

激发学生自主成长的自醒意识 引导学生终身发展的文化自觉

自学学问：掌握科学的修炼

上海市松江一中“四自教育”书写育人华章(自学篇)



学习是学生的主要任务，而培养他们的自学能力，是完成主要任务的关键。无论从现在学习，还是终身学习考虑，自主、自学能力的累积，对学生的影响极大。

因此，松江一中在“自育德、自治治事、自学学问、自养心性”的“四自教育”中，将“自学学问”作为育德、治事、养性的媒介，有着积极的价值和深远的意义。

“自学学问”，是使学生在高中三年的学习生活中，学会制订学习规划、自我督促，养成良好的学习习惯。指导学生制定符合自身实际的学习规划，是实现学生自学学习的重要途径；以“学案”为推手，培养学生自主学习意识、习惯，激发学生自主学习的积极性，是关键所在。所以，自主学习就学习的内在品质而言，可以概括为：建立在自

我意识发展基础上的“能学”；建立在学生具有内在学习动机基础上的“想学”；建立在学生掌握了一定的学习策略基础上的“会学”；建立在意志努力基础上的“坚持学”。

在“自学学问”的实施过程中，教师的专业化水平得到了比较全面的提升，学生的自主发展意识和自主学习能力有了明显提高。

【镜头中的美】

地理学科社会实践提升自学能力

松江一中地理教研组学科教学特色之一就是社会实践活动，这样的实践活动，也是学生自学学问，并用来解决现实课题的途径。

学校每年带领选修地理的学生进行地理社会实践活动。如赴浙江山沟沟进行地理社会实践活动。山沟沟风景名胜区是国家级的生物圈保护区，由“汤坑”、“茅塘”和“花果山”三大景区组成。学生主要对“汤坑”、“茅塘”进行地理社会考察，对“茅塘”亿万年前的地壳运动留下的罕

见的花岗岩流“万马石”和“汤坑”——一边是潺潺溪流，一边是满山翠竹的峡谷地貌进行深入地考察，一路感受着中国旅游资源“北雄南秀”中“南秀”的韵味。

再如，学校组织学生赴南通长江北岸的军山和狼山进行社会实践活动。38位同学共分为7个小组，分别对军山和狼山景区的植物、动物、土壤、岩石、水体进行了取样研究，同时利用手持GPS对部分标志性景点进行了经纬度、经度和海拔的测定。

学校地理学科将学科学习与社会实践相结合，相继开展了“泰山核电”、“宜兴陶土”、“山沟沟”、“宝钢——狼山”等系列学科实践活动。通过一系列的主题实践活动，将课本知识融入生活，着力构建开放的地理学习环境。

目前地理教研组以高中三年为一个周期，按照年级特色和学科特点统筹安排，有计划、分步骤实施实践活动，已形成高一年级侧重松江区内、高二年级侧重上海市境内、高三年级侧重上海周边地区的若干实践活动基地，为学生开展体验性和探索性自主学习实践活动出了一条新路，得到了市、区地理学科教研室老师和专家的充分肯定。

着重点：实施“学案”导学，培养自主学习能力

所谓“学案”是指教师依据学生的认知水平、知识经验，为指导学生进行主动的知识建构、掌握科学的学习方法、达成积极的情意态度而编制的学习方案，具有“导读、导听、导思、导做”的作用。“学案”导学的过程，是师生共同探索知识、方法和规律的过程，是引导学生学会建构知识、形成知识体系的过程，也是激发学生自主学习、自觉学习的过程。

学校倡导和实施“学案”教学，是为了把教学的出发点和着力点从教师如何“教”转变为学生如何“学”，做到“以学定教”、“先学后教”。这有利于培养学生阅读能力、独立思考能力、自我组织能力、自我检查能力和自我监督能力以及灵活运用知识解决问题的能力等，即有利于培养学生的自主学习能力和自主发展能力，真正体现了“为了每一个学生的终身发展”的教育理念。

“学案”的编制遵循“以学定教，以教促学”的基本原则，统筹学生的学习基础和最近发展区，以利于学生学习基础提升和最近发展区的拓展。

在细化课程标准、分析学情的基础上编制的“学案”内容，主要包括以下五个栏目：①学习目标；②学习重难点；③学习导航（该栏目下设计的环节，包括知识准备、预习要求、探求新知、自测练习、释疑反馈等）；④学习总结（要求学生对所学知识进行梳理、归纳、总结）；⑤学习拓展（包括分层练习、知识拓展等）。“学习导航”是“学案”编制的重点，创设的学习情境和问题，要有利于激发学生自主学习的兴趣，要有利于学生学会，更要有利于学生乐学、会学。

“学案”的使用遵循“先学后教，少教多学”的原则，激发学生主动参与自主学习的积极性，以提高学生自主学习能力，提高课堂教学效能，“学案”的使用，根据使用时间分为课前使用、课中使用和课后使用三个阶段。

课前准备阶段。教师提前下发“学案”，并进行学法指导；学生依据“学案”开展超前的自主学习；教师批阅“学案”，获取反馈信息；学生在教师的指导下通过超前的自主学习，逐渐养成自主学习习惯，掌握自主学习方法，提高自主学习能力；教师根据批阅“学案”获取的信息，可以提前预设教什么、怎么教。

课堂学习阶段。教师课前下发“学案”，组织课堂“学案”教学。教师根据学生自主学习情况，以小组合作、团队学习、师生互动等教学形式，围绕疑点、难点，开展讨论、质疑、探究、展示、实证等教学活动，创造机会引导学生暴露、然后针对学生在学习过程中暴露出来的思维盲点、障碍和相异构想，帮助学生释疑解惑。

课后深化阶段。学生根据要求完成“学案”并上交。教师批改、评价与辅导；学生修正、反思与总结。学生养成复习、归纳、总结等学习习惯，提高反思、总结能力。

学校推行学案教学，把教学的出发点和着力点从教师如何“教”转变为学生如何“学”，做到“以学定教”，有效改进了课堂教学五环节，积累了优秀课例100多个，汇编完成《松江一中优秀教案集》、《松江一中学案集》；教师“学科门诊”、互动互助式讲座和学生的“兵教兵”自助式学习成为常态，促进了课堂教学有效性的提高。

起始点：制订个人成才计划，培养自主学习能力

学生成才动力是影响学生自主学习能力的重要因素，也是影响学生发展的重要因素。因此，要从提升学生的成才动力入手培养学生的自主学习能力。

为此，学校引导学生制订成才计划，并注重各个阶段的培养侧重点。一是组织学生阅读伟人传记，并在班会上交流体会。二是组织“人生与理想”主题班会，让学生在班会上谈理想与目标。三是组织社会知名人士举行报告会或座谈会，与学生交流、对话。四是组织有关专家指导学生如何根据自身的特长与特点、发展现状与发展目标，科学合理地制订个人成才计划。五是学生制订自己的个人成才计划。六是学生在小组或班会上交流自己的个人成才计划，同学间可提出建议，帮助其不断完善。七是举行家长会，鼓励家长关心学生制订的个人成才计划。八是学生成才计划的实施。学生完成个人成才计划后，学校积极鼓励学生积极地实施自己的成才计划，并对学生的每一点进步给予及时的表扬，倡导同学之间相互鼓励、相互提醒，以使学生成才计划能得到真正的落实。九是每学期结束，学生对自己的成才计划的实施情况进行认真分析，在小组或班会上总结得失、成功与不足之处，并根据实际情况对成才计划予以调整、修正和完善。

学生有了成才的动力也就有了学习的动力，有了成才的计划也就有了自主学习的计划。制订和执行自主学习计划的过程，是学生增强自主学习意识，规范自主学习行为，提高自我监控能力，养成自主学习习惯的过程，也是不断提高自主学习能力的过程。

增长点：互动互助，培养自主学习能力

学校打造的师生与生生间的互动互助平台，是课堂教学的有益延伸和补充，也是培养学生自主学习能力不可或缺的增长点。

组建“班级工作组”。创建以班主任为核心、任课教师为主体的班级工作组，具体职责，包括指导学生制订和实施个人成才计划，帮助学生养成良好的自主学习习惯，完善学生自主学习的方法，定期与学生进行朋友式谈话，克服自主学习障碍，走出自主学习的困境等。

组织“学科门诊”。学校组织教师利用公用教室“坐诊”，帮助学生释疑解惑，或者通过“出诊”的方式，上门帮助“学困生”化解自主学习问题，树立自主学习信心，掌握自主学习方法的一种师生互动的、个性化的教学活动。

由于这样的活动，是依据每个学生（包括学优生、学困生）不同的学习需求来设计的，而且是针对每

个人突出的问题和特殊的需求来开展教学的，所以更易取得较好的效果。

组织“自助讲座”。学校年级组管会依据不同的学生群体的学习需求，定期邀请不同学科的教师开设专题讲座，这样的师生互动互助式的教学活动就是“自助讲座”。由于每次讲座的内容是在征求学生意见的基础上开设的，所以对学生而言具有针对性和选择性。由于讲座的内容是由特定的群体选择的，或者符合某一群体的学习需要，所以互动互助学习活动更具实效。讲座的内容一般围绕某一专题展开，从知识内容到构建知识体系，从学习方法的指导到具体问题的解决方法，等等。

组织“兵教兵”活动。学生间自助式的自主学习活动也叫“兵教兵”活动。由于这样的活动不仅充分利用了学习的资源，而且为学生

创设了展示自主学习成果的舞台，所以更有利于激发学生自主学习的热情、主动性和积极性。

学校每年利用高二年级学生赴南京考察契机，请上一届学生（高三学生）到各个班级介绍考察经验，提供学生跨年级合作学习的平台。学校发挥高三选修班学生专业知识特长，到高一、高二和高三班级，给学生介绍有关热点问题和热点问题。如长江隧道开通之际，学校安排地理班学生分赴各班，介绍有关长江隧道以及崇明岛开发方面的地理知识。为了做好此项工作，地理班学生分头收集资料，一起分析、整理、研究资料，共同完成讲稿和多媒体演示稿，全校学生共同分享了合作学习的成果。

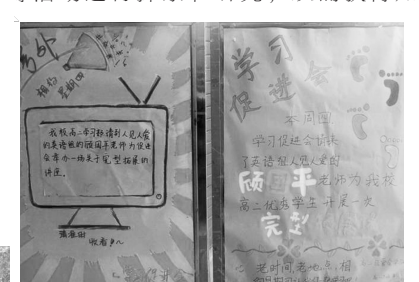
另外，许多班级利用课余时间，利用学生之间的差异，组织“兵教兵”活动，为同学们答疑解惑。

拓展点：研究型课程和社会实践，培养自主学习能力

研究型课程是在教师的指导下，学生自主地运用研究性学习方式，获得和应用知识、发现和提出问题、探究和解决问题的学习活动。研究型课程是用研究性学习方式学习的课程。

研究性学习是在教师指导下，自主地发现问题、探究问题、获得结论的过程。要求学生从自然界、社会生活中选择和确定研究的问题，通过观察、调查研究、查阅资料、获取信息、设计研究方

案、动手操作实验、收集分析和解读数据、提出假说或猜想、验证、表达和交流等活动进行探索和研究，从而获得知



识，掌握探究问题的方法和手段。

结合松江地域文化与地理环境开展课题研究。结合松江区文明办、松江区教育局等部门推出的《松江区未成年人社会实践基地》及《松江区未成年人社会实践

护照》，学校主动与松江博物馆、松江文化馆等单位研究松江历史和文化的专家联系，邀请专家在校连续开展《松江文化寻根》、《松江方言》、《松江城墙及城隍庙照壁》等专题讲座，引导学生关注松江历史、研读家乡文化；学校发动学生利用节假日手持《版图》、《护照》奔赴松江区各实践基地实地考察，寻找自己感兴趣的课题。

根据居住地域、兴趣爱好、研究方向的不同自由组合成2-6人参加的实践、研究小组，在认真研读《松江区未成年人社会实践基地版图》的基础上，选择有研究基础和价值的实践基地作为活动场所，自行设计小组参观考察路线，以学习和研究的心态展开社会实践考察。学生已经确立了《松江民居建筑历史与风格》、《方塔的历史及对松江的意义》、《窃窕古镇，魅力泗泾》、《探究松江的桥》、《松江区学生社会实践基地对学生开放程度的调查研究》、《松江区学生社会实践基地对“版图”和“护照”使用情况的调查研究》、《松江区学生社会实践基地设置中的不合理性及对策研究》等93

个研究课题。

结合学科学习内容开展主题实践活动。学生主题实践活动主要有体验性学习和探索性学习两种方式。体验性学习是一种基于学习者自身的活动体验，获得感性认识的学习过程。体验性学习的重要价值不在于学会某种知识，某种操作方式，获得某种技能，而在于学生在活动中获得的对于现实的真实感受，这种内心体验是形成认识、转化为行为的重要原动力。学校语文学科，为促进学生自主学习，结合学科学习内容，举行“读书·行路——跟着课本游绍兴”社会实践主题活动，组织学生寻访鲁迅、周恩来、蔡元培、秋瑾等名人故居和青藤书屋、大通学堂、兰亭、沈园等历史文化景观。在参观了鲁迅故里后，学生更加了解了鲁迅的生平经历，被其爱国情怀所深深感动，对于学过的鲁迅文章也有了更深的见解和感触。鲁镇中的孔乙己、祥林嫂等为人熟知的人物再现，让学生想到了鲁迅笔下的一幕幕情景，更深刻地感受到了鲁迅作品的思想情感。

感言

从“要我学”到“我会学”

谭海岚

学校教育在学生上的作为，不在于仅仅让他们掌握现存的知识，而是要让他们自己学会汲取知识的本领。因此，在学校“四自教育”中，“自学学问”的提出和实践，具有丰富的内涵。

学校的知识总是有限的，而学生的学习生涯伴其一生。显然，授之以鱼，不如授之以渔，就是授之道理。激发自主学习的动力，增强自主学习的意识，提升自主学习的能力，让学生从“要我学”变为“我要学”，从“牵着学”到“我会学”，这是学校教学必须解决的“课题”，也是映照学校教学质量的“镜子”。

所谓自主学习，是指学生在学习活动之前自己能够确定学习目标、制订学习计划、作好具体的学习准备，在学习活动中能够对学习进展、学习方法作出自我监控、自我反馈和自我调节，在学习活动结束后能够对学习结果进行自我检查、自我总结、自我评价和自我补救。

学生一旦掌握了“自学学问”的本领，必将终身受益。（作者为上海市松江一中校长）

六岁前儿童可享定期免费体检

（上接第一版）加强领导，在全社会进一步形成妇女儿童工作的合力。

韩正说，妇女儿童占上海总人口的二分之一，是推动城市发展和进步的重要力量。加强妇女儿童工作，就是要坚持妇女儿童发展与社会同步发展，把妇女儿童发展目标融入国民经济和社会发展的总体规划，把妇女儿童发展状况作为衡量经济社会发展水平的重要指标，让每一位妇女儿童充分享受改革发展的成果。

韩正指出，上海妇女儿童发展两个“十二五”规划已经颁布，提出了“国内领先、国际先进”的发展目标。在实施中，要着力促进妇女的全面发展，使妇女广泛参与政治、经济、社会、文化建设；要着力促进儿

童健康快乐成长，抓好优生和教育等儿童成长的每个环节，高度重视学龄前教育，让每一位儿童在人生最重要的启蒙时期，有更多的自由发展空间，同时加大社会救助力度，让孤儿、病残儿童、流浪儿童都能感受到社会的温暖；要着力建设更加良好的妇女儿童发展环境，保障妇女儿童合法权益；要着力加强来沪妇女儿童工作，逐步提高来沪妇女儿童的社会保障水平。妇女儿童工作是庞大的社会系统工程，要动员全社会的力量积极参与妇女儿童事业。

会上，市妇儿工委工作报告透露：“十一五”期间，上海妇女儿童事业发展取得了历史性的进步，数据显示上海女性平均期望寿命84.4岁，达到世界发达国家平均水平，男

女两性收入比由“十五”末的100:65提高至“十一五”末的100:83。参照国际相关指标，上海妇女总体发展水平已接近世界中等发达国家平均水平，上海儿童总体发展水平已达到世界发达国家的平均水平。

副市长、市妇儿工委主任赵雯主持会议。市政府副秘书长、市妇儿工委副主任薛潮代表市妇儿工委作了工作报告。

会上，市卫生局、市教委、虹口区等部门做了工作交流。会议还对荣获全国实施妇女儿童发展纲要先进集体和先进个人、上海市实施妇女儿童发展“十一五”规划先进集体和先进个人及2006-2010年度上海市妇女权益保障先进集体和先进个人进行了表彰。

（上接第一版）在声明中，科学家们反复强调，他们以往的实验都在严格的安全监管下进行，新病毒绝无泄漏。但外界的指责声仍然一浪高过一浪，世界卫生组织甚至指责美国政府不该支持这项研究。

蓝柯告诉记者，从目前已知信息看，两个实验室采用的均是较常规的方法，在技术手段上并无特别创新，“新病毒的诞生很可能只是一个意外的副产品”。

高风险科研如何监管

科学就是这样一把“双刃剑”：为了防范禽流感扩散的科研，却培养出了更危险的新病毒。

但目前，人们不必为此恐慌。按

克制住“争第一”的冲动

照规范，这些病毒都“禁闭”在生物安全等级相当高(BSL-3)的实验室里；科研人员受过严格培训，又在严格监督和保证安全的前提下工作，脱离离开实验室前必须换掉全部衣服、淋浴，同时实验室空气长期保持负压，使病毒有逃逸的可能。如今，无论国内外，针对病毒实验的防控技术都已十分成熟。

不过，上海巴斯德所生物安全主管高璋认为，对于高风险科研的监管应更有力。根据我国相关规定，涉及高致病性病原微生物的实验，必须单独申报，由所在省的卫生管理部门审批，有的还必须报卫生部审批。美国对涉及改动基因的科研项目也有很严格的法规。但规定尽

管严格，执行起来却可能并不严格。另外，这次事件提出了新的警示：研究论文都已经投寄出去，NSABB才急急忙忙要求“有限发表”……因此他认为，更理想的做法，是研究过程中一旦遇到高风险问题就立即暂停、评估，并把这类科研置于更透明的监管之下；等到研究结束再监管，很可能成为“马后炮”。

“停下来，想清楚”

两个实验室自愿暂停研究60天的做法，得到了同行们的认可。“这是对的，因为很多重要问题需要理清头绪。”美国国立卫生研究院过敏与传染病国家研究所的安东尼·沃斯博士说，他希望所有从事相关

研究的科学家都参与讨论。

根据声明，两个实验室的科学家将把主要议题集中在研究的科学性，以及如何降低后续研究的风险。蓝柯解释，从科学角度讲，尽管新病毒能够在雪貂中传播，但未必能在其他哺乳动物中传播——这个问题需要研究；更重要的是，如果实验进行下去，是否会产更危险的病毒？如果决定继续实验，是否应该提高实验的安全级别？这些问题又会引出更深的科学伦理、监管制度问题，真要讨论清楚恐怕60天还不够。

“在探索未知的过程中，总会碰到未知的风险。”蓝柯说，科学家深入一个领域，往往凭着个人兴趣，自然想一直往前，但在科学史上争抢第一，是科学家的动力和成就感的重要组成部分；但科学发展一定要服务于人类福祉，“因此有时候必须放慢脚步”。