

为学生定制一张作息时间表

学校非常重视学生的身心健康，为学生定制了一张作息时间表，为学生创造了健康快乐的成长环境，并帮助他们养成良好的习惯。

一是按时睡觉。高中生6：30起床，21：30睡觉，加上午休1小时，每天不少于8个小时睡眠时间。初中生每天睡眠时间不少于9个小时，小学生不少于10个小时。睡眠时间多了，精神异常饱满，学习效率非常高。

二是加强锻炼。学校认为身体好是一切的根本，因此提出了“学生每天运动2小时，健康生活一辈子”的理念，而且一以贯之，严格执行。每天的早操、间操和课外活动雷打不动、风雨无阻。孩子们晒得黑里透红的脸上，荡漾着的是少年儿童的健康之美。身体健康了，心情也更加愉悦，在学习的时候，不但压力小了，反而有一种越战越勇之势。

三是饮食之美。民以食为天，正在长身体的学生，更需要吃好并保证营养。为此，天立学校除了一日三餐之外，上午和下午还各有一次午餐。有专门人员将牛奶、面包、点心、水果等送到教室，让孩子们各取所需地尽情享用。“三餐两点”不仅保证了学生的营养，还提高了学生的身体素质，为未来的成长奠定了良好的基础。

四是减少作业。比如三至六年级的学生在晚饭后的自习课上，完成教师布置的点到为止的必做作业之后，便可以轻松地听教师讲述生动有趣的故事，抑或观看他们喜欢的节目。自习课结束后，住宿生在教师的带领下，在操场上有说有笑地漫步一圈后，便回到宿舍洗澡睡觉。走读的学生同样没有课外作业，自习课结束后便回家休息。

从上小学到高中毕业12年间，天天如此，月月如此，年年如此，便自然而然地形成了习惯。正是在学校里养成了良好的习惯，学生们不仅当下体会到了养成良好习惯的好处，而且还会向未来的生命延伸。

“五级质量评价体系”促进教师发展

教师工作的优劣，应当有一个科学的评价标准。天立学校的教师评价，一方面借鉴其他学校的成功经验，一方面不断进行实践探索。

学校从学生喜欢、家长满意、同事好评、成绩优异四个方面来评价教师。

学生喜欢、家长满意、同事好评采用问卷调查的形式进行，评价标准有ABCD四个选项，学生、同事和家长不记名定期对教师进行评价。A代表“非常喜欢”，B代表“喜欢”，C代表“满意”，D代表“不评价”，“不评价”就是“不满意”。通过专门制定的选择题由评价者自行决定选项。

之所以用“不评价”代替“不满意”，一是不引导学生说对某位教师不满意，以免师生产生对立情绪；二是也给教师暗示，以后积极努力，成为学生满意乃至喜欢的教师。

对某位教师的评价，学生评价用A+B总数除以全班学生总数为“喜欢度”；家长、同事评价用A+B+C总数除以学生家长总数为“满意度”。学生对教师只看“喜欢度”，家长和同事考查“满意度”，三项调查指标综合起来，每名教师的评价得分便一目了然。

在教育实践中，学校始终强调教师应秉持公平公正的教育理念，关注每一名学生，无论是学优生、中等生还是学困生，都应一视同仁。教师不仅要关心那些听话的学生，也要对那些不太听话的学生给予耐心与关怀。这是因为教师的言谈举止对学生有着深远的影响。学生和家长对教师的教育行为观察入微，如同拥有“火眼金睛”。如果教师缺乏教育良知，存在偏心偏爱，不仅难以获得良好的教育评价，更无法真正实现教育的公平与公正，让孔子“有教无类”的教育主张在当代教育中落地生根、开花结果。

同事对教师的“满意度”评价不仅关注教师的教学水平，还重点考查教师的合作精神与团队意识，在一定程度上也能反映出教师的心理健康状况。这种评价方式旨在全面衡量教师的综合素养，引导教师不仅要在教学业务上精益求精，还要具备良好的协作能力。

例如，个别教师虽然在教学上尽心尽力，但在团队合作中表现欠佳，也会导致评价得分不理想。学校认为，优秀的教师首先应是善于合作的人，不仅要具备较强的专业能力，更要拥有合作共赢的品质，这样才能立足当下，走向未来。

二人同心，其利断金。一个人不管如何优秀，他只能走得更好；只有一群人优秀的时候，才能走得更远。因为同心同德可以产生巨大的生命能力，并形成一种和谐向上的精神氛围。这些，还会内化成一种精神文化，并悄无声息地滋养学生乃至教师的心灵。心灵的丰盈，不但可以让个体精神愉悦，更可以生成一种蒸蒸日上、蒸蒸日上的精神气象。

成绩优异——学校构建了五级质量评价体系，包括卓越—特优—优秀—良好—合格，此外还关注学部年级开发的其他评价指标供选择。每次考试成绩至少要用五级的维度去评价教师的教学情况，要求教师全方位关注每一名学生，践行“不让一个孩子掉队”的理念。

济宁天立学校

多措并举促发展 守正创新育英才

天立教育集团一直以来秉持多元育人理念，致力于培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。济宁天立学校作为集团的“后起之秀”，始终认真落实立德树人根本任务，重视学生的全面发展，注重学生的身心健康和综合素养提升。

2021年9月1日，山东省济宁天立学校正式开学。在短短三年多的时间里，现已拥有400余名教师、近4000名学生，小学初中高中类别齐全，办学成绩持续提升，成为太白湖新区乃至整个济宁市有口皆碑的优质学校。学校校长韩顶清2015年加盟天立教育集团，创建了河南省周口天立学校和山东省济宁天立学校并担任首任校长，他曾获得优秀班主任、优秀教育工作者等荣誉称号。



学生在学校尊师典礼上为校长敬献鲜花

天立学校秉持“双高质量”办学理念，致力于实现高办学质量与高素质教育的结合，通过开设“立达”素养课程，全面落实天立教育“六立一达”课程理念。其中，“立身”旨在培养学生身体健美、心理健康、人格健全，成为完整的人；“立德”着重塑造品德高尚、谈吐高雅、行为文明的人；“立学”鼓励学生主动学习、高效学习、深度学习，成为智慧人；“立行”着重培养生活自理、学思践悟、知行合一的实践人；“立异”激发学生个性鲜明、追求卓越、崇尚科学的创新精神；“立心”培养学生心有信仰、坚毅坦荡、知足感恩，成为幸福人；“达人”则培养学生做对国家对社会有贡献、有利于他人的人。

在教育教学实践中，学校通过国家必修、天立专修、骄子选修、主题活动、校社衔接等载体开设以下课程：

1.立身课程

通过游泳、形体、传统武术、足球、生命安全与自救互救等课程与活动落实“完整人”的育人目标。

学校学生贾明泽、郝芯皓桐、郑子谦、张孙炽在2022年济宁太白湖新区中小学生体育联赛游泳选拔赛所报七项赛事中，五项夺得前三名。其中初中部学生张孙炽在男子50米蛙泳和50米自由泳（13—15岁组）比赛中均获冠军，小学部学生贾明泽在男子50米仰爬交替（9岁组）比赛中获得第二名。

在2024年第六届山东省武术精英大赛中，天立学校小学部武术队表现出色，斩获佳绩：3名学生荣获一等奖，5名学生荣获二等奖，学校还荣获“体育道德风尚奖”。这一成绩不仅是对学生们武术技艺的肯定，更是对中华武术文化传承与展示的生动体现。通过这样的赛事，学生们不仅锻炼了身体，更在传承和弘扬中华优秀传统文化中增强了文化自信。

2.立德课程

学校通过开展一系列特色教育活动，有效拓宽了德育主渠道。借助主题班会、主题升旗仪式、社会实践活动、成人礼、毕业典礼、经典诵读以及传统节日综合实践等多样化的活动形式，培养学生的文明素养，引导学生树立正确的价值观和行为规范，努力塑造品德高尚、

“立达”素养课程的教育实践

谈吐高雅、行为文明的人。

3.立学课程

学校通过“双语读过关”“理科算过关”“课堂用本使用技巧”“精准个辅”“时间管理”“满分计划”等多种教学方法，为学生传授主动学习与高效学习的策略，着力培养学生的深度学习能力和问题解决能力，致力于塑造具有卓越学习素养的“智慧人”。

4.立行课程

学校通过开设劳动实践课程、生活课程、立行研学课程，组织学生参与传承红色文化、社区服务等活动，引导学生在实践中体验劳动的价值与意义，培养知行合一的“实践人”。学生们在整理内务、制作发明等具体活动中，不仅锻炼了动手能力，更在实践中磨炼了意志、增强了责任感，逐步树立正确的劳动观念和良好的劳动习惯。

5.立异课程

学校通过开设特色课程、人工智能课程、创新思维训练以及素养课程展示等活动，引导学生创作陶艺作品、蜡染作品、书法作品、手工制品、绘画作品、科技小发明等，激发学生的创新热情和自信心，努力培养学生成为“创新人”。在实践中，学校人工智能参赛队在第十五届“北斗杯”全国青少年空天科技与创新大赛（山东赛区）中表现出色，荣获一等奖一项、二等奖6项、三等奖1项，并以山东省冠军的成绩进入全国决赛，最终在全国决赛中获得三等奖。

6.立心课程

学校通过定期举办尊师典礼、迎国庆系列活动、孝敬典礼、心理健康教育等活动，引导学生树立正确的“三观”，培养学生的感恩之心和社会责任感，努力将学生培养成心有信仰、坚毅坦荡、知足感恩的“幸福人”。这些活动不仅丰富了学生的校园生活，更培育和践行了社会主义核心价值观，使其成为学生情感认同和行为习惯的一部分。

六立一达，立己达人：

学校通过丰富多彩的校园生活、课程与活动，不断延伸教育的广度与深度，拓宽学生的视野，发掘学生的潜能，提升核心素养，激发学生蓬勃向上的生命力量。这一系列举措旨在为莘莘学子提供全方位的成长支持，促进学生全面发展。

“精彩课堂60秒”打造教学亮点

学校发现部分教师授课时语言精妙之处寥寥无几，甚至废话连篇。虽然要求教师整节课都达到《学记》所倡导的语言水准几无可能，但若能努力在60秒内说出精彩之言，则是完全能够实现的。因此，学校创新性地提出了“精彩课堂60秒”的要求，以此推动教师在语言表达上迈进一大步。这一举措不仅有助于提升教师的语言表达能力，更能为学生营造更加高效、生动的学习氛围，助力学生在知识的海洋中畅游得更加轻松自如。

学校规定每名教师每周录制“精彩课堂60秒”的音频或视频并上交学校，在学部或全校会议时播放3至5个60秒视频。其中，有的教师讲解生动、妙语连珠，而有的教师则讲解平平甚至废话较多。

关注教育过程，助力学生成长

在构建全面的教育评价体系时，学校强调教师不仅要面向全体学生，更要关注教育过程中的个体差异，助力每名学生在学习中获得成长与进步。

一、关注学生的成长与进步

学校认为，教育的核心在于关注学生的成长与进步，而不仅是分数。例如，一个班级中学生的优秀表现，既与学生自身的努力有关，也与教师的精心引导密不可分。在小学阶段，学生的学习习惯养成至关重要。“教师应从学生入学起就注重培养学生的好习惯，如认真审题、细心答题等，避免因马虎而导致错误。通过持续的引导和鼓励，帮助学生逐步养成‘不贰过’的学习习惯，为未来的学习打下坚实基础。”韩顶清说。

著名教育家叶圣陶先生曾说：“什么是教育？简单一句话，就是要养成习惯。”教师在教学过程中十

分关注细节，注重学生良好习惯的养成。小学阶段是习惯养成的关键期，教师将这一理念落实到具体的教学实践中。通过日常的练习和反馈，帮助学生逐步养成良好的学习习惯，从而受益终身。

二、关注学生的个体差异

学校认为，每个学生都是独一无二的，教育应关注每名学生的个体差异，给予学生同等的关注和支持。

学校教师通过多种方式了解每名学生的学习情况，制订个性化的教学计划。例如，在每次月考中，教师预设每名学生的最低分目标，并根据实际情况进行调整。预设最低分的目的是让教师更加关注学困生，了解他们的学习难点，给予他们更多的支持和鼓励。

“教师应关注学生的点滴进步，及时给予肯定和鼓励。通过持续的努力，帮助学困生逐步提高学习成绩，增强学习信心。同时，教师应注重与学生的沟通，建立和谐的师生关系，为学生创造一个积极的学习环境。”韩顶清说。

通过关注教育过程，助力每名学生的成长与进步，学校不仅提升了教学质量，更为学生的未来发展奠定了坚实的基础。（陶继新）

