

内生课堂：大面积提高初中育人质量的实践探索

孙 婕，何 晶，高 琼

摘要：面对薄弱学校普遍存在的学生学习动力不足、课堂教学效能低下、育人质量不高等现实困境，如何激发学生的学习内驱力成为教育改革的关键命题。浙江师范大学附属杭州笕桥实验中学以课堂改革为突破口，历经近二十年的实践探索，建构了以激发学生内在学习动机为核心的“内生课堂”育人体系，通过重塑学习组织、方式与资源，有效实现了从“外控式教学”向“内生型学习”的转型，使学校从生源流失严重的“薄弱校”跃升为全市教学质量前列的“标杆校”，为薄弱学校提质转型、大面积提高初中育人质量提供了有益参考。

关键词：初中教育；育人质量；内生课堂；内生力；薄弱学校

课堂是育人的主阵地，也是教育质量提升的关键所在。2017年，中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于深化教育体制机制改革的意见》，明确提出要“建立以学生发展为本的新型教学关系”^[1]，强调要尊重学生个体差异、激发学习兴趣、促进主动发展。2023年，教育部办公厅印发《基础教育课程教学改革深化行动方案》，进一步指出要“尊重学生主体地位，发挥教师主导作用，注重启发式、互动式、探究式教学，克服单纯教师讲学生听、教知识学知识等现象，引导学生主动思考、积极提问、自主探究”^[2]。然而，在推动义务教育优质均衡发展的进程中，部分薄弱学校仍深陷“动力缺失—效能低下—质量滑坡”的现实困境，传统的外控式教学模式已难以适应核心素养时代的学生培育需求。如何破解这一难题，建构能够激发学生内生

动力的课堂新范式，成为当前初中教育改革亟待回应的重大命题。浙江师范大学附属杭州笕桥实验中学（以下简称“笕桥实验中学”）立足本校情况，以课堂教学改革为突破口，历经近二十年的持续探索，形成了“内生课堂”育人体系，显著提升了教育教学质量，实现了学校从薄弱到优质的跨越式发展。本文基于笕桥实验中学的实践探索，系统梳理了“内生课堂”的理论逻辑与实践路径，以期同类学校提质转型提供参考。

一、薄弱学校提升育人质量的现实困境

在城镇化进程加快与教育资源配置结构性失衡的背景下，部分薄弱学校学生群体流动加剧，生源基础与学习氛围下降，课堂教学“高耗低效”，难以实现育人方式的深层变革，学校社会声誉的持续走低与家庭信心的不断消解，使学校

成果信息：2022年基础教育国家级教学成果奖二等奖（J-2-2022162）。

作者简介：孙婕，浙江师范大学附属杭州笕文实验学校校长、高级教师（杭州 310000）；何晶，浙江师范大学附属杭州笕文实验学校教师（杭州 310000）；高琼，浙江师范大学附属杭州笕桥实验中学原校长、正高级教师（杭州 310000）。

发展心有余而力不足。究其根本,这些问题归结于以下三重困境。

(一) 课堂以讲授训练为主导,育人功能窄化

随着课程改革进入了以人为本和核心素养时代,从以教为主转向以学为主、从以讲解接受为主转向活动建构为主是育人方式变革最集中、最典型的表现。^[3]然而在实际教学中,多数课堂仍以教师讲解和学生训练为主要形态,忽视了学生的主动参与和深度体验,教师讲授时间占比较高,学生自主探究时间相对不足,课堂互动多停留在浅层问答层面。这种以“灌输—接受”为主的课堂形态,导致学生在批判性思维、创新能力、合作意识等方面发展不足,课堂的育人功能被窄化为单纯的知识传递,难以适应新时代人才培养的要求,育人效能整体偏低。

(二) 学生学习内驱力不强,自主性不高

在传统课堂的长期影响下,薄弱学校的初中生学习主动性严重不足,主要依赖外在约束和奖惩机制维持学习行为,缺乏内在的学习动机和持续的学习热情。这种外在驱动的学习模式导致学习效果差,一旦外部压力减轻,学生学习行为便迅速衰退,进一步降低学生学习的内在动力。长此以往,学生不仅难以形成自主学习能力,更会对学习产生抵触情绪,严重制约其终身学习能力与可持续发展能力的形成。

(三) 教学方法策略单一,多样性不足

薄弱学校课堂互动多为“提问—应答”的传统形式,缺乏真正意义上的平等对话、深度探究与协同共创。多数教师仍沿用“一刀切”的教学方式,教学方法单一枯燥,难以适配不同学生的认知特点与学习需求。这不仅让学生感觉学习负担沉重、过程乏味,还严重影响了师生之间的信任关系,导致学生学习兴趣持续低迷,课堂教学质量难以提升。

综上,如何通过课堂教学改革激发学生学习内生力,整体提升育人质量,成为薄弱学校转型发展的核心命题。对此,笕桥实验中学以“内生课堂”为突破口,围绕学生内生力培育,系统更新教育理念,优化教与学的方式,丰富教学策略,完善保障机制,历经多年实践,走出了一条适合薄弱学校发展特点的育人质量提升之路,为大面积提高初中育人质量提供了实践抓手。

二、“内生课堂”从破局到成熟的探索历程

笕桥实验中学以问题为导向,以学生内生力培育为主线,经历起步、成型、深化和推广四个探索阶段,层层递进、迭代升级,逐步建构起“内生课堂”育人体系。

(一) 起步阶段(2007—2012年):破解课堂困境,激活内生动力

在这一阶段,笕桥实验中学针对课堂育人功能窄化、教学效能低下等问题,进行了课堂育人理念改革。一是学校积极开展了基于动机激发理论和差异教学理论的主题培训,提出了“内生课堂”教学主张。二是学校从课堂诊断入手,通过课堂观察、问卷调查、深度访谈等方式剖析症结,尝试通过“作业限行”、差异化指导、目标匹配等方法激发学生学习动机。三是学校建构了“助学案”“问题串”“资源包”等教学支架,运用“目标卡”“反思卡”“点赞卡”等工具开展导助式教学,培育学生的学习内生力,提高课堂育人效能。

(二) 成型阶段(2013—2014年):建构实践模式,规范课堂操作

在这一阶段,笕桥实验中学着力解决课堂转型的操作方法与实施路径问题,推动“内生课堂”从零散探索走向系统成型。一是整体建构实践模式,设计了包含自主预习、互助学习、协同探究、星级挑战和评价迁移在内的“五段进阶”学习流程,形成了包括弹性、基础、关键、拓展、关联在内的五阶目标。二是基于“内生课堂”建立了备课、上课、作业、辅导、检测等十余项教学规范,开设“预习课”“自助课”“反思课”提升学生自主学习能力。三是开发了可供学生选择的“创客”“戏剧”“辩论”等课程群,打造新型学习空间。

(三) 深化阶段(2015—2017年):创新教学策略,打造课堂文化

在这一阶段,笕桥实验中学着力解决“内生课堂”的教学策略与文化建设问题,推动“内生课堂”从模式建构走向内涵发展。一是提出五大教学策略,以弹性目标、任务自选、问题驱动激发学生学习动机;以扶放有度、个性指导、支架助推实施因人导助;以课堂承诺、师生信任、诚

信管理推进课堂自治；以内容整合、技术融合、空间重构拓展学习资源；以课堂之星、内生指数、自主进阶推进评价创新。二是打造“价值—情感—行为”学习共同体，通过学校与班级协同、教师与学生互促，培育诚信、自主、自治的“内生课堂”文化。

（四）推广阶段（2018年至今）：系统优化成果，推广全国实践

在这一阶段，笕桥实验中学着力解决“内生课堂”的系统优化和成果推广问题，推动“内生课堂”从校内走向全国。一是实施科研引领计划，建成全国骨干教师挂职研修基地，与高校联合成立“内生课堂”研究中心，编撰实践手册、出版学术专著。二是实施推广辐射计划，整体与模块相结合，在中西部地区成立了26所“内生课堂”基地校，协同推进“内生课堂”的区域教学实践。三是承办全国性学术论坛，发起“内生课堂”联盟，发布“内生课堂宣言”，近年来学校开设专题讲座百余场，实践成果纳入浙江省师训平台、入选全国“立德树人落实机制”优秀案例学校，教改经验辐射全国。

三、“内生课堂”的内涵与框架

（一）“内生课堂”的学理基础

“内生课堂”以实现高质量育人为终极目标，以动机激发理论和差异教学理论为学理基础。动机激发理论为学生学习内生力的激发提供理论依据，强调通过满足学生的自主需求、胜任需求和归属需求，培育学生内在的学习兴趣与求知欲，让学习成为学生的内在追求^[4]；差异教学理论则要求课堂教学要立足学生的学业水平、学习能力和个性差异，提供分层、可选的学习内容，实施多样化教学策略^{[5]3}，让每个学生都能在“最近发展区”实现自我突破，获得学业成就感，进而强化内在学习动机。两大理论的融合，让“内生课堂”的建构既符合学生的身心发展规律，又契合课堂教学的实际需求，为实践探索提供了科学的理论指引。

（二）“内生课堂”的核心要义

“内生课堂”是指在诚信自治的课堂生态下，以培养动力、毅力、创新力等“内生力”为目的，通过内在价值的追求与体认，让学生在学习

中获得满足感、成就感、幸福感，实现持久育人效应的课堂样态。基于这一理念，“内生课堂”在实践层面确立了以激活、走心、得法、生力为核心的操作要义，推动育人理念落地为具体的课堂教学行为。一是激发学生自我发展的主观能动性，激活推动学生成长的内部动力系统；二是创设“自主、胜任、联结”的外部环境和条件，促进学生的意志、情感、潜能、价值观的积极变化，形成和谐共生的情感联结和心理共鸣^[6]；三是培养学生科学认识世界、勇于实践的能力，获得自我超越、探求真理的创新力。

（三）“内生课堂”的基本结构

笕桥实验中学围绕高质量育人目标，以动机激发理论和差异教学理论为理论支撑，建构了“教学主张—教学策略—学习流程”的“内生课堂”育人模型（见下页图1）。

在教学理念上，“内生课堂”锚定四大主张：一是价值取向从育分走向育人，改变过于关注分数的理念，追求学生的全面发展和可持续成长；二是学习动力从外铄走向内生，改变学习过分依赖外部力量的现状，用弹性目标、任务自选等方式提高学生学习自主性，以兴趣激发、问题驱动激活学生内在动机^{[5]4}；三是课堂生态从单一走向协同，改变课堂过于由教师主导的状况，建立“信任、民主、共生”的新型师生关系，打造师生互动的课堂文化；四是教学评价从绝对值走向增长值，从注重考试分数、作业等级的结果性评价走向注重进步、成长、创造的过程性评价和增值性评价，以评价推进内生力的持续进阶。在教学策略层面，“内生课堂”以五大策略为抓手：以动机激发策略唤醒学生内在学习意愿，以因人导助策略适配不同学生的学习节奏与需求，以自治管理策略培育学生的自主责任意识，以资源供给策略为探究性学习提供支架支持，以点赞评价策略实现过程性、发展性的激励反馈。五大策略与学生的“五段进阶”学习流程形成对应的支持体系。在学习流程层面，“内生课堂”形成了自主预习、互助学习、协同探究、星级挑战、评价迁移五个阶段，每一阶段都有相应的策略支撑与保障：从自主预习中的动机唤醒，到互助学习中的因人导助，到协同探究中的自治管理，再到星级挑战中的资源供给，最终通过评价迁移实现学

习成果的内化与增值，形成“策略驱动流程、流程支撑目标”的育人链条，促进各阶段的动力传

导与目标递进，最终实现学生内生力的持续生长与高质量育人目标的达成。

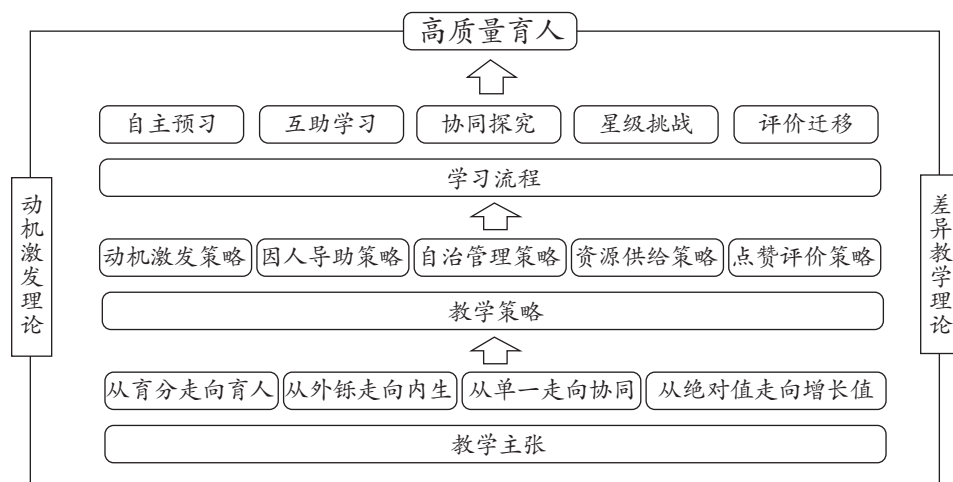


图1 “内生课堂”育人模型

四、指向提升育人质量的“内生课堂”实施方案

为切实将“内生课堂”的理念、要义转化为提升薄弱学校育人质量的实际效能，笕桥实验中学立足学校育人整体布局与课堂教学实践，从载体、流程、策略、技术和制度五个关键维度系统建构“内生课堂”提升育人质量的实施方案，层层递进、协同发力推动“内生课堂”落地生根。

（一）载体创新，开发“内生课堂”的教学工具

笕桥实验中学围绕教师教学、学生学习和师生评价三个维度，开发了系列教学工具，形成了“三表、三单、一量规”的教学工具包，为“内生课堂”的常态化实施提供坚实支撑。在教师教学方面，笕桥实验中学开发了“三表”教学工具：一是教学目标设计参考表，以3个思维层级和15类要素呈现学生理解的证据，帮助教师精准设计每节课的教学目标；二是课堂导助策略观测表，以“五段进阶”流程、“扶放教学”标准、支架类型工具引导教师精准掌握教学“扶放”的时机、方式及工具的使用，确保教师在“内生课堂”推进中，科学判断学生所处的思维层级与所需的帮扶形式，从“扶”到“放”、有“扶”有“放”，形成“扶放”有度的教学智慧；三是“内生课堂”观测表，以3个要素、7个维度和17个

观测点将“内生课堂”的特征具象化、标准化，以学生自主活动、师生协同探究、课堂信任文化、学生目标进阶等内容为重点，帮助教师找准改进的方向。

在学生学习方面，笕桥实验中学设计了“三单”自主学习工具：一是航标单，设置了序列化目标及相应的梯度化内容，学生在预学基础上，可根据自身情况自主选定学习内容，在课堂上独立或合作完成探究，实现目标进阶；二是任务单，在“五段进阶”流程中设置相应的星级挑战环节，供学生自主选择不同星级的学习任务，在同质小组协作中完成挑战，实现差异化培养目标；三是作业单，围绕单元主题设计作业单，为学生提供层级化作业，帮助学生及时巩固、拓展、实践，引导学生开展有针对性的课后学习，减轻不必要的学习负担。

在师生评价方面，笕桥实验中学围绕“自我驱动、反思矫正、沟通合作、表达展示、策略运用、创新实践”等内生力外显指标达成情况研制了师生共评量规，以推动教师改进教学策略、学生改进学习方式。

（二）流程再造，确立进阶生成的学习范式

“内生课堂”打破传统课堂教学的线性灌输模式，建构了学生“五段进阶”的学习流程（见下图2），在学段目标、教学策略和相应工具的支持

下,促进学生循序发展。在具体教学实践中,“五段进阶”流程依据学科特征、学习内容、学生发展实际情况而灵活变化,激发每一位学生的内生力。

在自主预习环节中,教师以航标单、任务单为载体,通过目标导航与学情把握,精准锚定学生的认知起点,让学生带着明确的方向与问题进入学习,在自主梳理与初步探究中激活内在求知欲,为后续学习奠定基础。进入互助学习阶段后,学生以组内讨论、组间互动的方式展开深度交流,在思维碰撞中相互启发、彼此支撑,教师则依托课堂公约卡、师生共评量规等工具,因人导助,让不同层次的学生都能在合作中获得学习的成就感。在协同探究环节中,通过任务分工、

成果展示与点评补充,学生从个体学习走向群体共创,在共同解决挑战性问题的过程中,实现知识的深度建构与能力的协同提升^[7],自治管理的理念也在这一过程中逐步内化。在星级挑战环节中,以自选任务、同质分组和成果整理为路径,为学生提供差异化的进阶空间,让每位学生都能在“最近发展区”实现自我突破,在达成目标的过程中强化学习的内在驱动力。最后,在评价迁移环节中,通过发布共享、指数生成与项目实践,将课堂所学延伸到真实情境中,让学生在应用与创造中深化理解,同时借助点赞评价等策略,让学习成果可视化、可迁移,推动学生从“学会”到“会学”的转变。

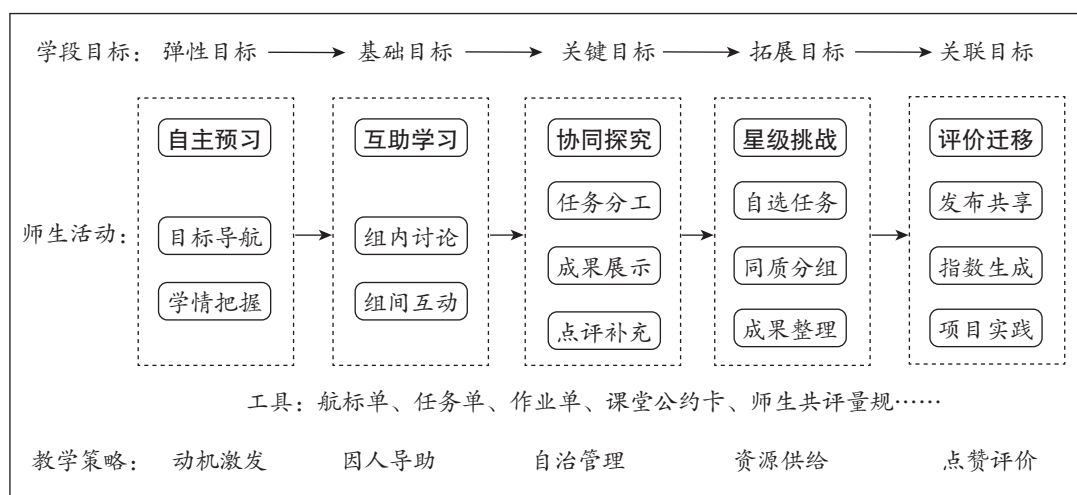


图2 “内生课堂”的“五段进阶”学习流程

(三) 策略优化,完善教学实施的协同机制

笕桥实验中学以动机激发为理念,以因人导助为原则,以自治管理为依托,以资源供给为支撑,以点赞评价为驱动,激活学生的内在学习动机,创建了“内生课堂”五大教学策略(见下页图3),系统推动“五段进阶”学习流程顺利实施。其一,动机激发策略。该策略以学生的“学”为着力点,以自主、胜任、联结为操作要义,创设学生主动学习的环境与条件,通过弹性目标设定、任务自主选择、真实问题驱动,点燃学生学习热情,从根本上解决“想不想学”的内驱力问题。其二,因人导助策略。该策略以教学方式的转型为基础,以教师的“教”为着力点,准确把握“学”的规律,以“导”的方式为操作

要义,使教师角色从“讲授者”转变为“导助者”,开展“导趣、导疑、导评”与“助学、助疑、助教”活动。教师根据学情提供个性化支架,扶放有度,精准解决“会不会学”的方法论问题。其三,自治管理策略。该策略以优化课堂生态为目的,以解决课堂合作无序、效能不高的问题为着力点,以“信守承诺、自主推动、自我管理”为操作要义,建立课堂承诺、师生信任、诚信管理的自治机制,从而营造民主、平等、安全的课堂生态,消除学生恐惧心理,解决“敢不敢学”的心理障碍问题。其四,资源供给策略。该策略针对学习资源匮乏的问题,以课堂组织和内容的优化为着力点,以“整合与重构”为操作要义,整合课程内容,融合信息技术,重构学习

空间，打破教材、教室的物理边界，引入社会资源与网络资源，丰富学习内容，拓宽学生视野。其五，点赞评价策略。该策略针对过分关注评价结果的问题，以学生的增值评价、过程评价和自主评价为着力点，以尊重自主、保护

隐私、自我超越为操作要义，引入课堂之星、内生指数、自主进阶等多元化评价量规，关注过程表现、努力程度与增值发展，弱化横向排名，强化纵向成长，科学回答“学得怎样”的价值判断问题。

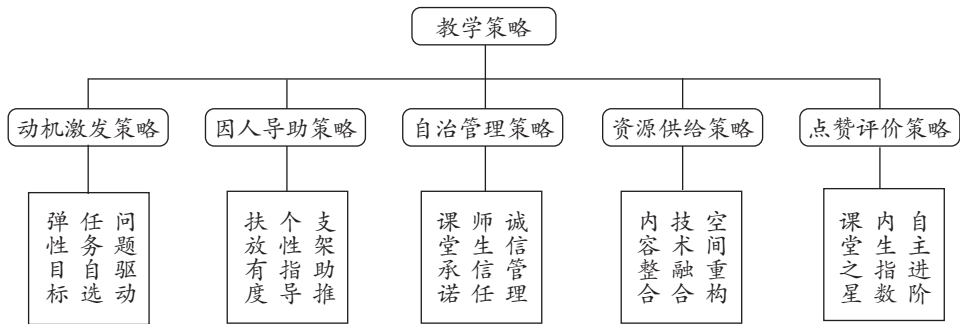


图3 “内生课堂”五大教学策略

（四）技术赋能，驱动教学方式的数字化转型
笕桥实验中学依托数字化手段，建构“数据·智能·空间”支持系统，为“内生课堂”的发展提供强劲动力，推动教育方式从“经验驱动”向“数据智能”跃迁。通过数据诊断，教师实现精准教学决策，利用学习分析系统全过程采集学生成绩、行为等数据，精准定位知识薄弱点与能力短板。教师依据“数据画像”调整教学策略，实现从“凭经验大概估”到“靠数据精准教”的转变。^[8]学校通过智能工具辅助，打造了人工智能“智慧教练”，引入“AI苏格拉底”系统，协助教师反思教学行为，提供改进建议，辅助学生进行个性化学习，提供即时反馈与自适应推送，实现规模化教育下的个性化支持。学校借助云端空间技术，建立了云端错题资源库与虚拟学习空间，可自动生成个性化错题集并推送资源，支持学生随时随地进行自适性学习。

（五）制度完善，筑牢可持续发展的支撑体系
课堂变革的持续推进需要完善的机制保障作为支撑。笕桥实验中学围绕教研一体、系统推进、多元协同三个维度，建构了可持续发展的支撑体系，以确保“内生课堂”的常态化实施。

一是教研一体。笕桥实验中学建构了项目引

领下的教学、教研、科研一体化研修机制，形成了包含导助、课程、作业、评价、内生力、课堂文化、自治管理、技术赋能八个重点的教研项目和子项目群，教师可根据教学实际需求进行重点项目与子项目研究，并将成果应用于实践。

二是系统推进。笕桥实验中学创设了兼顾全面、重点突破的教师专业能力的培养机制。笕桥实验中学以月主题研讨、学期主题论坛、学年课堂博览会等为载体，建构了学生基础能力、教师胜任力提升的双训机制，设置了教师发展中心、学生发展中心等机构专项推动课堂治理，建设服务“内生课堂”的程序性、激励性、评议性制度，形成了“内生课堂”建设的制度体系。

三是多元协同。笕桥实验中学向内创设了家校协同成长机制，开发家校协同成长课程，搭建线上、线下相融合的交流平台，组织家长学习“内生”理念，分享亲子成长案例；向外利用高校优质资源，成立“内生课堂”研究中心，围绕重大项目开展创新实践，建构了专家嵌入式导助体系，联合教研机构、同伴学校、第三方机构等社会力量，成立“内生课堂”发展联盟，培育“内生课堂”基地学校，组织“内生课堂”学术论坛、主题沙龙、教师培训等活动，建设家校社三方有机融合、持续互动的协作平台，促进家校社协同育人。

五、“内生课堂”赋能育人质量提升的实践成果

历经近二十年的实践探索，“内生课堂”不仅助力笕桥实验中学实现了跨越式发展，而且形成了显著的示范辐射效应，成为大面积提高初中育人质量的成功范本。

（一）学生内生力显著提升，综合素养不断提高

“内生课堂”激活了学生内生的学习动力，经学校内生力测评系统估算发现，在“内生课堂”影响下，学生内生力素养指数平均上升60%，尤其是沟通合作能力与表达展示能力提高显著。此外，学生的综合素养大幅度提升。第三方测评结果显示，笕桥实验中学的学生在合作沟通、高阶思维、特长发展方面指数等级快速提升，科学、体育、艺术等综合考核成绩从全区末位到名列前茅，学校因此成为了区域教学质量“标杆校”。

（二）教师专业能力显著提升，实现双重转型升级

“内生课堂”的探索推动教师实现了教学理念和教学能力的双重转型升级，教师从传统的知识传授者转变为学生学习的引导者、组织者和合作者。通过专题培训、课例打磨、科研引领、专家指导等多种方式，笕桥实验中学教师的专业能力得到显著提升，多名教师成为区域骨干教师、学科带头人，在省市区教师技能大赛获奖，获批多项省市级课题，形成了“以研促教、以教促学”的专业发展氛围。

（三）学校课堂品质和办学水平持续提高，形成辐射带动效应

笕桥实验中学建成了系统性的“内生课堂”

教学资源库，从一所不到20个班级规模的薄弱学校发展成为拥有六所学校、九个校区、万名学生的优质教育集团，成为具有广泛影响力的改革窗口学校、全国“立德树人落实机制”优秀案例学校，“内生课堂”的实践成果也在多区域、多学校进行推广应用。目前，“内生课堂”已在国内9个区县整体推进，在26个基地校系统实施，参与“内生课堂”的联盟学校上千所，形成了全国性的课堂教学改革新样态。

参考文献：

- [1] 中共中央办公厅国务院办公厅印发《关于深化教育体制机制改革的意见》[J]. 中国民族教育, 2017 (10): 5.
- [2] 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 [J]. 中华人民共和国教育部公报, 2023 (5): 16.
- [3] 张志勇, 张广斌. 义务教育课程改革的政策逻辑与生态构建:《义务教育课程方案和课程标准(2022年版)》解读 [J]. 中国教育学刊, 2022 (5): 6.
- [4] 岳毅力, 姜华. 浅谈激发学生学习动机的心理学方法 [J]. 教育与职业, 2006 (5): 63.
- [5] 燕学敏, 华国栋. 差异教学课堂模式的理论建构与实践探索 [J]. 教育理论与实践, 2020 (17): 3-6.
- [6] 德西, 弗拉斯特. 内在动机: 自主掌控人生的力量 [M]. 王正林, 译. 北京: 机械工业出版社, 2020: 31-38.
- [7] 毛齐明. 学习中心课堂: 内涵、模式与实施策略 [J]. 中小学教材教学, 2025 (12): 7-8.
- [8] 姬梁飞. 人工智能与数学个性化学习的耦合机理及其实施路径 [J]. 中小学教材教学, 2025 (7): 28.

(责任编辑: 李欣桐)