

「记者观察」

「品质化德育离我们有多远」

品质化德育研讨会校长论坛侧记

■本报记者王浚豪

近日,眉山冠城实验学校举行“品质引领、内涵发展、生态文明”品质化德育研讨会。会上,进行了“品质化德育离我们有多远”主题的校长论坛活动,来自全国各

◆品质化德育是大势所趋 “品质化德育的提出,标志着学校德育将不再拘泥于粗放的程序化、浅表的形式化,而是以人的发展为目标,追求坚实的人格奠基,健康的身心构建、深刻的生命体验。”黑龙江省海林市职业教育中心负责人表示,该中心结合当地人文条件,创“五心德育”,构建职教大思政格局,“经过近年来的德育实践,学校不仅摆脱了办学困境,师生面貌焕然一新。”

山东省淄博科技学校党支部书记、校长付豪认为:“品质化德育并不是无中生有、与常态化德育完全隔绝的教育模式,而是对常态化德育模式的提升和改良,如果将常态化德育工作做细、做实,做出特色,就离品质化德育不远了。”

长春市莲花山育英实验学校校长张晶认为,品质化德育需要从“育学”走向“育人”,也许很多年以后,孩子们可能对老师传授的知识要点记不太清了,但老师们教会的做人的道理,会让孩子们终身受益。

“品质化德育是追求针对性、实效性的德育,是放眼未来的德育,是打通立德树人落地“最后一公里”的德育。我中心近年来所打造的德育体系、德育课程、数字德育中心、学生综合素质素养评价与发展平台等,究其实质也是在做品质化的德育。”黑龙江省宁安市职业教育中心负责人刘希军说。

◆扎根本土,提炼特色

哈尔滨市苏宁红军小学党支部书记、校长姜肇玉说:“品质化德育,对于学校,它是一个意义深远的课题,对于学生,它是一个影响久远的命题。”学校确立了“以红色基因培根铸魂、按教育规律开智启慧、培养全面发展的苏宁人”的办学目标,形成特色育人体系,培养忠诚勇敢、担当奉献、立志奋斗、全面发展的学生。

黑龙江省东宁市绥阳中学是一所乡镇中学,校长官海鹰说,在学校品质化德育创建中,围绕“立足乡土办教育,围绕本真创特色”办学愿景,突出“六维”家校合作育人的实施途径,形成了以“本色育人、本心携手、本真家校”为特点的品质化家校合作育人办学特色。

哈尔滨市卫生学校,德育工作体系化、德育内容常态化、德育活动主题化始终贯穿学校工作各方面、各环节。党总支书记官晓波介绍,该校德育工作举措概括起来有五个方面。第一是“持续”,如读书活动已坚持10年;第二是“细致”,如“一班一品”的“五早”活动;第三是“标准”,德育制度与时俱进、不断完善;第四是“评价”,全方面、多维度地对育人成效进行评价;第五是“凝练”,如15年授帽仪式活动,以践行南丁格尔精神的仪式教育润心、凝心、铸魂。

沈阳师范大学附属艺术学校德育处主任韩艳在分享中表示,该校以“养德兴艺”为总体思想,秉承“垂范育人、敦品求艺”教育理念,确立“434”德育体系框架。具体而言,以学生成长为中心,通过周日反思课、安全教育课等多元德育课程的开展,聚焦高度、深度、精度、广度、力度五个维度,强化五育并举全面发展,探索“三内育人”新格局,树立“大德有观”,打造品质化德育。

◆教师有魅力、张力、活力

河北省邢台市树人文茂中学德育副校长包建平说,一个好校长,就是一所好学校,因此“立德先立心,品质化德育落地先抓根”。统一思想、线下培训很必要,而过程方面的绩效考核为持续提升品质化德育实效起到重要作用。

“师德是教师的灵魂,内化为人性化的修养,能唤醒人们的大爱之心。”眉山冠城实验学校学监李晓凡认为,作为一名教师,应当“内在有张力、潜在有魅力、外在有活力”。张力表现在教师对学生的宽容度、接纳度,以及学生对教师的信任感与释放感;魅力则体现在教师用心做人、用情做事、用智慧做学问;活力是指教师不断学习、培养学生自主创新等能力。“我们需要内化师德,用教师的人格唤醒学生的心灵。”

新疆维吾尔自治区察布查尔县城东实验中学负责人谈到,品质化德育还应关注当下工作中面临的问题:教师因批评惩罚学生而受困。他建议,教师正当地批评教育学生时,校长应该做教师坚强的后盾;学校严肃处理学生,教育行政部门要做学校的后盾。

以「写」问道

【人物档案】

张怀华,河南省焦作市第十一中学高中物理正高级教师,教育部新时代中小学名师培养对象、教育部“国培计划”授课专家、全国特色教育优秀教师、人教版高中物理教材培训专家、河南省人民政府学术技术带头人、河南省科协评审咨询专家、中原名师,微信公众号“豫见物理”独立运营者。长期致力于数字技术与中学物理创新实验教学的融合研究,凝练出了“格物穷理,行知合璧”的教学主张,主持开展省市级课题10余项,发表论文50余篇,应邀到全国各地作报告100余篇。

【对话人】

成都市新津区教育局教师管理中心副主任 胡同文

胡同文:张老师好,关注您的微信公众号“豫见物理”很多年了。您每天要写那么多文字,最开始教育写作的动机是什么?是什么激励您坚持写公众号文章?

张怀华:我是1997年参加工作的,那时教育信息化刚刚兴起,各种教育软件产品琳琅满目。我根据物理学科的特点,选择了当时在数学教学中广泛应用的几何画板作为自

网络研修:教师专业发展的新航道

——对话河南省焦作市第十一中学教师张怀华

己的主攻方向。为了构建几何画板技术攻关团队,我在自己家里的电脑上设置了服务器,购买了域名,搭建了一个全国性的几何画板学习交流BBS网站“动态与仿真社区”。作为这个网站的负责人,我要发挥自己的示范引领作用,吸引更多的数学教师和物理教师加入,所以坚持每天研究和发帖。

微信公众号相当于教师自己开办的学术期刊,是自己的活动记录平台,忠实地记录着自己的教育教学研究过程;也是互动交流平台,与全国同行相互启发、相互借鉴,相互促进、相互指导,能感受到被需要、被认可、被尊重,自己每天的进步也肉眼可见,这样研究和写作就进入了一种正向激励循环,最终将每天撰写公众号文章转化为自觉行为;亦是成果发布平台,能够将每天的教育教学研究和成果第一时间对外发布,能够辐射引领更多的同行,也能够及时得到专家学者的点评和指导。

胡同文:请问,您在公众号上的教育写作文章中通常聚焦哪些主题和内容?

张怀华:教育写作是教师教育教学研究的自然输出,可以说,没有教育教学实践,教育写作就会失去源头活水。我和团队成员一直秉持“从生活走向物理,从物理走

向社会”的新课程理念,积极践行“格物穷理,行知合璧”的教学主张,指导学生们立足中学物理学科的知识 and 技能,从自然生态、社会生产和人类生活中发现问题、提出问题、探究问题、解决问题。“焦作市缝山公园中的鸟鸣现象探秘”项目研究是师生周末登山时偶然发现的,这项研究从声波反射的角度解开了“鸟鸣”之谜;“高速公路诡异车祸探秘”项目研究是师生看到新闻报道后引发的,这项研究从光的反射和折射的角度解开了“监控探头里面是双车相撞,现场却只有一辆事故车”的谜团;“建筑工地地下水排放调查”项目研究是学生们看到建筑工地排放地下水而引发的,探究小组利用伯努利原理测量发现地下水浪费量惊人;“酷走团过桥不宜齐步走”项目研究是师生看到“酷走团踏着整齐的步伐通过桥梁”而引发的,研究小组从共振的角度分析了齐步过桥的危害。

胡同文:教育写作的重点在日常,难点在经常,请问坚持教育写作和运营公众号对您的专业成长带来了怎样的帮助?

张怀华:我的微信公众号从不间断,每天一篇,力求原创。每天清晨在徒步上班的途中构思写作主题;在工作期间从课堂教学、教研活动或工作室研修中采集视频

或图片素材,同时构思文章结构和内容;晚上休息前躺在床上用手机编辑微信文章;第二天清晨阅读校对无误后公开发布。

坚持教育写作和运营公众号对我的专业成长起到了很大的推动作用,让我和学生们总能从司空见惯、习以为常的日常生活中发现有价值的课题并开展研究,取得成果。截至目前,仅在“豫见物理”微信公众号上,来自全国各地的物理爱好者就有5万余人。在他们中间,有中学生、本科生、研究生,也有大学教授、一线名师和中学校长,还有期刊编辑、教研人员和教育行政部门的领导。他们经常在微信公众号留言区评论,既有和风细雨,亦有雷霆霹雳。他们总是能在第一时间发现我在研究中存在的错点、盲点,当然也有闪光点,及时通过微信或者电话对我进行指导,切中要害,为我的专业发展带来了不竭的力量。微信公众号上积累的教育教学研究成果,分门别类有5-6个专辑,文章保有量超过了3200篇,诞生了1300余项科技创新成果奖和100余项专利,凝练出教育科研课题和成果10余项,在《物理教学》等权威期刊上发表论文50余篇。

胡同文:网络研修平台是教师专业发展新的舞台,为教师实现专

业写作畅通了新的通道,对此您有何建议?

张怀华:开展教育教学研究和教育写作是为数不多的教师能自己做主的事情,教育写作是教师成长的最佳方式。教育写作可以促进教师知识的积淀、学识的丰富、思想的充盈。课堂教学的得失成败、师生互动的感人瞬间,都是教师教育写作的绝佳素材。教师的教育写作最容易引发学生、家长和同行的共鸣,也更容易获得鼓励和支持,从而更容易获得坚持写下去的精神动力。教师要积极主动应对数字化对教育带来的挑战,在微博、头条、微信公众号上搭建自己的网络研修平台,开始教育教学研究和教育写作。

教育写作贵在坚持,要相信时间的力量。时间是人生的放大器。如果你是奋斗者,时间将会放大你的奋斗;如果你是平庸者,时间将会放大你的平庸;如果你与别人有差距,时间将会放大这种差距。锚定发展目标,每天坚持写作,日积月累,聚沙成塔,终会成就更好的自己。

[本文系“四川省高校人文社会科学重点研究基地·四川中小学教师专业发展研究中心”一般项目“专业写作对教师专业能力提升的影响研究”(PDTR2023-13)成果之一]

「教育叙事」

一次特别的劳动课

■四川大学附属实验小学分校 陈伟

“陈老师,罗小泽把我们班的垃圾桶弄坏了!”午餐后,我刚回到办公室坐下,几个同学冲到我面前来告状。

“他把垃圾桶哪里弄坏了?”来到教室,只见“肇事者”——罗小泽耷拉着脑袋,一言不发。

“你怎么把垃圾桶踩坏啦?”我问他。

“真的不是我弄坏的!我就踩了一下,扔了个纸团,盖子就关不了了。”罗小泽显得有点委屈,脸涨得通红,快要哭了。

我仔细打量垃圾桶,外表是好的。桶底有一个脚踏板,与桶盖相连,脚一踩,盖子就打开;脚松开,桶盖就关上。再一细看,桶盖与桶身连接处的塑料插销断了。我对大家说:“垃圾桶不是罗同学踩坏的,与他无关。”

“告状风波”算是平息了,问题怎么解决?我灵机一动,计上心来:真正的劳动教育不能仅仅局限在劳动课上,而应该落在实实在在的、具体的生活中。

“谁能把垃圾桶给修好呢?”我问孩子们,他们你望着我,我看着你,纷纷摇头。

我找门卫师傅借了一把钢丝钳,要了一小段铁丝,众目睽睽之下,开始修理垃圾桶。我剪下一截铁丝,然后对准桶盖与桶身连接的位置,将铁丝从连接处的小孔穿过去,把盖子与桶身固定好,垃圾桶就修好了。我试着踩了几下,盖子果然能正常开关了。孩子们纷纷鼓掌,拍手叫好。

“陈老师,你是怎么知道垃圾桶坏在哪儿呢?”爱提问的冯小花突然发问。

我指着脚踏板,“一踩它,盖子就打开;一松脚,盖子就关下来,说明盖子的开关与脚踏板存在着关系。小罗用脚踩开了盖子,可是他松开脚,盖子却关不了,说明盖子与脚踏板的连接可能出现了问题。顺着这个思路查找,最后发现是连接盖子与桶身之间的塑料插销断了。所以,只要把断了的塑料插销重新换一

「心育田苑」

随着社会变化,当代农村中学生体验着超过以往水平的压力。他们背负着家庭乃至家族的期望,离开熟悉的环境,到镇(乡)、县城求学。新的要求、环境、人际关系等都需要他们迅速适应;环境的变化和各种挑战易导致其自豪感与自卑感共存……国家和各级教育行政部门很重视心理健康教育,但由于硬软件相对落后,师资匮乏等诸多因素导致农村学校心理健康教育相对薄弱。如果他们面对的挑战和压力没得到及时、有效地干预和调节,甚至会导致心理危机事件。因此,创新工作方法,采取多样化的教育方式提高农村中学生自我调节能力、预防和干预心理危机、减少心理危机的发生显得尤为重要和迫切。

近年来,“正念”这一心理学概念被人们逐渐认知。正念是通过有意识地、非判断地注意当下而升起的觉知。更具体来说,正念是有意

正念训练助力农村中学生心理健康

■汉源县第一中学 李建蓉

识地对当下所发生的心理活动的过程和内容(如身体感觉、情绪、想象、心境、表象等)以一种持续的、不加评判的注意方式进行觉知,强调将注意力集中于当下。正念来源于东方文化,1979年,美国乔·卡巴金博士将正念减压疗法应用于长期慢性疼痛治疗并取得良好疗效至今,正念在医疗、教育、退伍军人康复等多个领域被验证对降低压力和负面情绪、改善睡眠、改善大脑的结构与功能等具有很好的疗效。

正念作为一种心理品质,存在个体差异性(特质正念)和时间波动性(状态正念),可通过特定的练习方式进行提升。正念训练包括正念减压、正念认知等。国家卫健委亦推荐正念及相关干预作为缓解紧张、疏解压力的方法。正念减压法可以帮助处于心理危机状态的个体快速放松身体、稳定情绪。对创伤后应激障碍的干预有效且

稳定。研究表明,个体的正念认知水平与自杀意念呈显著负相关。每天15分钟的短时正念冥想训练可能帮助降低大学生的自杀风险,改善应激,提升睡眠效率。该方法可以降低练习者负担感知下的逃脱欲望,可能间接有助于预防遭遇人际逆境时的自杀。因此,正念训练是一种安全、省时、经济、高效的身心训练方法,是一种潜在的心理危机预防与干预方法。笔者在实践中发现,正念训练有助于农村中学生心理危机干预工作。

首先,农村中学心理健康教育基础设施、设备不健全,而进行正念训练只需要一间相对安静、用于日常教学的教室,甚至只需要一个不被打扰的、安全的空间。

其次,正念训练的训练流程易于掌握,不要求指导者必须具备很高的技术性理论知识,多可采用成熟的指导性音频。教师作为指导者也可亲身参与训练过程,更容易

理解训练的原则和内涵,快速学会引导技术并运用于日常教育教学中,解决了农村中学心理健康教育师资匮乏和缺课时的问题。教师还可根据学情,灵活创新授课形式,将学科课程与正念训练相结合,将个人正念训练和正念训练团体辅导相结合,推行全员正念项目,做到正念训练常态化、习惯化。

再次,体验式的训练形式易被农村中学生接受。正念训练淡化理论,强调从游戏活动中体验,重视此时此刻的观察和感受。如正念呼吸、身体扫描等。其中,正念运动更是动静结合、温和地唤醒身心。正念训练后更关注学生的讨论和反馈,在这样的氛围中,多数参与者能更加接纳自我和他人、更愿意与人交流,潜移默化中提升了农村中学生自我认知、自我接纳与自我塑造的能力和接纳他人的能力。

最后,生活时时、处处皆可正

念。正念训练易于掌握,便于练习。农村中学生可以自己有意地在日常生活、学习中进行练习,如正念洗脸、正念吃饭、正念朗读等;也可以依托APP、音频、视频练习。可以随时将注意力集中在不加评判地觉察当下的主观经验,不恐惧未来、不纠结过去,只是活在当下。

通过正念训练,农村中学生具有较高的正念水平,心理素质得以提升,心理危机产生的风险就会降低。如果遇到心理危机,运用正念呼吸、身体扫描、静如水 and 安如山等稳定身心、观照自己、活在当下的具体技术,农村中学生可以帮助自己接纳当下的情绪和想法,避免冲动型自残、自杀,保证安全。因此,将正念应用于农村中学生心理健康教育中,对破解当下农村中学生心理危机干预工作的困境具有可行性、实用性和创新性。



讨论 蒲雨 摄