可操作性，基于校情、学情，结合时代发展要求，完善具体要求和评价方法，

2.在学生自主管理方面要进一步聚焦成功的案例，就如何更好地发挥示范典型，如何进一步改进对学生团队干部的激励制度，深入研究学生特性，发挥学生特长，培养干部苗子；如何培养有潜质学生成为自主管理的主体力量；以团带队，全面推进优秀团队干部的培养，要有新举措。

3.擦亮学校的特色品牌模拟法庭，做精做细四个“一定”，即一定要提高司法部门支持力度；一定要做到庭审案例精选；一定要确保庭审程序正规；一定要重视庭审后的衍生教育。

4.在贯彻“五项管理”方面，学校已经做到学生手机不进校，作业管理有实效，并以“一起读课文”音频活动为突破，落实《中小学课外读物进校园管理办法》，但面对学生睡眠时间的管理这个难点，学校的思考是变单极的“长臂管控”为家校协同的“双管齐下”，通过双向紧密型的沟通以点带面，不断总结，实现初中生睡眠时间达到9小时的刚性指标。

5.面对疫情和后疫情的教育，学校还需进一步认识在线教学的价值，破解线上教学师生互动的困难瓶颈，提高教师信息技术的能力，利用信息化、大数据和人工智能介入到学校管理和行规教育之中。坚持家校共育，使家庭教育效益最大化。除了学校制定一些针对性规章制度外，进一步挖掘抗疫资源，利用抗疫素材对学生进行爱国主义和行为规范教育，要求学生严格遵守疫情期间的有关规定，加强学生的自主管理方面的开拓性研究，转“危”为“机”，使家校共育走上新台阶，使“停课不停学”达到新高度。

借着申报上海市行为规范示范教育契机，我们将继续踔厉奋发笃行不怠，继续续写行规教育新篇章，为培育东方上善好少年而努力奋斗！