

名校博览

位于北京市海淀区的首都师大附中第一分校,是首都师大附中教育集团的核心成员校,曾先后荣获全国国防教育示范学校、全国未成年人思想道德教育示范校、全国生态文明教育特色学校、首都文明校园、北京市校园文化建设示范校、海淀区新优质学校、海淀区艺术科技示范学校、海淀区心理健康教育特色学校、海淀区劳动教育特色示范学校等荣誉称号。随着“双减”政策不断深入实施,该校在家校共育方面做了积极探索和不懈努力,值得学习借鉴。



“双减”之下,家校共育正当时

□首都师范大学附属中学第一分校 汪泽春 慈靖婧 吴巧平

一、提高站位,让家校共育有依托

习总书记曾多次谈到要“注重家庭、注重家教、注重家风”。做好家校工作,唤醒家长认识,协同步调,凝聚合力,让家长成为学校的教育伙伴,是学校、教师的重要责任与使命。

近年来,“双减”政策实施,让亲子陪伴的时间和机会增多;《家庭教育促进法》的颁布,让父母进入依法带娃的时代;生育政策的改变,让新时代父母面临空前压力……所有这些变化,都促使我们对家校共育进行全新思考和认真实践。

二、调研问需,让家校共育有宽度

每学年初,学校都会围绕家校共育问题对学生、家长、教师展开调研,了解情况。调研发现一些高频词汇在家校之间十分流行,如:手机、游戏、责任心、家务、运动、不敢管、男女生交往、情绪等等。由此,学校认识到,“双减”背景下,需要拓宽家校共育的视野,明晰家校共育的边界,增加家校之间的粘度和配合度,更需要调动家长、老师的责任担当意识,强化家庭教育指导的科学性和精准性。

三、构建体系,让家校共育有深度

构建全面立体多维的家庭教育指导体系,引导家长理性确定孩子成长预期,努力形成减负共识,是学校顺应新形势、提升育人品质、实现可持续发展的重中之重。

为此,学校立足已有的家庭教育基础,通过一起学习、互相学习、互助学习,推进家校学习共同体构建。

1. 顶层规划,创新家校共育机制

家校一致的教育理念是形成教育合力的首要条件。学校确立“追求卓越,做更好的自己”为办学愿景,“修品行、求真知、健身心、尚艺美、会合作”为培养目标,培养学生的三种习惯、三种面貌、三种品质、三种态势、三种技能、三种声音。

学校成立“班级、年级、校级”三级家长委员会,邀请家长参与多样活动,如:开放日、亲子运动会、合唱节、博识课、社团活动、志愿服务、课后服务等,这种常态互通促进了家校彼此的反思与调整,促进了多维、互动、互促、互补的育人机制形成。

2. 同步课程,催生家校共育智慧

学校对家长、教师、学生同步开展家校成长课程。该套课程包括:教师《家庭教育指

导》课程,提升教师家校指导的专业素养;学生《六养六仪》素养提升课程,赋能学生健康成长;家长《卓越家长学堂》课程,助推家长的成长。

学校卓越家长学堂采用“线上+线下”模式,既有基础培训,解决家庭教育通识问题;又有进阶指导,聚焦家庭教育场景,突破棘手问题,促进家庭教育与学校教育双基并轨地发展。随着卓越家长学堂的开设,家长的家庭教育指导能力、对学校教育的配合度和满意度逐年攀升。

3. 多样活动,推进家校共育行动

家长讲堂,丰富共育内容。在家长自愿的前提下,学校把家长请进“卓越家长讲堂”,拓宽学生受教育的渠道。他们或学有专长,或技有专长,他们讲述自己或家人的成长经历,分享他们的奋斗历程,满足了学生想要了解体验不同职业、不同行业、不同领域的好奇心,对学生形成正确的人生观、世界观、职业观起到了示范引领作用。同时孩子在新的视角下重新认识父母,发现父母的职业光环,确立以父母为榜样,更密切了亲子关系,为家庭教育铺平了道路。

好书推荐,共读引领共识。学校开展面向家长的好书推送、家校研读、亲子共读活动,由共读达成共识,由认知改变引领行动改变。

故事宣讲,共享产生共情。“教师育人故事、学生成长故事、家长亲子沟通故事”三类积极语言应用的故事宣讲,充分展示人们的积极思想、乐观意识、和谐状态。家长、教师、孩子在互动中用心聆听彼此的内心,认真沉淀自己,教师之间、家校之间、孩子之间相处时变得有情、有序、有力量、有意义,保障了家庭教育和学校教育的同频

共振、同向同力。

多样评价,互评促进成长。学校制定了卓越好家长、学生喜爱的好老师、校园最亮星星评选条例,每年认真组织评选,让学生选择与最喜爱的老师同走红地毯,促进家长、老师和学生向上、向美、向好。

4. 三轮家访,让家校共育有温度

全员一对一家访。全员家访有2层含义,即全体教师参加和对全体学生进行家访。在全员家访前校长亲自动员,指导教师们家访前做好三备:一备本次家访的基本目标;二备沟通对象和方式;三备沟通的策略和方法。学校心理教研团队精心设计家访信息记录表,教师自选学生,班主任统筹协调。为便于话题聚焦、避免学科教师角色凸显,利于即时记录、访后整理总结,家访时间均在15分钟以上。任课教师的大力参与,也使家长感受到来自班主任之外的任课教师们

的关心和指导,有一种孩子倍受呵护、关注重视的暖心和感动,家长纷纷反馈说很庆幸自己当初把孩子送到一分校。

班主任跟进家访。全员家访后,班主任牵头组织本班任课教师交流家访心得,制定一生一策方案。针对特殊的学生,班主任及时跟进,和心理老师一起邀约家长面谈,对孩子问题进行专业判断与原因剖析,提供解决问题的途径、方法。

在前两轮“地毯式”家访之后,各年级进行家访故事的教育叙事汇报,校务委员全程聆听。教师在汇报中有情怀、有策略、有计划,充分体现了一对一家访的价值。随后,学校建立以班主任为核心的研究小组,对家访收集的鲜活素材进行分类整理,开展质性研究。一方面,借力家访,指导班级建设,各班通过主题班会、班级契约、综合性学习小组等形式,引导学生解决困惑;另一方面,借助课题,开展家校共育的后续研究,编写家庭教育指导手册,加强家庭教育的专业性。

重点群体入户家访。针对心理焦虑、长期不到校、行为习惯偏差的重点学生群体,学校行政干部、心理老师、年级组长、班主任“组团”入户家访,走进学生成长环境,共商问题解决对策,与家长共情共鸣,传递学校关怀,提升教育温度。

教育的核心不是教,而是育,育人就是育心。让孩子的内心丰盈、情感丰满、宽厚、包容、进取,让孩子激活的灵魂成为发展自我的内驱力,这正是家校共育的初衷和使命。要完成这一使命,需要学校、家庭明确各自职能,划清教育边界,优势互补,紧密协作。只有学校、家庭教育既目标统一,又各展其长,优势互补,共同努力,“卓越家庭建设”工程才能取得成效。

(图片/学校 供)

本期·导读

- 《创新志愿服务活动 提升综合能力素养》 2版
- 《优秀校长的五种特质》 3版
- 《“也去我家吧”背后的期待》 4版
- 《云资源支撑下的整本书阅读“跨学科学习”实践》 5版
- 《父母的边界感是对孩子最好的教育和爱》 7版

创新志愿服务活动 提升综合能力素养

□ 北京市海淀区西苑小学 刘玉平

协同教育

志愿服务是指在不求回报的情况下,为改善社会、促进社会进步而自愿付出个人时间及精力所做的服务工作,奉献精神是志愿服务精神的精髓。志愿者通过参与志愿服务,促进了社会的进步,同时自身也得到了很大提升。在“双减”背景下,我校不断以“志愿服务”为载体,探寻着实践育人的突围之路。

一、立足校园设立志愿岗位,引导学生自我管理

我校志愿服务项目,目前共设置有校园讲解员、班级分餐员、体育器材分发员、校园安全检查员、图书借阅管理员等十余个志愿岗,学生自愿主动认领,并通过竞争、考核上岗。这些志愿服务实践机会及岗位培养了学生的爱心、责任心,提高了学生的综合能力和素质。

例如“校园讲解员”志愿服务岗。学校形成了“自愿报名、选拔培训、实践服务”的活动流程。志愿服务活动面向全体学生进行招募,有兴趣参加的学生自主背诵《校园讲解词》。学校组织“竞争上岗”比赛,由师生评委组选拔讲解员,入选的学生将进行为期3年的讲解员服务工作。在“校园讲解员”社团活动中,教师带领讲解员熟悉校园环境,启发讲解员从内心深处发现校园的美丽,培训讲解员从流畅的语言、优美的姿态、自然的手势等方面提升服务水平。当学校迎接客人,或者迎来新同学时,校园讲解员为大家讲解服务,在志愿服务的体验中感受自己的成长,享受“我是校园小主人”的自豪。活动结束后,学校采用自评、互评、师评相结合的方式,从口语表达、交际能力、行为表现、服务效果等方面对小讲解员进行评价,评选出优秀讲解员。

再如“班级分餐员”志愿服务岗。各班形成了“自愿认领、明确职责、轮流上岗”的活动流程。为调动学生志愿服务的积极性,鼓励更多的学生参与到志愿服务中来,“班级分餐员”岗不固定分餐员,学生自愿认领、自由组合成小组,明确自己在组内的职责。每天午餐时间,分餐员们头戴厨师帽、身系小围裙,戴口罩、套袖上岗,有的提桶,有的摆盘,有的分餐,各负其责,各尽其职。在志愿服务的过程中锻炼了动手能力和团结协作的能力,培养了学生的自我管理能力和团队协作能力。

“校园志愿岗”的设立为学生个性的张扬提供了广阔的空间,激发了学生的内驱力,为个性发展提供了活力。校园志愿岗将志愿服务与学生“自我服务、自我管理、自我发展”相结合,引导学生在服务他人的过程中激发“责任、担当”意识,实现自我成长。校园志愿岗的设立,在学生中形成了“我参与、我奉献、我快乐”的良好氛围。

二、家人共同参与志愿服务,共同提升自我价值

如何倡导父母与孩子共同编织美好生活,构建和谐社会,共同成长的教育主张?我校开展了“小手拉大手”志愿服务活动,让家长和孩子一起参与到学校的教育活动中。家庭志愿服务是以家庭成员共同参与同一项志愿服务活动的志愿服务方式。通过家庭志愿服务,发展壮大志愿者队伍,促进志愿活动的多样性,扩大志愿服务的范围。

学校提供了适合家庭参与的特色志愿服务项目,每个家庭结合各自实际选择有意向开展的志愿服务项目,实现“家庭志愿

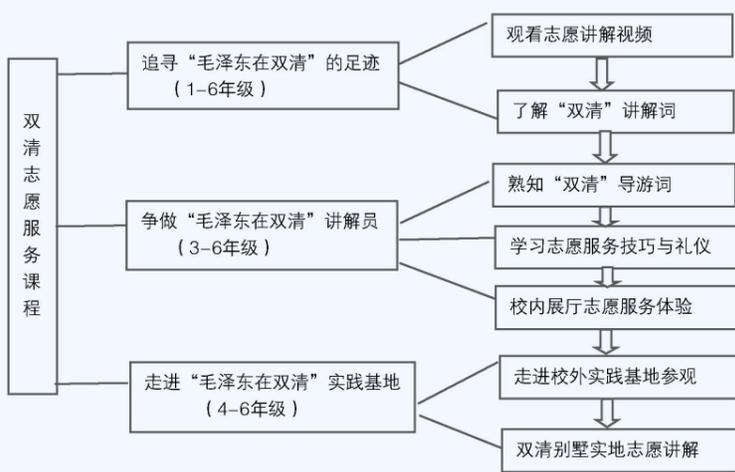


图 1

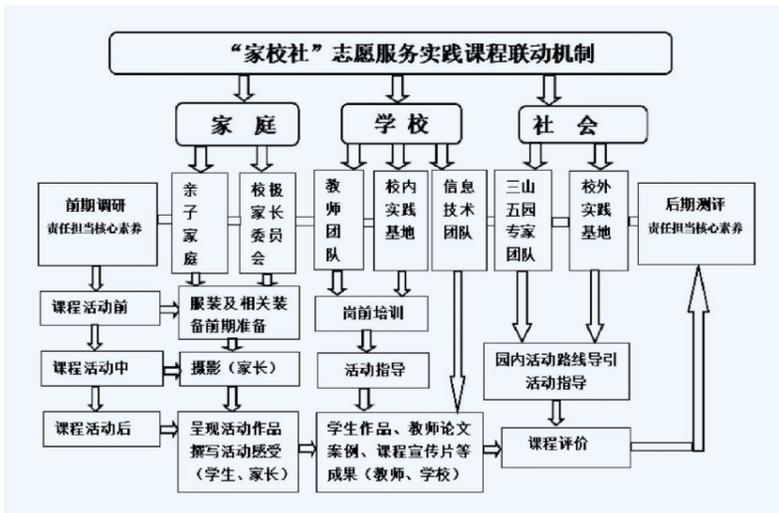


图 2

梦”。如:“三山五园”志愿讲解、故宫志愿讲解、平安地铁志愿服务、爱心捐助、慰问孤寡老人、照顾自闭症儿童等项目,其中爱心捐助包括捐款、捐衣物、捐图书。例如:王有涵同学家庭在三年里多次参加北京市社区志愿者服务,每年的“关爱长者,春风行动”期间为长者送去欢乐的爱心陪伴,慰问孤寡老人,并为孤寡老人演出,给老人们带去了欢乐与关怀,赢得老人们的赞赏。时习之同学家庭参与故宫志愿讲解服务,每年累计30多小时,每次活动家长均与孩子共同参加。时习之同学负责为游客们讲解,孩子的父母负责解答游客们的疑问,为游客规划游览路线。

实践证明,教育需要合力,家校共育是最有效的教育。家庭志愿服务以家庭成员共同参与志愿服务项目这一独特的志愿服务方式,不仅有助于志愿服务的深入推

进,而且通过家庭志愿服务的参与增强了亲子之间情感的沟通。父母言传身教为自己的孩子树立了积极向上的榜样,在服务他人、服务社会的过程中,获得社会认可,家庭成员共同提升自我价值。“家庭志愿服务”构建了教育的新生态,成为了一种社会正能量。

三、校外“公园讲解”志愿服务项目,培养学生奉献精神

学校充分利用周边资源,形成以颐和园、香山公园、圆明园、动物园、海淀公园、海淀公共安全馆为核心的“五园一馆”立体化志愿服务课程,利用课后服务时间、周末、节假日、寒暑假组织学生进入“五园一馆”进行志愿讲解。为了更好地推进志愿服务教育,学校编写了《我是小导游》《毛泽东在双清——西苑小学学生读本》

《海淀公园——我的第二课堂》《走进皇家园林》《西苑小学志愿服务评价手册》等志愿服务实践教材。

譬如组织学生开展香山公园双清别墅志愿讲解服务,课程内容示意图1。

“公园小导游”志愿服务项目是整体设计的跨学科实践活动。在活动中,构建“欣赏(感知)—实践(参与)—交流(拓展)”的教育活动模式。活动按流程可以分为五大阶段,具体内容如下:

第一阶段:“线上+线下”游览。学校分别录制了“三山五园”的视频,并配上学生的志愿讲解,编辑成短视频,构建线上学习资料库。与此同时,学校组建了“三山五园”外聘专家团队,带领学生入园开展线下学习活动。“线上+线下”的游览式学习方式使学生通过全方位地感知、浸润式的欣赏过程,感受着园林的美。

第二阶段:亲子实地考察。学校组织亲子家庭走进“三山五园”,分小组实地考察,完成实践活动研学任务单。在园林环境中,鼓励学生自主探究,拍摄短视频作品,自主撰写导游词。

第三阶段:志愿讲解服务。学校通过系统的培训,集中指导训练学生的语言表达、实地讲解、服务规范、文化宣传。当学生具有志愿讲解服务的必备能力时,组织学生进入“三山五园”为中外游客进行讲解服务,在服务过程中传承历史文化。

第四阶段:交流活动心得。学生通过日记、座谈、编辑“志愿服务实践活动”成果集、活动现场展示等形式交流学习心得,建立学习的成功感和满足感,分享那份成长的快乐与美好。

第五阶段:总结评价活动。实践活动评价采用质性评价和量化评价相结合的形式。质性评价主要通过观察法,以评语形式记录学生参与实践活动的表现。量化评价主要通过“三山五园”志愿服务评价表,从活动目标、活动过程、活动效果等方面,依据“评价标准”给学生评定 A、B、C、D 四个等级。

“公园小导游”志愿服务项目充分利用社会这个大课堂开发课程资源,把“场馆”当教室、把“蓝天”当课堂、把“自然”当课本,十七年来“公园小导游”志愿服务总时数达8000多小时,接待游客90000多人次,被评为海淀区“十大杰出”志愿服务项目,中央电视台、北京电视台播出了专题报道,北京晨报、晚报、海报等媒体都进行了相关报道。

为了有效落实《志愿服务实践活动课程》,学校还构建了“家校社”联动运行机制(见图2)。

朱永新教授非常推崇“学生走出校门,忘记学校所学内容后剩下的东西才是教育的成果”的观点,笔者深以为然。学校开展的志愿服务活动让学生从学校走向社会、融入社会、服务社会,不仅开拓了学生的视野,锻炼了学生的创新思维和口语表达能力,而且增强了学生的实践能力,培养了他们主动探究和服务的意识,增强了社会责任感和民族自豪感,培养了学生乐于奉献、敢于担当的高尚情操。在“双减”的教育背景下,“志愿服务”是有益的教育新尝试,成为了“立德树人”的教育新载体。

校长新论

优秀校长的五种特质

□ 陈黎明

一所学校的发展，不仅取决于优秀的师资力量和教学资源，更在于有一个能够凝聚人心、引领方向、激发活力的管理团队。那么，一个会带团队的校长，应该具备哪些特质呢？

一、沟通达人

一个好校长，首先得是个沟通达人。在校园里，无论是与教职工交流教学心得，还是与学生沟通学习困惑，甚至与家长探讨孩子的成长问题，都需要校长具备出色的沟通能力。校长在沟通中要做到以下几点：

言之有物。校长在布置任务或传达信息时，要言之有物、条理清晰，确保每个人都能准确理解自己的职责和目标。

倾听为先。在交流中，校长要耐心倾听每个人的意见和建议，尊重每个人的声音，让大家感受到自己的价值和被重视。

情感共鸣。校长要能够体会教职工和学生的情感需求，用温暖的话语和关怀的态度，让大家感受到学校的温暖和支持。

一个会沟通的校长，能够营造出一种和谐、融洽的校园氛围，让每个人都能在这个大家庭中找到自己的位置和价值。

二、团队操盘手

一个会带团队的校长，还得是个团队操

盘手。他不仅要关注学校的整体发展，还要关注每个团队成员的成长和进步。

合理分工。校长要根据每个教职工的特长和兴趣，合理安排工作任务，确保每个人都能发挥自己的优势，实现自我价值。

协作共进。校长要鼓励团队成员之间的协作和互助，让大家在共同的工作中建立深厚的友谊和信任，形成强大的凝聚力。

关注细节。团队建设不是空谈口号，而是要体现在日常工作的每一个细节里。校长要关注团队成员的工作状态、生活情况，及时给予关心和支持。

一个会操盘的校长，能够打造出一个团结、高效、有战斗力的团队，让学校在不断发展中取得更加优异的成绩。

三、激励大师

一个会带团队的校长，还得是激励的高手。他要知道怎么激发教职工的积极性和创造力，怎么让大家在工作中始终保持热情。

及时表扬。当教职工在工作中取得成绩时，校长要及时给予表扬和鼓励，让大家感受到自己的付出得到了认可。

树立榜样。校长要善于发现身边的优秀典型，树立榜样人物，用他们的先进事迹激

励大家追求卓越、不断进步。

关心成长。校长要关注教职工的个人成长和发展，为他们提供学习和提升的机会，让大家在实现自我价值的同时也为学校的发展作出贡献。

一个会激励的校长，能够激发教职工的潜能和动力，让他们在工作中更加投入、更加用心，从而推动教育事业的蓬勃发展。

四、决策高手

一个会带团队的校长，还得是个决策高手。在复杂多变的教育环境中，校长要能够迅速、准确地做出决策，为学校的发展指明方向。

信息搜集。校长要具备敏锐的洞察力和判断力，善于搜集和分析各种信息，为决策提供科学依据。

果断决策。在关键时刻，校长要敢于拍板、敢于担当，避免犹豫不决、错失良机。

风险评估。在做决策时，校长要充分考虑各种风险因素，制定应对预案，确保决策的科学性和可行性。

一个会决策的校长，能够带领学校应对各种挑战和困难，让学校在竞争激烈的市场中立于不败之地。

五、自我进化者

一个会带团队的校长，更是自我进化的狂热者。在这个日新月异、飞速发展的时代里，校长要不断学习新知识、新技能，以适应时代的发展和教育的变革。

持续学习。校长要养成终身学习的习惯，不断更新自己的知识结构和教育理念，为学校的改革发展提供有力支持。

勇于创新。校长要敢于尝试新的教育方法和手段，不断探索符合时代要求和学校实际的发展路径。

反思总结。在工作中，校长要善于总结经验教训，反思自己的不足和失误，不断提高自己的领导能力和管理水平。

一个会自我进化的校长才能够带领学校不断适应时代的发展和教育的变革，让学校在未来的竞争中保持领先地位。

一句话，一个会带团队的校长需要具备多方面的能力和素质。他不仅要具备出色的沟通能力和团队协作能力，还要具备高超的决策能力和自我学习能力。唯有如此，他方能带领学校不断前进、不断发展，实现学校的长远目标和美好愿景。

(来源：中国教育干部网络学院)

用教育家精神引领班主任工作新航向

管理高招

□ 重庆市开州区教师进修学校 程先国
□ 重庆市开州区汉丰第五小学 刘羽婷

贯彻落实“以教育家精神铸魂强师”行动，将教育家精神浸润于教师日常实践是其关键路径。“勤学笃行、求是创新的躬耕态度”与“启智润心、因材施教的育人智慧”是指向专业素养与内核的教育家精神，体现了育人层面的自我追求。育人是教师的根本职责，也是专业素养的内核。“启智润心、因材施教的育人智慧”与“勤学笃行、求是创新的躬耕态度”从认知和态度层面刻画了“经师”与“人师”在育人实践中的统一。班主任作为学校教育体系中的中坚力量，其工作不仅是班级管理艺术，更应是教育家精神的具体实践。

以勤筑基，
践行教育家行动

勤动脑，以智慧引领教育创新。教育家精神的核心在于不断创新，而创新源于对问题的深刻思考与敏锐洞察。班主任应勤于动脑，不断学习先进教育理念，结合班级实际创造性地开展工作。通过定期反思、交流研讨、案例分析等方式，不断提升自己的教育智慧，为因材施教提供理论支撑和实践指导。

勤观察，以细心洞察学生需求。教育家精神强调对学生个体差异的尊重与关注。班主任需时刻保持敏锐的观察力，关注每一位学生的成长变化，了解他们的兴趣爱好、学习状态、心理状态等。通过细致入微的观察，班主任才能够更准确地把握学生的需求，为制定个性化的教育方案提供依据。

勤分析，以科学指导教育实践。教育家精神倡导以科学的方法指导教育实践。班主任在观察的基础上，应勤于分析，运用教育学、心理学等相关理论，对学生的行为表现、思想动态进行深入剖析。通过定量分析与定性研究相结合的方法，揭示教育现象背后的规律，为因材施教提供科学依据。

融智于心，砥砺教育家智慧

启智润心，以爱心滋养学生成长。教育家精神的核心在于对学生的关爱与引导。班主任应以爱心为基点，关注学生的全面发展，注重培养学生的

道德品质、创新精神和实践能力。通过开展丰富多彩的班级活动、营造积极向上的班级氛围、建立和谐的师生关系等方式，激发学生的内在潜能，促进其健康成长。

因材施教，以智慧点亮学生未来。教育家精神强调因材施教的教育原则。班主任应根据学生的不同特点和发展需求，制定个性化的教育方案。通过分层教学、小组合作学习、个别辅导等方式，满足不同层次学生的需求，让每位学生都能在适合自己的学习环境中得到发展。同时，班主任还应关注后进生的转化工作，通过耐心引导、鼓励帮助等方式，激发他们的学习兴趣和自信心。

反思成长，以学养提升教育品质。教育家精神倡导终身学习的理念。班主任应时刻保持谦虚好学的态度，不断反思自己的教育实践，总结经验教训。通过参加专业培训、阅读教育著作、与同行交流等方式，不断提升自己的专业素养和教育能力。同时，班主任还应关注教育改革的新动态、新趋势，积极适应教育发展的要求，为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人贡献力量。

协同共赢，涵养教育家生态

家校合作，共促教育发展。教育家精神强调家校合作的重要育人价值。班主任应积极与家长沟通联系，了解学生在家庭中的表现和需求，共同制定教育计划。通过家长会、家访、家校联系册等方式，加强家校之间的交流与合作，形成教育合力，共同促进学生的全面发展。

团队协作，共创教育辉煌。教育家精神倡导团队协作精神。班主任应与其他教师、学校管理者等紧密合作，共同推进学校的教育教学工作。通过参加教研活动、集体备课、教学观摩等方式，交流教学经验和方法，提升教学质量和效果。同时，班主任还应积极参与学校的各项活动和管理工作，为学校的发展贡献自己的力量。

展望未来，共绘教育新篇。教育家精神激励我们不断追求卓越。面对未来教育的挑战和机遇，班主任应保持开放的心态和创新的精神，不断探索新的教育方法和手段。通过关注教育改革的新动态、新技术和新理念的应用等方式，不断提升自己的教育能力和水平。同时，班主任还应积极引导关注社会热点和时代变迁，培养他们的社会责任感和使命感，为祖国的繁荣富强贡献自己的力量。

优化集体备课，促进专业成长

□ 山东省枣庄市薛城区奚仲中学 渐玉峰

经验交流

教师发展要自我觉醒、自我提升，就必须积极投身于行动研究和集体教研活动中，静下心来钻研“五课”，静下心来去集体研讨。只有这样，才能真正实现教师专业的发展。而高效的集体备课活动，通常是始于问题、历经研讨、终于升华的过程。

首先，问题即课题。教师在个人备课时或多或少会遇到“我该怎么办”的问题，特别是年轻教师遇到的问题会更多。等到集体教研了，当一人提出问题后，众人会马上积极回答“我是这样理解的……”。然而，一般情况下是富有经验的长者率先发言，初涉讲台的年轻人大多心存顾虑。其实，青出于蓝而胜于蓝，青年人不妨大胆发言，因为他们在新技术、新理念等方面的认知未必“不如师”，而长者更应该有自知之明，“闻道有先后，术业有专攻”，要不耻下问，以能者为师。《中庸》有言：“有弗学，学之弗能，弗措也。有弗问，问之弗知，弗措也。有弗思，思之弗得，弗措也。有弗辨，辨之弗明，弗措也。”此时，备课组长要营造良好学术氛围，组织好研讨与分享，开展平等对话，集思广益，让教研活动始终富有安全感、创造力和活力。尽管这个阶段，问题的讨论还处于问答式、浅层次，但业已打好了下一步深入探究的扎实基础。

其次，纵深处研讨。备课组内良好的研讨对话文化的形成需要每位成员共同努力，需要大家每次活动都进一步一个脚印地扎实开展。活动中，你一言我一语，观点在碰撞，智慧在闪现，认识更深入，彼此启发，取长补短，丰盈自我。当大家思虑困顿之时，备课组长又适时提出“专家名师是如何做的”“还有没有更好的设计”等话题，引领大家再集思广益，借他山之石。于是大家或从记忆仓库里整理出许多“别人的做法”，或忙着查阅资料来充实备课内容，这一切的忙活全都是对“我是这样做的”的再丰富完善。经由个人主备、组内研讨、汲取专家智慧等过程，每个

成员都会不断反思，默默整合，最终形成有效教案，这是走进课堂的准备。过程中，备课组长要引导大家畅所欲言，发挥自身优势，不断尝试，创造独特的教育价值，而最关键的是团队要有包容之心、团结之力。

最后，实践中升华。集体备课节省了大量的备课时间，减轻了劳动强度，使资源共享，提高教学效率，扬长避短，更好地发挥各自的教学水平，提高教学质量，有利于帮助教师理解新教材，提高课堂教学效益。备课组内大家建立了彼此信任和尊重的关系后，面对具体问题时便可平等对话，各抒己见，表达真实想法，激发学习热情，积极主动地讨论。

行胜于言。课前的预设，即“我这样做的”好不好，“名师的做法”对不对，还需要在课堂上一一检验。经历+反思=成长，教师唯有从上好每一堂课、引领每位同学健康成长出发，在做中思、思中悟，形成本人对问题的哲学思考，从而对理论、经验、策略和方法等优劣做出恰当的判断、选择、借鉴和完善，才能实现业务能力的大幅提升。备课组团队在持之以恒的学、问、思、辨之中，执着于教与学的本源问题，取得一个又一个突破性成果。切记，吃一堑长一智，每个人的成长都是在日积月累中悄然发生的。

学校欲出教学成绩，就必须多花时间和精力在集体备课上。如果只是走走形式，完成任务，所有老师还是各自为政自己的课，这样的学校很难会有新的改变和突破。教研活动一定要开展得扎实有效，宁可形式的东西少一些，检查的项目精简一点，那么所有教师都会成长得比现在更快。每个人都有主动学习的天性，但“文人相轻”传统的陋习及唯分数论的管理模式却压抑了这种天性，把一个个有潜力的人变成了平庸的螺丝钉，进而也使整个组织丧失了自主进化的能力。

备课组要想真正成为“学习型组织”，就要努力让组织中的每个人从独立初备、深度主备、智慧群备到精准复备等环节都充满学习的热情和能力，畅所欲言，互相激发，这样才能在探索创新中促使整个备课组教研不断优化。

心灵可乐

“也去我家吧”背后的期待

□ 山东省枣庄市渴口中学 王广玲

中小学班主任又是教学，又是管理班级，每学期还得去所有同学家家访一遍，确实很忙。说实话，到学习、纪律等各方面表现都优秀的学生和表现较差的学生家里，被我排在了本学期间家访计划单的前面，因为优秀生能为班级挣不少面子，对这些宝贝疙瘩格外珍视关注；而表现差的问题学生，得形成家校合力管住他们不出事，班级才能太平；最后剩下的中等生，一般相对来说他们老实可靠，学习成绩不上不下，尽管在班级内不显山不露水，但也不给我找麻烦。因此，我通常的做法是有时间就可能去家访，没时间就不去了。一句话，这些中等生从我们老师处得到的阳光雨露是比较少的。

周五放学时，当我在班级内宣布周末要去5位同学家家访后，中等生小红脸色就阴沉下来了。放学后，她没有马上回家，而是悄悄地来到办公室，弱弱地对我说：“老师，你什么时候也去我家家访吧！”我听后，没有多想，只随口答道：“好呀，就下一次吧！”可是，小红得到我的明确否定回答后，没有马上离开办公室，仍用恳求的目光看着我。

我马上意识到小红可能有心事，就蹲下身来问道：“你想让老师什么时候去你家？”

“我想让你这个周末去我家！”

“为什么？”当我这么想的时候不由地瞥了小红一眼。透过这位默默无闻的女孩子那

双明亮的大眼睛，我看到了她满满的期待和渴望。

“好吧！”我愉快地答应了。

听到我肯定的回答，小红的脸上立刻“阴转晴”，高高兴兴地回家了。

第二天，我重新规划了家访路线和时间，当然也包括小红家。小红和他的父母按照约定的时间早早地站在小区门口等我，远远地向我打着招呼。当然，通过家访我对小红了解得更全面了，我们的关系也更亲密了。

事后，我思考了很多。每当回想起小红那一刻的眼神，我的心就猛地一紧，我知道那是一种期待，那是一种希望，甚至是一种乞求。

教室内要“阳光普照”，每个孩子都是班级中的一员，每个班级成员都应该被“家访”到。因为这涉及我们是否在践行平等、公正的教育原则。“老师，也去我家家访吧！”这是一个弱小孩子向我发出的灵魂拷问。一个“也”字，道出了多少同类孩子的内心世界？我们班主任必须思考家访的目的究竟是什么？家访谁？怎样家访？教育的目的是什么？好老师的标准是什么？

那些“小太阳、小月亮”固然令人喜爱，但我们更要把特别的爱献给特别的学生——那些被忽视的“小星星”。用爱的眼神发现他们身上的潜能，让他们也能变得“亮晶晶”的。从这个意义上说，“老师，也去我家家访吧！”不单纯是一个孩子偶然提出的问题，也不是提

给我一个教师的小问题，而是对教育公平的大胆质疑与质问，是对当今所有教育者的教育观念与行为的抗争与期待。教育的本质是“一棵树摇动另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂”。多些耐心，多把尺子，善于发掘每名孩子身上的闪光点并因材施教；把爱心献给每名孩子，让每片云彩都下雨，让每朵花蕾都有盛开的机会。

教师要善于倾听。小红期待得到关注、关爱，她找到了我，并说出了自己的请求，尽管那个声音“弱弱”的，但是我听出了弦外音，然后我蹲下身来，认真倾听了，听到了一位中等生内心的真诚呼唤。每个人内心都有获得他人认可的需要，特别是表面平静而内心波涛汹涌的学生。从进化心理学角度理解，这种需要可认为是群体归属的追求，对被抛弃的恐惧。马斯洛的需要层次理论中，尊重的需要就很好地说明了人们对于群体认可的需要。渴望关注是一种正常的现象，但我的教育理念出了问题，没有因材施教，没能一视同仁。好在小红给予我及时的提醒，促使我知错就改，立即答应了孩子“也去我家”的请求。

“感人心者，莫先乎情。”老师关注的眼神如柔柔的春风、融融的阳光，温暖学生的心



灵，会在学生的心中激起感情的涟漪。有时也许是一个期待的眼神、一个会心的微笑，或有力的大拇指，即使“无声”，也会带来“胜有声”的效果。情感的弦，需轻轻地拨。简·尼尔森曾在《正面管教》一书中写道：“赢得十几岁孩子的最好方法，是以和善、坚定、尊重的态度，先和他们站在一边。让孩子在被理解的支撑中，得到自尊感和归属感。”孩子们的家庭情况不同，性格特点有差异，但对爱和归属感的需求是一样的。对于他们，不仅要被爱，还要学会去爱，去把自己的爱分享给别人。接纳、理解、尊重和沟通，是孩子的内心需要，我们要研究，要懂得，进而陪伴孩子变得更优秀。

有一种眼神叫期待，那是“小红们”内心对公平教育的最大渴望！

(文中学生姓名为化名 图片/红波 供)

化身黑暗骑士，勇闯高三

□ 重庆市中山外国语学校 李路

微班会

时光荏苒，一转眼我们班就要从高二升入高三了。但班里有一种怪异的氛围在涌动，直到我看了同学们的周记才明白，那就是紧张、恐惧的心理：马上就要高三了，我怎么还有那么多东西不会？高三，离高考更近了，我能考上理想的大学吗？……看着他们的周记，我能体会到他们对未知高三的恐惧和焦虑。所以，一堂微班会课《化身黑暗骑士，勇闯高三》便积极筹备起来。

我找了4个纸箱，纸箱的一面做成透明窗，并准备了仙人掌、毛绒吊坠、小仓鼠、假蛇等物品。周一晚上的班会课我带着精心准备的道具走进教室故作神秘地说：“今天的班会课是玩游戏！”伴随着同学们期待的眼神和震耳欲聋的尖叫声，我示意他们安静下来，宣布游戏规则如下：1.通过击鼓传花筛选出4名同学；2.每人有15秒的时间摸箱内物品；3.分别描述摸到物品的特征，并猜出物品名称；4.猜中的同学有神秘奖励，失败的将被“惩罚”。说罢，游戏便开始了。

4只纸箱透明窗那面朝向全班同学依次摆放在讲台上，4名选手站在纸箱后摩拳擦掌，跃跃欲试。

最先上台的是祖东同学，他把手伸进去一半就开始犹豫，下面的同学“戏精上身”，发出“啊”“噢”等感叹词让他更紧张了。直到我开始倒计时“3、2、1”，他才把手往下伸了一些，终于摸到了毛绒玩具的毛发，然后他描述“这个物品有毛，毛茸茸的”。

紧跟其后的是虹杰同学，她开心地把手伸进去，一步步前进，尝试找到物品在哪儿。下面的同学开始瞎指挥：“往左”“往右”“快摸到了”，最后她还是没摸到，描述时只是气鼓鼓地说：“听他们瞎指挥，我什么也没摸到！”

然后是阿甘同学，勇猛的他直接伸手摸，完全无视台下同学的吆喝，一把抓住了仙人掌，下面的同学看着此情此景不禁

倒吸了一口凉气。然后听到他用超镇定且霸气的声音说出了“它是仙人掌”，于是台下发出了雷鸣般的掌声，鼓励胜出的他，也鼓励勇敢的他。

最后压力给到吴袁同学，由于箱子里面是活物，台下的同学一开始就起哄了，弄得他只能把手掌伸进去。下面的同学越发起劲了，“它在跑”“它要咬你了”“它好吓人啊”。短短的15秒，同学们对小仓鼠进行了全方位的“恐吓”式描述，吴袁同学也在这短短的15秒不断尝试，最终以“它会动”这个描述结束了这场豪斗。

猜出物品的阿甘同学获得了“奶茶一杯”的奖励，而什么也没猜出来的虹杰同学被惩罚“接数学老师上课一周”。

在欢快的游戏后，我问：“通过刚才的游戏过程，面对未知的高三，你们有什么样的感悟？”

玲玲说：“在游戏过程中，同学们吓得祖东都不敢往下摸了。所以，我们不能被别人的三言两语吓退，尽量不被他人影响，要勇闯高三，闯出自己的一片天。”

钊成说：“我觉得吴袁值得我们学习，整个游戏过程中他没有放弃，而是坚持去摸索。我认为他这种坚持的精神，是我们高三应学习的关键品质！”

江豪说：“高三需要适当的压力，但压力不能过大，不然用力过猛就会像阿甘一把抓住仙人掌那样，会让自己受伤。”

文卓说：“对于未知的高三，我们都充满了恐惧，但是我们要行动，才能得到结果。”

“同学们说得非常好，其实面对未知的高三，犹如置身黑暗之境，你们有害怕和焦虑的情绪也很正常。但是你们若能拥有刚刚提到的‘坚定’‘勇敢’‘付诸行动’‘适当的压力’‘情绪稳定’等关键标签，那你们便能化身强大的黑暗骑士，冲破重重黑暗，迎来胜利的曙光，那化身黑暗骑士，勇闯高三，你们有没有信心？”我问道。

“有！”同学们用最大的声音吼出了自己的坚定，我也相信他们能在这份自信下书写出独一无二的高三篇章。

(文中学生姓名均为化名)

学生转化

现在的孩子如同温室中的花朵，享受着几代人的细心呵护与无尽关爱，然而这种过度的宠爱有时却悄然催发了自私与冷漠的萌芽。一次家长会后，斌斌的奶奶含泪走进我的办公室，哽咽着告诉我自己的孙子变得不再听话了，甚至对她出言不逊，让她感到无比心痛与无助。作为班主任，我内心深感震撼：为何在学校表现尚可的斌斌，在家却如此不懂得感恩与尊重？

为了解开这个谜团，我决定深入斌斌的家庭探寻其成长背后的故事。原来，斌斌自幼便经历了家庭的变故与动荡。幼时随父母漂泊在工地，目睹了父母间的争吵与分离。五岁时，父母离异，他被送回奶奶家，由父亲抚养，而母亲则远嫁他乡，鲜少联系。奶奶出于对孙子的疼爱与补偿心理，给予了他过度的溺爱，却也在无形中纵容了他的任性与不羁。

面对这样的现实，我知道如果只是简单批评或说教是难以奏效的。于是，我精心策划了一系列以“感恩”为主题的教育活动，期望唤醒斌斌内心深处的善良与感恩之情。

第一步：树立榜样，点亮心灯。我在班级中发起了“寻找身边的孝顺之星”活动，鼓励孩子们自荐或推荐身边的孝顺事迹。通过实地采访与整理，我们编印了《孝顺明星》专刊，并在班会上进行宣讲与学习。这些真实而感人的故事如同一盏盏明灯，照亮了孩子们的心灵，也悄然在斌斌心中种下了感恩的种子。

第二步：见贤思齐，自我反思。我引导孩子们撰写反思日记，回顾自己在家庭中的表现，思考哪些行为值得点赞，哪些需要改进。这一过程中，斌斌开始正视自己的言谈举止，对过去的无知与冷漠感到羞愧与不安。

第三步：深入交流，解开心中结。我多次与斌斌进行一对一的谈心，耐心倾听他的心声与困惑。通过深入了解他的成长经历与心理创伤，我尝试引导他理解父母的苦衷与不易，让他明白父母离异并非他的过错，而是



让感恩在童心里飞扬

□ 重庆市开州区中和镇三合中心小学 袁定香

成人世界中的无奈选择。同时，我也让他发现所拥有的爱与关怀——父亲的辛勤工作、奶奶的悉心照料，这些都值得珍惜与感激。

第四步：书信传情，重建亲情。在我的鼓励下，斌斌决定给奶奶写一封信，表达自己对过去错误言行的悔恨与对奶奶的感激之情。经过多次修改与润色，这封信不仅承载了斌斌的真挚情感，也成为了他与奶奶情感修复的桥梁。在全班师生的见证下，斌斌跪在奶奶面前深情地朗读了这封信。那一刻，斌斌和奶奶的泪水交织在一起，同学们见证了感恩之心的觉醒与亲情的重生。

第五步：持续跟进，巩固成果。在斌斌的行为发生积极变化后，我并未放松对他的关注与引导。通过定期家访与谈心，持续关注他的成长动态，及时给予他鼓励与指导。同时，我也鼓励他积极参与学校与社区的公益活动，培养他的社会责任感与感恩之心。随着时间的推移，斌斌逐渐成长为一个懂事、善良且懂得感恩的好孩子。

《诗经》有云：“投我以木桃，报之以琼瑶。”在教育的道路上，我愿与我的学生们携手同行，共同寻找并培养那些美好的品质——感恩、自信、温暖、善良……让感恩之心在每个人的心中生根发芽。

(文中学生姓名为化名 图片/红波 供)

云资源支撑下的整本书阅读“跨学科学习”实践

□ 安徽省舒城第二中学 胡军 □ 安徽省舒城县实验小学 董学娇

精粹提炼

《义务教育语文课程标准(2022年版)》“拓展型学习任务群”中有两大任务:“整本书阅读”与“跨学科学习”。如何有效落实“整本书阅读”的“跨学科学习”呢?笔者认为,云资源的支撑十分关键。

一、云资源在整本书阅读“跨学科学习”中的优势

1.资源整合便捷

云平台汇聚了海量的语文、艺术、科学、历史等多学科资源,教师可通过信息技术轻松获取与整本书阅读相关的音频、视频、图片、课件等资料,还可以借助其他学科的微课、项目式学习成果为整本书阅读助力。

2.交互性强

因智慧课堂等平台有投票、词云图生成、游戏PK等交互功能,所以我们可用新媒体、新技术、云资源组织各项活动。例如,笔者就曾在《钢铁是怎样炼成的》一课的整本书阅读时利用智慧平板发动了“如果你要选取一个与保尔关系密切的物件,你会选什么”的投票。通过投票,我们发现75%的学生选择了“枪”。因此,那节课我就以“保尔与枪”为突破口,引领学生搜索与“枪”相关的情节,分析“枪”在小说中的作用,并勾连其他名著中“枪”的象征意义,一步步触摸保尔的内心悸动,深刻理解作品的内涵。

我们还可以利用云资源交互性强的特点,在跨学科阅读中让学生分享对书中涉及的历史事件、科学知识等不同学科角度的理解,激越思维碰撞。

3.呈现形式多样化

充分利用云资源,还可以将文字转化为生动的动画、虚拟现实(VR)场景等。在阅读科幻小说时,利用VR技术让学生体验书中描绘的未来世界;阅读历史故事时,通过动画展示战争场面或古代生活场景,使跨学科内容更直观地呈现。例如,笔者就在《昆虫

记》整本书阅读时用AI技术生成了“法布尔立志昆虫学”的微动漫,很好地激发了学生整本书阅读的热情。

二、云资源在整本书阅读“跨学科学习”中的应用

1.导读课,云资源激发了“跨学科学习”的“挑战欲”

教师搭建专门的阅读社区平台,学生在阅读整本书过程中可在社区内分享从不同学科角度的感悟。比如,在阅读《海底两万里》时学生在社区中讨论书中海洋生物(生物学)、航海路线(地理学科)、潜水艇原理(科学学科)等相关话题,并上传自己制作的图片、小视频等资料。又如,在指导《长征》整本书阅读时,首先让学生根据关键节点将路线图绘制出来,之后呈现我地理老师提前录制好的“如何读懂地图之‘地形颜色的奥秘’”,从而让学生轻松地认识到长征由平原走向湿地、走向高山,甚至走向鲜有人迹的地方,地形越来越复杂,遇到的困难自然越来越多。

再如《艾青诗选》充满激情,学习过程中不仅仅是语文知识的积累,更是对人生、对社会的深度感悟。借助云资源,教师可以引导学生进行文学与心理学、历史学等多个学科的交叉学习。学生可以通过云端图书馆查阅艾青的生平资料,通过在线研讨会分享自己对诗歌的理解和感受,甚至可以与其他学校的学生进行跨校交流,拓宽自己的视野。这样的跨学科学习,务实求真,自然贴切。

2.推进课,云资源打通了“跨学科学习”的“厚障壁”

我们亦可利用互联网资源,在推进整本书阅读时融入其他学科元素。介绍名著《三国演义》,课件中除了文本解读,还有三国时期的地图(地理)、重要战役的动画演示(历史)、人物脸谱(艺术)等,让学生在阅读中系统学习多学科知识。推进《白洋淀纪事》整本书阅读时,我先带领学生领略这部作品中生活气息浓郁的民间故事和独具特色的自然环境,再通过云资源为学生提供了丰富的地理和社会知识,再借助信息技术手段(在线

地图服务和虚拟现实技术)使学生能够更直观地了解白洋淀的地理位置、自然环境以及人文历史,从而加深对文本的理解。

在《西游记》的推进课上,我指导学生探究“为什么孙悟空在炼丹炉烧不化”“为什么孙悟空逃不过如来佛的手掌心”等问题,穿插了云平台下载的微视频,联系了化学、地理等知识趣解了答案。孩子们的思辨意识被点燃,问出了很多有趣而不乏科学性的问题。

云资源在整本书阅读推进课中的运用,要求教师不仅要有整合资源的能力,还要有引导学生进行综合性学习的智慧。不仅要努力提升学生的学习兴趣和效率,还能促进他们的综合素质发展,从而培养适应未来社会的创新型人才。

3.展示课,云资源点亮了“跨学科学习”的“满天星”

整本书阅读的展示课阶段,可以创新形式,多维呈现阅读成果。例如在阅读《昆虫记》时,我要求学生利用软件设计关于昆虫习性研究的项目,学生可在软件中记录观察数据(科学),绘制昆虫外形(美术),撰写观察报告(语文),最后以多媒体形式展示项目成果。

再如,在《骆驼祥子》的整本书阅读展示课中,学生们可以通过云平台展示他们的研究项目,如“探寻祥子悲剧之因,探访作者博爱之心”“从称呼变化看祥子的堕落”“人民艺术家眼中的劳苦大众”等项目不仅限于文学分析,还包括了历史背景的研究、人物分析的心理研究等。学生们还可以利用云端的文件存储、资源共享等功能,将他们的历史论文、心理学研究报告以及文学评论等资料上传,与更多的学习者分享和讨论。当然,云资源也为整本书阅读成果展示的反馈和互动提供了可能。在展示课中,我们可以设置好在线投票、问卷、评选等活动,让教学评一体化。

总之,云资源在整本书阅读导读课、推进课、展示课等阶段的运用丰富了“跨学科学习”的内容和形式,提供了学生展示自我、交流思想的广阔空间,萌发了学生综合运用

多学科知识解决实际问题的思想。在这样的高效学习过程中,学生的视野被广泛拓展,他们的思维也变得更加开阔和卓异。

三、几点反思

1.运用的时机要巧妙

我们提倡使用云资源助力初中生整本书阅读的“跨学科学习”,但云资源的运用要把握时机,可在学生感到枯燥时用、在学生感到困惑时用、在学生思路单一时用、在学生渴望表达时用。

2.运用的时长要控制

整本书阅读是语文课重要的一部分,语文课姓“语”。我们不能过度依赖信息技术,要注意与传统阅读和教学方法相结合,确保学生在阅读中仍有深度思考和文学体验,避免形式大于内容。一般情况下,云资源的运用实践不得超过整节课的1/6时间。AI动漫及其他学科老师解读书、小游戏、投票等的安排要力求简洁明了,播放及使用前要进行预演,以节省有效的教学时间。

3.要有受众意识,要关注全体

部分学生可能因家庭条件等原因无法充分利用信息技术参与跨学科阅读实践,教师需要关注这部分学生,为其提供相应的帮助和替代方案。

4.要做好云资源的整理优化工作

云资源为初中语文整本书阅读的跨学科实践带来了诸多可能,但在实践过程中需要不断反思和改进,以充分发挥其优势,提升学生的综合素养。每次运用云资源后要要及时反思:哪个地方使用后事半功倍,学生思维被点燃?哪一处的使用是表面繁荣,收效甚微?如何优化?

综上,云资源的使用为初中语文的整本书阅读“跨学科学习”实践提供了丰富的资源和无限的可能性。它不仅能够丰富学生的学习体验,提高学生的兴趣,还能够促进学生跨学科的思维能力和综合素质提升。因此,我们应该充分利用云资源,让整本书阅读的“跨学科学习”实践更加丰富、生动和有效。

以项目式学习特色推进教与学方式变革的实践探索

实践探索

□ 北京市日坛中学实验学校 冯长征

随着国家、北京市教育改革相关文件陆续出台,国家的教育方针、育人目标、课程标准、招生录取制度、教育体制机制等都有了新内涵或者新要求。这些新的指挥棒,都会对课程建设、教育教学、考试评价等产生深远影响,都在倒逼我们适应这种新形势,倒逼着我们变革教与学的方式。

在新技术支持下,日坛实验学校开始探索教与学的方式变革,走上“整合发展、转型提升”之路。具体来说,就是聚焦目标,精准定位,整合资源,融通项目;坚守初心,打造特色;苦干实干,实现优质。

一、教与学方式变革的探索

(一) 实验学校,实验什么

在朝阳区“一校一策”支持下,学校利用北京市综合活动课程特色校的优势,由中国教科院指导,建成了北京市首个用于教育实践的未来学校实验室。实验学校,要实验什么?要实验适应未来工作、生活和学习方式的人才培养策略。

学校将“研究性学习、信息、劳技、科学”等课程实现整合,在未来学校实验室开展教与学的方式变革,即探索综合学习方式——项目式学习对学生的影响。项目式学习为学生创造真实的问题情境,以项目为牵引,利用所学知识和技能,在项目实施中完成学习任务,以高级思维驱动低阶学习,达到深度学习、培养学生综合能力的目的。

项目式学习对于培养学生综合能力尤其是解决问题能力具有独特价值,努力构建以项目式学习为特色的课程体系,进而打造项目式学习特色学校,将是学校进行内涵式发展、特色发展的一条可行之路。

(二) 聚焦课堂关注发展,我们如何推进

课堂是传授知识、培养能力、实现课程育人、落实核心素养的主阵地。学校提出“以学习者为中心”,统筹整合外部资源,以导学案为抓手,以电子书包为支撑,以项目式学习为载体,探索教学目标的制定与落实,探索教与学方式的变革。

四年来,学校开展项目式学习试水项目,先后开

展了学科项目式学习和综合项目式学习的探索和实践。老师们掌握了项目式学习理念、工具和方法,通过对照课标、参考学情,确定选题;通过设置驱动性问题,创造问题情境;通过学科项目实施过程,倒逼学生学习或复习学科知识,应用学科知识;通过作品和成果展示,培养学生的自信。学生学习主体性得到充分体现,学生核心素养培养贯穿课程和课堂教学始终。

(三) 借助技术落实课标,我们如何研究

在推进教与学方式变革的探索中,技术和课程标准是绕不开的两个重要因素。学校整合“电子书包、移动互联网时代基础教育系统升级、未来学校实验室”等多个项目,利用电子书包技术记录学生的学习过程,将每一个进步明晰、可视,以大数据为老师针对性辅导提供详实、有力的依据。老师们认真阅读课程标准,并将课程标准的每一条要求拆解到最小单位;结合所教学科,明确如何在课堂上落实、体验课程标准的指导意义。经过这次拆解活动,老师们对课程标准有了全新的深刻的认识,为设计适宜的项目式学习明晰了正确的方向,让这种综合学习方式走上了科学轨道。

学校紧紧围绕教与学的方式变革开展了多项课题研究。以市级规划办校本专项课题“基于项目式学习提升学生问题解决能力的实践研究”为抓手,用科学的方法探索项目式学习对学生问题解决能力的影响;以朝阳区名校工程重点课题“专家型教师梯队建设”为引领,让每一个阶段的老师——新教师、经验型教师、市、区级骨干老师都能在教与学方式变革的实践中提升专业能力,最终让学生受益。

二、成效初显

(一) 学生个性发展可视化,教师指导更加精准

移动互联网记录了每个学生的进步,将学生的个性发展可视化。新技术揭开了学生学习是如何真实地发生的,学生在做项目的过程中哪些方面得到了进步,都有明确的显示。而实施项目的老师们,也能够根据测评的数据对不同的学生进行精准的指导,强化了针对性、科学性。

(二) 教师理解课标,设计和实施综合学习更加游刃有余

通过对课标拆解和实践应用,强化了老师们对课标的深刻理解。在专家指导下,设计、实施项目式学习也更加游刃有余,启发老师们不断反思自己的教学理念。

(三) 形成研究共同体,构建良好生态

这个项目不是日坛实验学校在孤军奋战,教委领导、专家团队、兄弟学校与我校结成了研究共同体,形成了良好的学习生态。每个成员都贡献智慧和力量,特别是课标拆解环节,经过了多轮、多校的研讨,最终形成了项目式学习的操作指南。专家团队提供了丰富的工具箱、完整的操作步骤、PDCA的闭环系统、信息技术支持,都为项目的成功、研究共同体形成与进步提供了智力支持和科学保障。

三、反思与展望

(一) 反思

移动互联网技术正在深刻地改变着基础教育。还有相当的干部、教师对这个工具的使用不是特别熟练,还需要在实践中不断反思,不断积累经验。项目式学习有很大的优势,能够以高阶思维倒逼低阶学习,在培养学生的创新能力方面无可替代。但是项目式学习耗时长,对教师的技能要求高,学生知识构建不系统,以我们学校目前的情况,无论是师资还是学科建设乃至生源情况,都还有很长一段路要走。教与学的方式变革,我们还在路上。

(二) 展望

日坛实验学校在项目式学习方面起步早,探索时间长,教师接受程度高,学校先后多次参加、承办全国、北京市、朝阳区项目式学习研讨会,初步形成了九年一贯制项目式学习课程的大体架构,但在课程体系的完善、特色凸显方面还需要进一步努力。相信在这个优良的生态体系中,在领导、专家、教育同仁们的帮助支持下,我们会朝着学校既定的目标不断前进。

小讲堂大课堂 开启追光之旅

——北京平谷依托近光讲堂打造思政教育新品牌

中央广播电视总台新闻评论员白岩松讲他眼中的德智体美劳，奥运冠军、乒乓球大满贯得主邓亚萍分享她的拼搏故事，中国太空漫步第一人翟志刚讲述五星红旗在太空飘扬的故事……在北京市平谷区的“近光讲堂”上，各行各业名家大咖围绕航天工程、文化传播、科技创新等内容，为师生带来了一堂堂生动的“大思政课”。

平谷区“近光讲堂”是在“近光书院”的历史文脉基础上打造的平谷区思想政治教育阵地和校园文化教育品牌。讲堂于2023年9月正式启动，邀请各领域知名人士，通过现场授课和线上直播相结合的形式，面向全区所有中学生、教师及家长授课。活动引领教育系统师生靠近光、追逐光、成为光，点燃学子梦想，共襄文化盛宴。

在党的二十大精神和习近平新时代中国特色社会主义思想指引下，平谷区结合学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育，立足“高大尚”平谷建设，积极探索从“知识育人”到“文化育人”的发展路径，在“近光书院”的历史文脉基础上创办“近光讲



堂”，打造学校教育和文化建设品牌。

从去年9月27日开始第一讲，到今年5月29日本学年最后一讲，共有25位嘉宾登台开讲。回顾这一学年，“近光讲堂”每周一讲，风雨无阻，大咖云集，听众也从北京市平谷区的学生教师家长扩展到北京市、河北省、内蒙古自治区、青海省等京外地区的师生、家长，一堂堂生动而深刻的讲座让“近光讲堂”成为新的“大思政课”品牌。

丰富知识框架，开阔眼界视野，主讲嘉宾将学生带进一个个不同的精彩世界，从航天精神到大国外交，从中国式现代化的文化力量到人生箴言，从图书阅读到棋类世界……他们用自己的亲身经历引导学生认识社会，找准自身定位，明晰人生方向，将自我价值实现与国家发展、民族命运紧密联系起来。“实际上，每次讲座的影响力都在学生、教师、家长中持续发酵，形成持续影响力。”平谷区委教育工委副书记王宇告诉记者。

“家长参与聆听，也深化了家校社协同育人机制。将群众的教育期待转化为文化辐射力，‘近光讲堂’传递正确价值导向、科学教育理念，进一步提升家长素质，增强家长对教育的信任和满意度，构建了家校社共育的‘融合圈’。”平谷区教委主任陈廷健介绍说。

作为新的教育品牌，“近光讲堂”受到社会广泛关注，其覆盖范围迅速从区内走向市区，从京内走向京外，成为探索文化育人路径的新参考。

(节选自《现代教育报》/记者 李继君 韩冲 图片/平谷区教育宣传中心 供)

第二课堂

甘肃临泽：菜园里的“欢乐谷”

“我们去那边吧，那边杏儿黄的多，苦瓜熟的多，还有大片西瓜地呢！”……这是近日在甘肃省张掖市临泽县劳动教育综合实践基地，师生参加采摘活动时充满幸福的对话。

临泽县劳动教育综合实践基地占地面积30亩，属原东寨小学校址，由临泽县教育局主管，临泽二中、三中、四中3所初中和五三小学、滨河小学2所小学共5所学校共建共享，融学生研学、劳动体验、军事拓展、教师团建、亲子体验为

一体。2023年6月，该基地被甘肃省教育厅确定为“全省劳动教育综合实践基地特色培育单位”。

据基地建设牵头校负责人、临泽四中学校长赵友介绍，基地是学生的乐园，除草、浇水、采摘……每次在基地劳动体验，学生们都开心不已，他们还给基地起名为“欢乐谷”。近日，基地菜园瓜果蔬菜又成熟了一大片，基地特意举办“杏儿黄·采摘乐·吟诗趣”主题采摘活动。

采摘后，学生进行了原创诗歌朗诵，

一首首稚嫩而又天真的劳动诗歌香飘校园。“基地建设的初心，就是为师生探寻欢乐的源泉，让他们在劳动中尊重劳动、在研学中启智增信、在亲子体验中增进感情。”临泽县教育局党组书记、局长王天平说，基地将充分依托劳动教育实践基地，把劳动教育纳入学生培养全过程，以劳树德、以劳增智、以劳强体、以劳育美，促进学生全面发展。

(来源：中国教育新闻网 记者 尹晓军 通讯员 赵友)

兴趣活动

脚斗，正在成为校园体育的新宠

谁能想，一项可以追溯到远古时期的民间游戏，如今活力焕发，成为万千校园孩童痴迷的体育运动。

国家体育总局正在向全国推广这一体育项目——脚斗运动。去年，国家体育总局武术运动管理中心发布《体育总局武术中心关于积极开展脚斗运动的函》，其中写道：“日前体育总局武术中心正式成立了‘全国脚斗运动推广委员会’，负责全国范围内脚斗运动的普及和发展工作。”“脚斗运动起源于‘蚩尤戏’，是民族文化原创体育项目。”

据全国脚斗运动推广委员会执行主任、北京脚斗士协会会长吴彦达介绍，脚斗运动包含两大板块：“脚斗士”和“脚斗娃”。其中脚斗娃运动主要服务于校园体育，广受欢迎。他说：“以北京为例，五年前没有一所学校开展脚斗运动，现在北京有352所试点校、112所特色校、2个示范校，涉及10多万学生在参与脚斗运动，其中约18700名学生参加了各级比赛。全国范围内已有8个省区市的800多所学校开展脚斗娃教学、训练、课后社团和比赛活动。”

梦中脚斗

魏溢芯是北京市怀柔区第一小学二年级的学生，从上学开始就在学校社团练习脚斗。6月16日，在北京市第五届脚斗娃大赛

现场，记者碰见了这个小女孩和她妈妈莫莉娟。莫莉娟对记者说，脚斗运动似乎有种特殊的魔力，让女儿痴迷。

“她太喜欢脚斗了，在学校练，回家也练。”莫莉娟说，“有天半夜大家都睡了，孩子把身边的大人从睡梦中踹醒，问她怎么了，她睡眼蒙眬地说刚刚在梦里练习脚斗呢。”

莫莉娟说，为了准备今年的北京脚斗娃大赛，学校进行了两个月晨练，要求孩子一大早到校。父母一度担心魏溢芯不能按时起床，结果发现她每次都自己醒来，开开心心地训练。

记者问魏溢芯：“你和小伙伴们为什么这么喜欢脚斗？”她回答：“因为这是我们的乐趣，如果我们赢了，我们会觉得很开心；如果没有，我们会下次再战。这种竞赛的乐趣我们小朋友都很喜欢。”

童言无欺。脚斗，给孩子们带来了快乐，陪伴他们健康成长。一年来，莫莉娟亲眼目睹练习脚斗给孩子带来的积极变化，不仅在身体方面，更多在精神方面。她说：“练习脚斗需要单腿支撑维持身体平衡，孩子需要高度专注。我感觉孩子的专注力比以前明显提升，学习做作业不再像以前那样容易分神了。过去我的孩子交流交际能力不太好，也不太活泼，但自从练习脚斗后，我觉得她更自信了，也更乐于展示自己了，做事比较有

规划了。”

脚斗如今已经成为北京一些学校的特色项目。北京市昌平区长陵学校2019年引进了脚斗运动，至今已有5年。学校副书记谢国勇介绍，学校同时开展足球、旱地冰球等多个体育项目，但脚斗最受学生们青睐。

谢国勇说，他特别喜欢看到学生通过脚斗运动激发出昂扬斗志。“斗志激发出来后，他们自然就有兴趣了。脚斗得到学生和家长的喜欢。我们已经把这个项目纳入校本课，也纳入了学校运动会。”

“斗”是关键

北京市昌平区霍营中心小学的一位学生家长给记者讲了一个父子脚斗的故事。他儿子刚开始练习脚斗时，根本不是他的对手，二人“吨位”差距太大。但过了一段时间，儿子学会了运用战术，利用身轻的优势，灵活走位，伺机进攻，生生把父亲拖垮。

斗智斗勇，这是脚斗的乐趣所在

在北京市海淀区图强第二小学，几乎全校学生都玩脚斗。校长黄学英说：“我发现，没有对抗的体育活动，学生们很难有兴趣。他们喜欢比赛。”

脚斗虽然是对抗性体育运动，但很安全。今年3月，全国脚斗运动推广委员会

研学在线

为拓展学生视野，全面提升学生综合素质，江西省信丰县第四中学近日开展了2024年夏季研学活动。师生分别前往赣州市蔬菜质量标准中心、县文化大剧院、科技馆和故事靶场，开启精彩的研学之旅。

出发前，学校对本次研学活动作了精心部署，多次面向师生开展研学安全教育，确保本次研学活动顺利开展。

研学的第一站抵达赣州市蔬菜质量标准中心。在这里，信丰四中的学子们认识了种子和二十四节气，了解蔬菜产业的前世今生。在中心基地示范棚，各种各样生机勃勃的蔬菜让同学们目不暇接，同学们认真听着讲解员的讲解，学习蔬菜的种植方法与标准。在实践种植环节，同学们在工作人员的指导下，小心翼翼地挑着心仪的植株种在花盆中，感受着劳作的辛勤与乐趣。

午餐过后，大家随教官来到信丰大剧院，观看了一场感人至深的音乐国防课《人民的军队》。通过讲解员老师娓娓道来的故事和丰富多彩的影像资料，同学们对人民军队的光辉历史有了更加清晰的认识。观看结束后，同学们纷纷表达自己的感受，立志传承革命先辈的遗志，努力学习，做有志青年，为社会主义现代化建设贡献自己的力量。

在参观科技馆活动中，同学们参与各种实践项目，亲手进行科学探究。他们在专业讲解员的指导下，通过实验器材、模型和多媒体资料进行互动，深入探寻科学世界的奥妙。这一场科技之旅，点燃了同学们心中的科学梦想。

最后，同学们来到了充满趣味和挑战的故事靶场，个个摩拳擦掌，蓄势争当“枪王”。在教官的现场教学后，同学们通过亲身体验，在激烈的角逐下，最终产生了本次的“枪王”。

该校负责人表示，丰富多彩的研学实践活动进一步拓宽了学校教书育人渠道，对促进学生综合素质的提升和全面发展，推动学校教育向高质量发展都有重要意义。

探寻科技 畅想未来
江西信丰四中开展主题研学活动
□ 陈治华

(来源：新华社/记者 马邦杰)

是对孩子最好的教育和爱

父母的边界感

爱的港湾



心理学家武志红曾说：“很多中国式的家庭常常是共生的关系，边界感模糊，我中有你，你中有我，陷入死循环。”我们身边有太多父母以爱的名义，严丝合缝地要求孩子、控制孩子，不留余地地突破孩子的人生边界，结果让孩子承受了难以想象的压力。父母丧失了边界感，对孩子而言，就是一场灾难。

有一种父母爱得越深 孩子伤得越狠

有人说：父母爱得越多，就越容易吞噬孩子。父母打着爱孩子的旗号，没有分寸地介入孩子的领域，捆绑孩子的人生，只会把孩子伤害得体无完肤。

电影《死亡诗社》中，有一个令人难忘的情节：高三的学生尼克，在校园里活泼开朗，

品学兼优，尤其热爱表演。谁也不知道，他有一个控制欲极强的父亲，他不允许尼克有自己的想法，更决不允许尼克做学习之外的任何事。他只希望尼克考上哈佛医学系，沿着自己设定好的路，成为一名有前途的医生。

学校的舞台剧《仲夏夜之梦》招“男一号”，尼克幸运地被选中了，满心欢喜地投入排练之中。然而，父亲发现这件事后，愤怒地来到学校把他拎回了家，还说要送他去军校，七八年后才能毕业。尼克感到了深深的绝望，当天夜里，他饮弹自尽，以此来彻底摆脱父亲。父亲听到枪声，冲进房间，看到了倒在血泊中的儿子。纵使再怎么放声痛哭，儿子却再也回不来了。

心理学专家曾奇峰说过一个很贴切的比喻：“悬崖的边界很清楚，所以我们不会靠得太近，但水的边界比较模糊，所以经常会淹死人。”没有边界感的家庭就像水一样，看似亲密无间，却很容易让孩子溺毙，再也无法挽回。

没有边界感的父母 正在把孩子养成仇人

电视剧《熟年》中，有这样一个场景：妈妈张春梅一向引以为傲、乖巧懂事的儿子，被老师投诉频繁旷课，挂科太多，面临被开除的风险。她气不过说了儿子两句，儿子却跟她大吼大叫，说自己实在“受够了”，还要抛下她离家出走。

张春梅心碎不已，她实在不能理解，自己这些年为了儿子身心俱疲，到头来儿子却把她当成仇人一般。而答案就藏在儿子这些年成长的经历里。在儿子成长的十八年里，上哪个学校，报哪个补习班，考哪所大学，读哪个专业……全是她一手操控的。因为她密不透风的介入，儿子的整个童年都是灰色的，没有玩伴，也没有快乐。被强迫连跳两级后，儿子身边都是比他大几岁的同学，他更是没有聊得来的朋友，还因

为年龄小个子矮，被人取笑叫“萝卜墩”。所以当儿子上了大学，终于逃离她的掌控后，开始疯狂迷上乐队，甚至为学音乐逃课、挂科，彻底走向失控。

孩子对父母感情凉薄，不是因为父母不够“爱”孩子，而恰恰是因为你爱得太多了。

多少中国式父母，因为没有边界感的横加干涉孩子事物，跟孩子的关系持续恶化。到头来，父母们还想不明白：为什么我为了孩子倾尽所有，而他对我没有感激，只有怨恨？

周国平说，爱，可以亲密，但不能无间。当父母把本应温暖安宁、像避风港一样的家，用爱包裹成一座暗无天日的精神牢笼时，孩子只会感到无尽的痛苦，每天只想逃离这个牢笼。

最好的亲子关系 是恰到好处

父母对孩子真正的爱，从来都不是恒久的占有，而是一场得体而不失温暖的退出。没有孩子可以一夜长大，他们需要的从来不是掌控，而是父母心里有分寸，给予孩子独立的成长空间。

关于父母和孩子的关系，看到一个很好的比喻：童年时期，父母是教练；成长时期，父母是陪练；长大后，父母是啦啦队。

成年后，父母要保持与孩子之间的边界感，成为孩子一往无前的后盾。心理专家武志红说过：分离和爱，是我们生命中永恒的主题，也是最重要的主题。真正智慧的父母，在孩子需要陪伴的时候，不缺席，不吝啬爱的付出；在孩子需要空间的时候，不占有，不以爱的名义捆绑孩子的人生。父母只有爱得恰到好处，孩子才能活的独立而有尊严。

孩子与你再亲密，也终究是独立的个体。不要再“以爱之名”，操控孩子所有的人生，更不要打着“为你好”的名号，给孩子带来数不尽的痛苦。

愿每个父母都可以让孩子在松弛有度的爱中自由生长。

(来源：男孩派转自青少年心理与教育)

如何正确处理孩子之间的冲突

□ 钱志亮

家教心得

冲突是幼儿阶段交往活动中一种常见的现象。

作为生活的一部分，冲突与孩子的成长相伴，处理冲突是孩子的交往能力之一。孩子在交往中出现的冲突可促进其社会观点采择能力发展，并促进其社会交往技能获得。

解决冲突时获得的经验对孩子心理发展具有非常重要的价值和意义，我们要做的就是不断提供支持和条件，让孩子逐步形成适合自己的应对冲突的策略和方式。

比方说，孩子之间的争吵和纠纷，是他们人际交往中产生矛盾的表现。正是在这种争吵和打闹中，他们学会了观察和分析，有了学习与他人交往的机会，并在观察、学习中掌握与同伴相处的技巧。所以，成人常常发现，有些孩子一分钟前是“敌人”，一分钟后又成了游戏伙伴，因为孩子一般不会像成人那样因为利益冲突而长久地记恨对方。在玩耍中，孩子的最大利益就是玩得开心、尽兴和获得成功。所以，我们应该从孩子的视角来引导孩子正确地处理冲突。

遵循成长原则

相信孩子解决问题和学习的能力

当孩子与别人发生冲突时，家长不要急于干涉，应给孩子自由思考和自己解决的机会。

当孩子之间发生冲突时，无论孩子是打人还是被打，家长都不必过于紧张，因为孩子之间的打打闹闹、推推搡搡一般不会

引起伤害，也不需要大人干涉。在经历了数不清的纠纷、争执等教训以后，孩子会逐步适应纷争。

笔者个人主张是，只要不见红、没有伤害，家长都没有必要插手，否则反而会剥夺孩子获取宝贵社交经验的机会。我们会看到一些社会能力不好的孩子，往往就是因为妈妈对孩子关注太多，稍微有一点问题就大惊小怪，结果剥夺了孩子的学习机会。这样会导致孩子对妈妈过于依赖，永远也长不大。

不要武断定论是非对错 耐心地听孩子解释

孩子们在交往中会出现冲突，但也会尝试着协调、解决矛盾。他们只有经历这种不断解决矛盾的过程，才能学会如何坚持独立的见解、如何竞争、如何协调，适度地表现自己，培养忍耐能力，不断增长与其他孩子交往的经验。

所以，很多时候，家长不要武断地去判断是非，要问一下原因，耐心地听孩子解释，这样我们才能够给予更多正确的指导。

处理冲突时不要一味庇护自己的孩子

处理冲突的时候，家长要注意，请不要一味地去庇护自己的孩子。如果孩子之间的矛盾升级到暴力，如打、咬等，明显有人会受到伤害，家长就应该立刻介入并制止。不要马上去呵斥攻击者，而是首先要救出并且安慰受伤的孩子。家长要做的事情是帮助孩子战胜冲突带来的挫折，而不是替他讨回所谓的公道。惩戒攻击者的方法是立即终止游戏，取消游戏资格。这就是需要双方家长一起来做的事情。



孩子发生冲突与道德品行无关

如果孩子经常与别人发生冲突，请不要论定是孩子道德品行不好，家长完全可以用豁达的心态看待孩子之间的冲突。可以在实践中纠正孩子的错误行为，理智地引导孩子学会掌握一些交往技巧，比如宽容别人、谦让同伴、坚持自我、勇敢承担责任等。

不过分保护，鼓励孩子多与同伴接触

不要因为孩子经常受“欺负”就把孩子保护起来，要鼓励他多与同伴接触。当孩子受到了不公正的待遇时要支持孩子，不要责

怪孩子懦弱。家长既不要以“好孩子不哭”来制止孩子委屈流泪，让他压抑自己，也不要“坚决站在孩子一边”来强化其痛苦与仇恨；而是寻找背后的原因，及时找到下一次沟通的更好方法，并鼓励孩子不断尝试新方法。

特别提醒一下，孩子之间的交往过程中，有时候哭是一种武器，也是一种交往的工具，或者是解决矛盾的方式。因为孩子哭了，对方可能会产生内疚，为了弥补，就会主动来跟他玩；而对方主动示好的时候，他也学会了宽容。

(文、图来源：钱志亮工作室)

理念刷新

“高质量教育发展”背景下初中学生
心理健康指导与支持性策略(二)

□ 北京工业大学附属中学 王政阳

(上接第22期)

三、应对初中生焦虑、抑郁、学习障碍、社交障碍等问题的有效策略

(一)多维度充分了解,及时采取相应措施

随着高质量教育发展的推进,中学生的成长多样性日益明显,在成长中会遇到各种各样的心理问题,如焦虑、抑郁、学习障碍、社交障碍等。情绪调适、学习能力提升、人际关系处理,对于青少年来说,每一个内容都是成长中需要认真对待并必不可少的课题。通过问卷调查、心理评估、班主任观察、班级心理委员反馈、学生自我表达、学生作业完成情况、同学相处情况、家长对学生情况的反应、医院诊断评估等多种途径了解学生的情绪状况、学业状况、社交状况,及时采取相应措施,对症下药。

在中学阶段,学习障碍、社交障碍与焦虑、抑郁情绪是互相作用的。学习的困难和人际的障碍有可能引起情绪的困扰,情绪的困扰也会阻碍学习和社交的发展。

学生抑郁、焦虑等情绪状态的了解,通过心理评估、家校访谈、医院评估等获得;同时从班级心理委员和班主任对学生近阶段的行为表现进行了解。

学生的学习障碍,如厌学、弃学、学不会等状态的了解,通过班级学习、课堂作业、成绩反馈、到校情况、情绪状态、与父母、教师、同学的人际状态等方面进行了解。

学生的社交障碍,如人际沟通困难、人际关系困扰、校园霸凌、师生关系、亲子关系等内容,通过个体谈话、心理委员反馈、同学相处、情绪状态、到校情况等多方面进行了解。

青少年产生抑郁焦虑的原因,主要是与人际关系相关,一是亲子关系,学生是否感受到父母对自己的爱、尊重、理解、信任,父

母是否会在自己出现问题后会保护自己、接纳自己等;二是师生关系,学生是否感受老师对自己的信任、喜欢、尊重等;三是同伴关系,学生是否感受同伴对自己友善、接纳和信任等。如果以上三项都是“否”,学生的自我效能感减低,消极认知和消极情绪迅速上升,容易出现厌学、弃学等行为。对于此类学生,通过德育心理关怀、家校共育、个体心理辅导、班级团体心理辅导、体育锻炼、音乐修养课等方面进行指导和干预,学生被积极关注后,心理复原力获得提升,合理认知形成,自信心增强,能够逐步恢复学习功能和社会功能,走出情绪的困境,稳定地进行人格发展和学业发展。

(二)实施全方位教育,构建学生成长生态环境

学校是学生学习生活的主要场所,学校的教育目标、教育方式和教育氛围直接影响着学生的学业发展和人格形成。在高质量教育发展的背景下,学校以学生的身心安全、健康发展为第一目标,关注学生个体差异,加强对学生的人格塑造、人际关系适应、环境适应、学习兴趣培养、学习能力提升等全方位的心理健康教育,引导学生增强调控心理、自主自助、应对挫折、适应环境的能力,培养学生健全的人格、积极的心态和良好的个性心理品质,协助他们向情绪状况良好、自我评价恰当、人际交往和谐、认知效能良好、适应能力良好等方面发展,是学校对学生心理健康教育工作的管理内容。

在以学生发展为目标的管理下,从心理学的视角着手,开辟学校生态系统中的专业途径、渗透途径和支持途径,对学校的心理健康教育资源进行整合和调配,充分发挥学校和家庭的教育功能,形成合力,共同构筑促进学生健康成长的支持体系与和

谐环境。在源头方面,从心理健康课程建设、积极心理品质培育、及早分类疏导各种压力、增强学校、家庭和社会合力等方面,全方位提升学生心理健康素养;在过程方面,积极开展教师的业务指导和技能培训,针对学生出现的异常情况,与家长进行密切沟通,共同加强心理疏导,帮助孩子度过难关;在结果管理方面,通过家长心理赋能课堂,通过家委会建设等内容搭建构建家校协同干预机制。

1.教师的心理学素养及技能培训

尊重、接纳的教育环境对于学生的心理健康有重要影响。教师是学生灵魂的塑造者,教师的言行引导着学生的言行,教师良好的心理健康水平和技能是开展教学活动的重要基础。教师的心理健康不仅对其自身有着重要影响,而且对营造尊重而接纳的教育环境,优化师生关系、家校关系,培养学生积极向上的心理品质,塑造学生的健全人格具有重要意义。

在新学期开学前、学期结束后,以教师发展为导向,以班主任主题培训、班主任工作案例指导、教师团队建设、教师个体咨询等方式开展对老师在学校教育、课堂教学、学生管理、个人发展、情绪管理等方面的心理学素养及技能培训,强化教师优点,增强教师积极的自我发展能力,从观念、知识、技能方面全面提升教师的心理健康教育水平,解决教师在实际工作中遇到的困境和问题,实现和推进学校心理健康建设。

2.家长心理赋能课堂

父母是孩子的第一任老师,家庭是孩子的第一所学校。高质量教育发展背景下,《家庭教育促进法》的颁布,给家长带来了新的课题:“在属于家庭的时间里,如何尊重孩子的身心发展规律和个体差异;如何尊重未成

年人的人格尊严;如何遵循家庭教育特点,科学、有效地管理和教育孩子;如何与学校教育、社会教育紧密结合来为孩子的健康成长和稳定发展提供支持;如何掌握科学的教育方法,提高家庭教育的能力;如何引导孩子养成良好生活习惯和行为习惯,促进其身心健康发展;如何去关注未成年人的心理健康,帮助其掌握安全知识和技能,增强其自我保护的意识和能力”等等。这些内容既关乎每个家庭,也关乎每所学校。

在新生入学、毕业升学、期末考试前后等重要节点,根据孩子和家长的的不同需求,以家长课堂的形式对家长进行家庭教育赋能,帮助家长树立科学的教育观念,了解和掌握孩子成长的特点、规律以及心理健康教育的方法,协助家长共同解决孩子在发展过程中的心理行为问题,提高识别和应对学生心理问题的意识和能力,建立学校和家庭心理健康教育沟通的渠道,为学生构建一个和谐宽松的教育环境,优化家庭教育环境,形成教育合力。

3.初中生系列心理教育

初中阶段是学生人格形成的关键期,中学生的心理正在发育之中,其心理上的不良反应和适应障碍伴有强烈的情绪色彩和偏激的行为特征,学校可以采取普遍教育与个别教育相结合的办法,有针对性地对中学生进行认识自我、尊重生命、学会学习、人际交往、情绪调适、生涯发展教育、性健康教育、挫折教育、心理疾病预防教育以及环境适应教育,引导学生增强心理调控、自主自助、应对挫折、适应环境的能力,培养学生健全的人格、积极的心态和良好的个性心理品质,优化学生心理素质,促成健康人格的发展和完善,从而避免各类安全问题的发生。(未完待续)

播种山草精神
领航民间体育□ 本报记者 李照
通讯员 蒋新成

楷模先贤

江苏省南京市金陵中学河西分校体育老师陈志山,是山草体育工作室创始人。他的故事,就像他的名字一样,坚韧不拔,志在千里,有山一般的意志,像草一样的生长。

陈志山老师热爱体育,热爱教育,更热爱那些在操场上挥洒汗水的孩子们。他发现,体育课不仅仅是跑跑跳跳,更是培养学生团队精神、坚韧意志和健康体魄的重要途径。于是,他萌生了一个想法:成立一个体育工作室,专门研究如何提升中小学体育教学的质量,让更多的孩子受益。



2016年,山草体育工作室正式成立。没有专门的办公室,陈老师就在操场边、小路上、餐桌旁甚至是读书间的一角,与志同道合的老师们一起探讨、研究。他们没有因为条件的艰苦而放弃,反而更加坚定了教育信念:只要孩子们需要,他们就会成为最长情的陪伴者。

去年3月,山草体育工作室联合南通如皋市教育局、南通师范高等专科学校,成功举办了2023年全国学校体育高质量发展论坛,这是对山草体育工作室多年努力的肯定,也是对陈志山老师教育理念的认可。在论坛上,陈老师提出了“技术+‘Z’技术+‘融合体能’+‘运动情境’”的教学范式,这一理念不仅颠覆了传统的体育教学模式,更是为体育课堂教学的高质量发展提供了新的思路。

8年来,山草体育工作室的脚步一直在向前迈进,从未停歇。疫情期间,陈老师领衔的山草体育人为重庆市南岸区、万盛区、綦江区,辽宁省抚顺市新抚区,四川省成都市天府新区,内蒙古赤峰市左旗,山东省泰安市泰山区,河南省郑州市二七区、郑东新区等地进行了公益培训。他们联合全国各地的体育名师工作室,共同探讨如何改变教师的思维方式,如何走进学生的心理世界,如何营造师生和谐相处的氛围。

至今,山草体育工作室已面向全国体育教师举办了多场半月谈公益

活动、体育教学与科研辅导公益讲座,他们不仅关注体育课堂教学,更关注体育教师的专业成长。他们相信,只有教师的思维进阶了,心理走进学生了,评价角色视角改变了,才能真正实现以生为本,学、练、赛、评一体化的教学。

陈志山老师在山草体育工作室中扮演了核心领导者和精神支柱的角色。作为工作室的创始人,他不仅是团队的领航者,也是推动团队前进的动力源泉。在他的引领下,这个民间工作室先后培养出了2位全国优秀教师,8位正高级教师。

陈老师多年从事基础教育的体育教学工作,有着丰富的理论和实践经验,取得了优异成绩,值得大家分享。

理念倡导者:他倡导的“技术+‘Z’技术+‘融合体能’+‘运动情境’”教学范式,为体育教学提供了新的理论支持和实践方向,引领团队成员探索更有效的体育教学方法。

研究引领者:他带领团队进行体育教学研究,不断探索和实践新的教学理念,通过研究提升团队的专业水平和教学质量。

实践推动者:陈老师不仅在理论上有所建树,更注重将理论付诸实践。他推动团队成员在各自的教学岗位上实施新的教学方法,通过实践不断优化和完善教学策略。

团队凝聚者:通过组织各种教研

活动、公益培训和论坛,陈老师将团队成员紧密地联系在一起,增强了团队的凝聚力和协作精神。

公益践行者:陈老师带领团队进行公益培训,将高质量的体育教学资源带给更多地区和学校,体现了他对于教育公平的执着追求和大爱无私的教育理念。

成长促进者:他关注团队成员的个人成长和发展,鼓励成员进行学术交流,撰写论文,为团队成员提供成长的机会和平台。

变革引领者:在教育领域不断追求变革和创新,陈老师带领团队勇于尝试新的教育模式,不满足于现状,始终保持着对教育的热情和对卓越的追求。

陈志山老师在山草体育工作室中的榜样力量,极大地影响了团队成员,激发了他们的潜能,推动了团队向着更高的目标前进。在他的带领和影响下,山草体育工作室成为了一个充满活力、不断进取的民间公益体育教师团队。他和他的山草体育工作室,就像那些在高原上坚韧生长的山草,不畏风霜,不惧孤独。他们用自己的行动,诠释了什么是最长情的陪伴,什么是最无私的奉献。他们的故事,就像那些在操场上奔跑的孩子们,充满了活力,充满了希望。他们用责任与担当,智慧与爱心,谱写了一曲动人的教育之歌。

(图片/陈志山 供)