

SHBS 2026 Spring Electives

No.	Teacher 教师	课名 Course Name	简介 Brief Description	前置要求 (如果有) Prerequisites, if any	人数 Max No.	需准的物品/花 费 (如果有) Any required eaching materials	其他说明 Other info
1	龚经Jing	Stand-up comedy	In this course, we learn how to write jokes, how to do stand-up comedy by reading books about it and watching stand-up comedy shows, and try to do stand-ups in front of our fellow classmates in either Chinese or English.		10		Students who have a sense of humour and love stand-up comedy.
2		IELTS	In this course, we learn how to prepare for IELTS		5		Students who need to take IELTS
3	Rita	American Musical Theater	Students will explore the world of American musical theater. We will discuss themes & controversies regarding to musical theater. Also, students will analyze the costuming, lyrics, and the staging of the musicals	English 2	12	None	
4	麻志琴Irene	SAT Prep	要参加SAT考试的同学	SAT 托福实考90分以上, 11年级同学优先	8		视人数, 最终开设一项。
5		Japanese Language	An introduction to basic Japanese language and culture				
6		Urban Farming都市农业	课程以校园菜园为核心, 指导学生亲手搭建有机菜园, 实践堆肥制作与朴门永续设计, 学习垂直种植技术高效利用空间。通过生态循环、土壤改良等绿色农业知识, 融合低碳理念, 培育本地适生作物。学生将参与从种植规划到收获的全流程, 探索城市农耕与环保生活的联结, 培养生态意识与动手能力, 打造可持续校园绿洲。				
7	Joshua	I Can't Draw!	Impressed by your classmate's artistic skills? Always wanted to improve your drawing skills, but... ...just can't find the time? Then this is the elective for you!			Pens, Pencils, Markers, etc.	
8	于芊Karen	Hello France	This elective will start with 26 letters, then learn some basic and daily oral French in specific scenarios. In addition, we might have chance to enjoy french films and musicals together. At the end of semester, you are able to make some simple conversations in french.	Students who don't speak French at all	10	N/A	
9		Making Journal	In the digital society, we urgently need contemplative space built with paper and pen. This course guides you to cultivate ritualized self-reflection through a structured journal system.	N/A	10	a notebook and some tapes, stickers, colorful pens...	
10	Alec	Workout + Sports Elective	Join this elective to learn how to use gym equipment, building strength and cardio. We will also play a variety of sports, such as basketball, badminton, ping-pong, volleyball, and more!	None	8 to 10	None	
11	顾斯豪David	Math Q&A Session	This elective offers students additional opportunities to raise, discuss and solve math questions encountered in their Math classes. The teacher is always pleased to do everything he can (including but not limited to discussing the homework questions and leading the review sessions to help students improve their test scores.	None		None	You are recommended to label out the questions/concepts that you feel confused before class.
12	Marc	Student Literary Magazine	Do you write, create, or photograph your own creative work? Do you want to see it in print? Do you want to collect submissions from your friends and make decisions about aesthetics and publishing? Do you want to work with a motivated team? Do you want some exciting and dynamic skills on your CV/resume for your college applications?  JOIN THE STUDENT LITERARY MAGAZINE!	Interest in publishing and layout. Interest in writing, art, and/or photography. Interest in teamwork and decision-making. Interest in soliciting submissions from peers. Can read texts in English.	12		
13	樊孟涛Frank	Muay Thai	cardio exercises boxing, kicks, knees, elbows sparring	/	5	/	/
14	George	The Cinephiles Café	The Cinephiles Café celebrates the art of film with a special focus on timeless classics across genres—drama, noir, comedy, horror, sci-fi, romance, and international cinema. Members will screen, discuss, and analyze films from different eras to deepen their appreciation of great storytelling and cinematic craft.	Strict No Devices policy.	None	None	
15	王伟Tony	《道德经》	《道德经》是体现中国古代哲学思想的重要典籍, 是道家哲学思想的重要来源。与儒家思想共同构成了中国传统文化的重要根基, 对哲学、伦理学、政治学等领域影响深远。	中文基础较好, 最好中文H级别。	8人	无	无
16	Steven Byquist	Singing and Choir	This ensemble will study singing through a number of songs and styles in English, Chinese, and other languages. Basic warm ups will be breathing and singing of scales, as well as various choral techniques.	none	no more than 20	Some sheet music may need to be ordered (but not necessary)	none
17	李婉婷 Wendy	DIY Crafts (DIY 手工课)	This DIY craft elective includes Perler beads, paper-cutting and other creative projects. It helps develop creativity and hands-on skills while enjoying the fun of making.本课程为 DIY 手工选修课, 内容包含拼豆、剪纸等趣味手工项目。通过动手实践, 培养创造力与审美能力, 体验手工制作的乐趣。	NA	15	购买手工材料包的费用	NA
18		Asian Visual Culture & Animation Studies 漫研课	This elective focuses on Asian visual art, animation and narrative culture, including classic animation, image aesthetics, and cultural storytelling. Through appreciation, discussion and sharing, we will improve our aesthetic ability and critical thinking, and experience the charm of Eastern visual arts in a rational and interesting atmosphere. 本社团以亚洲视觉艺术、动画与叙事文化为研究对象, 聚焦经典动画、影像美学、角色设计与叙事文化等内容, 兼顾赏析、交流与简单创作。	NA	15	NA	NA

19	Polina McCarthy	Introduction to Dance: Jazz (Lyrical & Theatrical), Contemporary & Global Folk Influences	A fun, beginner-friendly 15-week course (80 min/week) blending expressive lyrical and theatrical jazz, flowing contemporary movement, and vibrant global folk elements like flamenco footwork/arms. Participants build basic technique, explore cultural history, experiment with simple choreography tools, create and share short dances, and celebrate movement in a supportive, laughter-filled group—no prior experience needed!	Dance room	20	Jazz shoes(optional), comfortable cloth, music speaker	
20	俞恺琳Grace	Reusable APLUS	This short course introduces practical ways to repurpose used coffee grounds, covering everyday applications like using them as a natural odor absorber, a non-toxic cleaning scrub for greasy surfaces, and a nutrient boost for acid-loving garden plants. Participants will learn simple, actionable methods to turn coffee ground waste into eco-friendly household or gardening tools, while understanding how this small practice contributes to reducing daily waste.				
21	Steven Thompson	Ancient Egypt Elective Proposal	This course explores Ancient Egypt as a foundational civilization influencing governance, architecture, engineering, religion, and trade. Students examine political systems, economic organization, social hierarchy, religious beliefs, and archaeological discovery.	No	20	Projector/Internet/Notebooks/Computers	
22		Astronomy Elective Proposal	This elective introduces astronomy as a scientific discipline integrating physics, mathematics, observation, and technological innovation. Students explore celestial mechanics, stellar evolution, galaxies, cosmology, and space exploration. Emphasis is placed on quantitative reasoning, scientific literacy, and structured lab reporting.	No	20	Projector/Internet/Notebooks/Computers	
23		Myths and Legends Elective Proposal	This elective examines mythology as a foundational form of human storytelling, ethical instruction, cultural identity formation, and early explanation of natural phenomena. Students explore major mythological traditions including Chinese, Greek, Roman, Egyptian, Mesopotamian, and Norse civilizations. The course develops analytical reading, comparative reasoning, structured writing, research methodology, and formal presentation skills. Students will learn how myth reflects governance structures, moral codes, cosmology, and social organization across civilizations.	No	20	Projector/Internet/Notebooks/Computers	
24	张家豪Neal 楚漫Chuman	Vibe coding	本课程引入前沿的“Vibe Coding”理念，旨在将软件开发从枯燥的语法束缚中解放出来，回归到“创意与逻辑”的本质。学生将深度学习如何利用 Cursor 集成开发环境与 LLMs（大语言模型，如 Claude 3.5 Sonnet），通过表达高层级的“氛围与意图 (Vibes)”而非手动编写复杂的代码语法 (Syntax) 来构建功能完备的应用程序。	笔记本电脑(Mac或Windows) 英语等级EF2以上	9	40 USD	
25	韩超Nicholas	Linkedin 领英	建立属于你自己的领英，一同Update自己个人的履历，同时学习如何利用领英找到适合自己的职业/专业/院校		20	无	
26	龙承凤Feng	老手艺人	传承传统木工技艺，引领学生领略古老工艺的独特魅力；锤炼学生的动手实践能力，激发空间想象力与创新创造力；推动跨学科知识融合，实现数学、物理、艺术等学科的有机联动；涵养学生的耐心与专注力，提升分析问题、解决问题的综合素养。	材料费200	不多于8人		
27	周梓路 Jackson	足球裁判体验与比赛规则探索	学生将学习常见犯规、裁判手势以及比赛判罚的基本决策技能。每位学生都将有机会在真实比赛情境中担任裁判员。本课程注重参与性、观察能力和团队合作，同时帮助学生理解公平竞赛精神和体育道德。	无需裁判基础经验。	20-24	哨子和主力裁判旗(边旗)	学生将在真实比赛情境中获得执裁机会，并学习比赛中的决策能力。
28	吴瑞Ray (文不在兹乎)	《二千五百年领先世界的文化心理源动力 中国人的积极心理学——<论语>传习班》	中国人的文化心理底色 “现世安顿”超越“彼岸救赎” 华夏民族逆境中的精神支柱 乐感文化、修己安人、心理韧性 共修共悟，代代相传 文化、历史、哲学、文学、政治、伦理、心理学综合视角	本期学员必须对学习中华优秀传统文化有强烈兴趣，必须对传承传统主流文化具有一定的使命意识。	15人	李泽厚《论语今读》(定本) 世界图书出版公司	本期为中华主流思想文化进阶版传习班
29	陈思伟	VEX机器人设计与工程	旨在系统化培养具备高水平竞赛实力与工程素养的核心队员。课程不仅要求队员深入掌握 VEX V5 硬件的极限性能与可靠性搭建、精通 C++编程实现复杂自动控制与传感器融合，更强调在接近真实竞赛的高压环境下，进行专项机械优化、敏捷战术开发与稳定临场操作。课程的核心目标在于锻造一支具备冠军竞争力的团队。我们着重培养队员的系统工程管理能力、策略性思维与坚韧的竞赛心态。通过模拟评审答辩、联队协作演练及高强度对抗训练，队员将全面提升其在设计文档呈现、资源权衡决策、团队沟通协作以及赛场突发问题解决等方面的综合实力，最终代表学校在各级别赛事中追求卓越成绩，展现团队的技术深度与精神风貌。	针对未来大学的机械/电子/计算机工程、人工智能、软件工程等专业	8-16人	3280元/人 如参加校队可减免此课费用	
30	王玥涵Jenny	绒花视频制作	非遗--绒花的制作	选修课成绩需要提交一个绒花作品	12	每人200元	无
31	SHBS Chef	Cooking With the SHBS Chef厨艺-大厨	Especially for seniors, learn the dishes you need to graduate!	12年级同学优先	10		
32	英式马术初级 LEVEL1课程	马术教练	提供全套马术装备。每次课热身15分钟，马背课60分钟。教学内容：1.上下马匹。2.持缰慢步马背稳定。3.英式起坐快步打浪。4.圈乘，左右里怀慢快步变化。优秀学员可申请中马协初三考级，获取中马协骑士证书。	二选一，周三下午选修课时间，到马术基地	不限	国产马4800，十节课	
33	温血马英式马术初级 LEVEL1课程	马术教练	提供全套马术装备。每次课热身15分钟，马背课60分钟。教学内容：1.上下马匹。2.持缰慢步马背稳定。3.英式起坐快步打浪。4.圈乘，左右里怀慢快步变化。优秀学员可申请中马协初三考级，获取中马协骑士证书。	二选一，周三下午选修课时间，到马术基地	不限	温血马9600，十节课	
34	赛艇教练	Crew, 赛艇兴趣课	兴趣课简介：利用好课余时间、来参加赛艇兴趣班。	没有参加赛艇双优，但是喜欢运动、喜欢交友、喜欢参赛拿奖状和奖牌的同学；周五下午放学后，14:20-15:50，90分钟/次上课地点：校内码头。本选项不与正常选修课时间冲突，选此项还需正常选择其他选修课。	选修课(社团) 9000/人/学期。		
35		Weekend Crew, 赛艇周末课	周末课简介：对于赛艇有兴趣，想在周末进一步参加赛艇练习的，进一步提升赛艇技术，和小伙伴进行赛艇训练让全身的肌肉。	周末、假期，具体时间进一步与赛艇老师商议。	周末班 16000/人/学期		

36	SRCC机器人俱乐部	<b>VEX VRC 参赛积分赛</b> <b>挑战任务: SRCC &amp; VEX VRC 年度竞赛积分兑换</b> <b>未来专业方向: 机械工程、电子工程、计算机</b>	VEX 机器人世界锦标赛获得的各类奖项都被国外很多大学认可, 尤其是英美大学, 如哈佛大学、斯坦福大学、麻省理工学院、哥伦比亚大学、帝国理工学院等世界名校。 通过设计、组装、搭建、运行、调试机器人, 学习和实践人工智能、人机交互、编程硬件、电子、机械、工业设计等诸多领域的先进知识, 激发创新意识和创造发明潜能, 培养学生创造力、逻辑思维等综合能力。	SRCC (Super Robotic Club Challenge 超级机器人俱乐部挑战赛活动) 由VEX官方组委会—亚洲机器人 人联盟发起的年度挑战活动, 官网注册的学校高中生俱乐部可参与积分排名。SRCC对各俱乐部在机械与电子工程、创新设计、俱乐部运营、推动 STEM 教育公平发展等方面进行年度综合评选。 SRCC赛事优势 <b>高含金量赛事</b> • 全球Top 3机器人赛事 • 全球高中生参与人数最多的项目 • 英美多所名校官网推荐升学项目 • 大学面试高频率提问项目 • 含公益性项目 提升科创背景 • 系统学习机器人竞赛课程, 人工智能课程 • 团队学习竞赛过程, 培养领导力、组织力、执行力 • 获奖证书升学助力, 社会公益价值观养成 2023 ~ 2024赛事计划 2023秋季社团课、2024春季社团课 共40课时 2024年7月份暑期集训 80课时 2024年8月份区预赛	春季 VEX 52800元/人, 秋季 VEX 35800元/人, 含—VEX 基础课程 40课时 (春、秋两季社团课) —VEX 竞赛课程 80课时 (7月份暑期集训课) —VEX 区域赛培训 (8月份2次区域赛)		
		<b>机器人创新挑战任务</b> <b>挑战任务: 空间站太阳能板折叠挑战</b> <b>未来专业方向: 机械工程、人工智能、新能源</b>	太阳能电池板折叠挑战赛中, 太阳能电池是卫星、空间站、月球或火星地面研究装备的非常重要的能量来源。用尽可能小的体积, 展开最大面积的太阳能面板, 一直是航天工程师的研究重点之一。 2023年的SRCC年度挑战任务, 将围绕这个主题展开。				
		<b>俱乐部创意设计挑战任务</b> <b>挑战任务: VEX VRC 工程笔记本设计挑战</b> <b>未来专业方向: 艺术设计、传媒广告</b>	一本兼具创意与实用性的工程笔记本, 有谁会不喜欢呢? 既可以记录日常灵感、即时创意、头脑风暴, 也可以作为俱乐部对外交流、尝试拓展俱乐部商业价值的一部分。				
		<b>公益活动挑战任务</b> <b>挑战任务: 基于可回收材料机器人课程</b> <b>未来专业方向: 社会人文、经济、教育</b>	无论是一家高科技企业还是一个竞技俱乐部, 都凝聚了丰富的技术、资金资源来实现自己的梦想。但不论是在中国还是全球的很多欠发达地区, 因为缺少必要的资金和有经验的教师, 开设长期可持续的机器人或STEM课程仍然缺少有效的解决方案。 2023 SRCC 公益挑战任务的主题是: 基于可回收材料的机器人课程, 要求RPC的成员们, 开发并录制一节30分钟的机器人课程。所有获奖教学视频与课件将向基层教师开放。SRCC组委会会邀请相关的课程设计专家, 向参赛团队提供教学理论的相应指导。				
		<b>STEAM交流活动</b> <b>挑战任务: 校园机器人活动主题周</b> <b>未来专业方向: 商科、经济、管理</b>	“分享”是机器SRCC的核心价值观。本年度的STEM交流活动主题是“校园机器人活动主题周”, 俱乐部的成员们在获得学校支持的前提下, 通过机器人体验日、作品展示、校内机器人竞赛、在线或校园内的学术讲座、展板、海报等方式向身边的同学介绍机器人背后的物理、机械、电子、控制、人工智能的知识, 分享机器人活动包含的创新、团队协作、不断超越的精神。				
		<b>CAD工程挑战赛 (可选)</b> <b>挑战任务: 设计并创建一个新的机器人组件</b> <b>未来专业方向: 机械设计、工业设计</b>	在此单项挑战赛中, 参赛学生将使用专业人员使用的相同 Autodesk 3D 设计软件来概念化机器人的新零件并对其进行建模, 以改进其功能或克服现有问题。新零件必须设计为适合现有机器人, 并且可能由构成一个零件设计的多个零件组成。机器人可以是竞赛机器人 (VRC、机器人创新挑战任务)。请注意, 为本次CAD挑战赛创建的3D打印部件可用于机器人创新挑战任务中, 但不能用于VRC竞赛中。				
		<b>逆向工程挑战赛 (可选)</b> <b>挑战任务: 探索并记录电子设备的内部工作原理</b> <b>未来专业方向: 电子工程、人工智能</b>	参赛选手的提交应用使用文本和图像的组合来记录和描述在电子设备中发现的内容。选择一个旧的或不介意拆开的设备 (例如旧手机), 然后拆解并了解它里面的电子器件。识别并研究内部组件, 尝试确定它们在设备设计中的作用, 并在报告中总结自己的发现。				
37	思楷竞赛项目	<b>WGHS沃顿全球高中生投资策略大赛</b>	全球含金量最高的金融投资大赛, 沃顿商学院官方举办, 背行业内誉为爬藤杀手铜	喜欢股票投资, 策略分析	29800/人		
		<b>NEC全美经济挑战赛</b>	CEE美国经济教育学会创办, 每年吸引15000学生参加, 是目前经济学含金量最高的全球比赛之一	有经济学基础最佳	19800/人		
		<b>SIC中学生投资挑战赛</b>	每年股神巴菲特会亲自参与其中的比赛, 投资领域含金量最高的比赛之一, 每年吸引数千学生参加	喜欢股票投资, 策略分析	19800/人		
		<b>LIBF全球金融挑战赛</b>	全球金融研究院创办, UCAS系统官方认证, 金融+个人能力测试综合比赛	金融方向学生参加最佳	19800/人		
		<b>iGEM国际遗传工程机器大赛</b>	MIT创办, 全球含金量最高的合成生物+高科的STEM比赛, 每年吸引上中、包玉刚、人大附学生参加	综合方向均可, 9-11年级最佳	49800/人		
		<b>HIMCM全球高中数学建模挑战赛</b>	全球数学建模大赛, 考察学生计算机、数学和写作综合能力, 13天比赛需要写一份学术报告	具有高数、计算机建模基础最佳	19800/人		
		<b>USABO/BBO美国英国生物奥赛</b>	英美生物奥赛, 目前全球含金量最高的生物比赛	具有生物基础最佳	16800/人		
		<b>FTC全球机器人技术挑战赛</b>	全球顶尖机器人大赛, 每年超过8000w名校和世界500强的奖学金支持, 9个MIT学生就有1个参加过	具有一定计算机编程基础最佳、热	39800/人		
		<b>康莱德创新挑战赛</b>	MIT夏校和美国NASA官方认证的团队比赛, 涵盖六类板块, 进行商业挑战	综合方向均可, 9-11年级最佳	39800/人		
		<b>青年学者系列-新冠科研</b>	精品班课, 双一流大学教授辅导, 完成答辩之后出具导师推荐信	需专业老师面试	29800/人		
		<b>青年学者系列-人工智能</b>	精品班课, 华东师范大学教授辅导, 完成答辩之后出具导师推荐信	需专业老师面试	29800/人		
		<b>AAPC全学科探索营</b>	线下8天体验不同学科方向, 快速确定兴趣所在, 确定未来学科定位	9年级最佳, 对自己的学科方向不太清楚的同学	19800/人		
		<b>SDGs实境科研</b>	线上+线下7天, 聚焦河西走廊进行学术探索。5大项目产出, 哈佛评论商赛作品产出	综合方向均可, 9-11年级最佳	19800/人		

38	思楷科研&学科探索	IATP-新冠检测	全程线下小班课（2-6人），中科院导师辅导、完成答辩之后出具导师推荐信	需专业老师面试	35000/人		
		IATP-抑郁症研究	全程线下小班课（2-6人），中科院导师辅导、完成答辩之后出具导师推荐信	需专业老师面试	35000/人		
		IATP-手足口病研究	全程线下小班课（2-6人），中科院导师辅导、完成答辩之后出具导师推荐信	需专业老师面试	35000/人		
		IATP-龋齿研究	全程线下小班课（2-6人），中科院导师辅导、完成答辩之后出具导师推荐信	需专业老师面试	35000/人		
		IATP-无人机	全程线下小班课（2-6人）工程方向专家辅导、完成答辩之后出具导师推荐信	需专业老师面试	35000/人		
		IATP-WIFI控制	全程线下小班课（2-6人）计算机方向专家辅导、完成答辩之后出具导师推荐信	需专业老师面试	35000/人		
		IATP-机器视觉	全程线下小班课（2-6人）计算机方向专家辅导、完成答辩之后出具导师推荐信	需专业老师面试	35000/人		
		IATP-心理学研究	全程线上小班课（2-6人）交大心理学教授亲自辅导、完成答辩之后出具导师推荐信	对心理学热爱，需专业老师面试	35000/人		
		RIF-1v2定制化科研	生物、计算机等方向定制化科研、教授级推荐信、EE、EPQ等论文产出等	需要一定的专业知识，需要专家面试	49800/人		
		RIF-1v1定制化科研	生物、计算机等方向定制化科研、教授级推荐信、EE、EPQ等论文产出等	需要一定的专业知识，需要专家面试	69800/人		

双优生在选修课时间有专门的艺术音乐课，因此不参加选修课！

未作特别说明的，要达到至少5人才能开设。

有老师同时提供多门课的，根据选择情况最终确定一个课。

1-33选项的课在周三下午第二、三节进行（13:35-14:55）。第34-38选项的内容可能在其他时间。

扫码打开表单后，按照你的喜好顺序，从第一到第五依次填写项目对应的序号。这里应填入在周三下午第二、三节课进行的选修课所对应的数字序号，范围是1-33

填写完选修课偏好的一到五之后，如果在34-38选项中有希望参加的，可填入序号。没有的话就可直接提交了。如果对第36、37、38项中的某个竞赛相关的项目感兴趣的，把序号填入表单中的相应位置后，学校老师将直接与你联系，沟通具体项目以及你需要知道的更多详细信息。

扫描进入表单后，里面的最后一项，是填写以上未列出，但是我希望开设的课。并请于下周二到校长室王波老师处提出正式申请。你提出的课需要符合至少有5人要上的这个条件。由于申请不一定获得批准，所以你还是依然要和其他同学一样，做好以上列出选修课的选择。

选课表单的开放时间为本周四（3月5日）中午12:00。并请于周五（3月6日）下午14:00前完成提交。很多课的人数都是有限的，先到先得！

选修课报名二维码

