

福建省莆田第十三中学

以人为本 构筑心育文化特色

随着我国城市化进程不断加快，留守儿童教育问题也引起了社会的广泛关注和重视。以人为本，多元发展，持续发展，短短十二字发展理念，福建省莆田第十三中学（以下简称“十三中”）却早已坚守50余年。因学校学生的父母很多都选择外出经商打拼，代际缺失、教育错位，导致学生一些潜伏性情绪和心理问题无法得到及时发现和疏导，在他们幼小的心灵里滋生并积累下来，影响着他们的生活、学习、交际和成长。为了使每名学生态度阳光、快乐、健康成长，十三中高度重视心理健康教育，用心呵护学生心灵成长。就这样，心理健康成为十三中的特色，建构较为完善的心理健康教育网络、注重心理健康教育领域师资培训、完善心理健康教育硬件设施、将心理健康教育课纳入到固定的教学课程系列之中、建立并完善学生特别是留守儿童心理健康档案、注重育人环境建设。十三中打出的一套组合拳之下，是学校全体教育者的默默付出，他们主动当起学生的爸爸妈妈，除了教书育人，他们还要育心。

全员育心

教育责任很大程度上是由发挥教育主体作用的教师所承担，由此衍生的教师心理健康素养成为一个影响心理健康教育效果的关键指标。在心理教师团队的构建上，十三中一方面实施人才引进，设置专职心理教师，由其主导关爱留守儿童心理健康这项日常管理事务；另一方面，学校还先后推荐数名教师参加各级心理健康教育师资培训，鼓励教师参加教育教学各项能力评比，并荣获诸多奖项。比如，《消除教师心理阻抗，提高参与研究性学习的积极性》《留守儿童和父母的代沟问题》均获论文市级评选一、二等奖。此外，学校还将原有的清心成长工作室进一步发展为心理健康与发展指导中心，设置了关爱留守儿童办公室、心理咨询室、心理阅览室和心理健康教育团体活动室（留守儿童之家）等多个活动场所。其中的心理阅览室，时常让师生不想离开，那里是心理知识的海洋，有心理类、励志类、成

长类藏书、杂志近400册。

家庭教育是学校教育的重要补充和延伸。家校联动、家校合一、家校互补等理念已经深入人心，能够杜绝孩子成长的死角和盲区。构建家校合力教育联动机制，通过情绪管理与情感呵护，才能为学生营造一个立体多维的心灵家园。因此，十三中和班级每学期都会制订关爱留守儿童的计划，做好留守儿童的摸底工作，并制定帮扶方案，形成师生结对、生生结对、家校互联的全方位关爱模式，还开展关爱留守儿童的主题班会活动及节日系列活动，如给留守儿童集体过生日、过元旦、过端午节等。即使家长在外，学校也会时常通过召开线上家长会，指导家长正确认识孩子在学习过程中遇到的各种问题，并学会与孩子沟通的策略，通过家校互通促进学生心智双健。

课堂育心

学校仅仅依靠讲授法单一的形式，是无法满足留守儿童心理健康教

育需要的，将心理健康教育渗透进课程教学当中，才能达到一种润物细无声的效果。进课堂，入课表，为了将心理健康教育纳入学校的正常工作计划中，十三中从2010年秋季开始，安排高一年级开设心理健康教育课，每班每周一节或两周一节，以实现心理健康知识的普及。学习辅导、情感辅导、人际交往辅导、适应性辅导、自我意识辅导 在教师的不断商榷和修改下，这些贴合高一学生心理与十三中实际的主题被开发出来，而这也之后，学校还组织编制了《高一心理健康教育》校本教材以及教师用书。

进课堂的不只是心理健康教育。伴随着“双减”政策的落地，十三中开始积极借鉴“先学后教6+1”等高效课堂教学模式，探索适合本校校情的课堂教学模式：课前，学校积极引导教师以导学案为载体，创设基于知识巩固的预习作业和利于教学反馈的课堂检测，同时，课堂练习和课堂检测的时间要用10-15分钟进行，以便于通过反馈检验学生课堂目标的达成情况；课中，教师要 将更多的时间还给学生，创设基于学生生活实际的教学情境，设置基于学生认知

水平的课堂问题，引导学生积极参与、主动参与；课后，教师依据学情，适时适量安排课堂巩固练习、课后复习作业、自主选择作业、预习性作业，充分发挥作业的诊断、巩固、学情分析等功能，为教师的课堂教学提供依据。事实上，高效课堂也是心理健康教育的重要阵地，这样的课堂，不仅在于让学生成为课堂的主体，让课堂质量实现跨越，更重要的是，学生通过这样的课堂习得了积极学习的力量，他们开始积极参与课堂，养成了课前预习、课中思议、课后巩固的良好习惯，并渐渐从对教师的依赖走向与教师形成学习共同体。

活动育心

丰富多彩的活动是很好的教育，学生通过参与活动既增长了知识、开阔了视野，还培养了积极阳光的心态。为了更好地组织活动，十三中组织心理教师、各班心理委员和年级心理助理成立了清心理心协会，协会不定期举行“清心成长工作坊”活动，包括协会工作会议及团体活动等。

感恩的心 美丽心灵，美丽世界
我爱我心 我爱我家 我的校园生活 我是女生 十三中每周、每月或每年组织的心理健康教育宣传活动中，各种类型的主题琳琅满目，与主题相应的是活动形式的五彩缤纷，比如黑板报评比、手抄报评比、心理标语征集、心理漫画征集、心理征文等。《清心报》是学校的心理报刊，定期有针对性地为各个年龄段的学生提供丰富的心理健康信息，以便提高学生的自我心理管理能力。从学校到班级，十三中的每个班级各有特色，每个班都有一个专属本班的心灵小语 栏目，个性的班级文化在那里自由生长，学生的心愿也在那里悄悄绽放。

9月的“尊师重教”活动、10月的爱国主义教育专题活动、11月的安全与法治教育活动与感恩教育活动 心理类活动之外，十三中会结合重要的节日、纪念日组织宣传教育和实践活动，分时段开展军训、研学、劳动实践、社会调查、参观学习等各项德育活动。师德，并非只育德，十三中的育德，还育心。

十三中 一所留守儿童居多的学校，不仅 传道授业，更担负着解惑 的重任。这种 解惑 不仅是学习上的，更重要的是心理上的。这样的学校，不仅解决了留守儿童在思想、学习和生活等方面出现的诸多问题，也消解了他们因亲情缺失对心理造成的影响，为他们撑起了一片蓝天。

（李鹏 陈震 林玉洪）

江苏省如东县实验小学

落实“双减”政策 聚焦高效课堂

课堂观察量表:提质增效新突破

如东县实验小学经过反复实践、探索、研究尝试制作了“问题导学和合作学习”两张课堂观察量表来改变观课视角，从以前关注教师如何教，到现在关注学生如何学；从以前坐在教室后面评价教师如何上课，到现在坐在学生身边观察学生如何学习。通过观察量表来了解学生课堂学习的真实状况，根据观察得来的实际情况来调节、改变课堂教学的方式、方法，从而从源头上实现提质增效。

《问题导学 观察量表》引导课堂由“教师展示问题”转变为“学生提出问题”。表格分为3个部分，一是学生问题和提炼出的主问题，二是从6个维度对学生问题进行观察与评价，三是从优点和建议两部分对“问题导学”进行整体评价。表格即可反映出导学问题是否涉及学习重难点及相关拓展内容，教师是否能够适时、巧妙地介入和点拨。

学校制作使用《合作学习 观察量表》，引导教师由“关注整体状

态”转变为“关注个体提升”。表格分为3个部分，一是小组座位图和每个组内成员的具体分布，目的是便于随时跟踪记录每个小组和每一名学生的具体表现。比如：学生个体主动参与小组互动用“△”表示，小组在班级展示交流用“☆”表示，组间对话、碰撞用“↔”表示。二是课堂观察与统计，根据量表上面的记录，从参与度、碰撞度、解决度3个方面进行统计分析。三是从优点与建议两个方面进行合作学习情况评价。

半年多来，如东县实验小学通过两张课堂观察量表的使用，学生们的课堂意识得以加强，合作学习的水平稳步提高，同时极大提升了每名学生的课堂参与度、专注度、生成度，有效改进了学校课堂教学生态，实现了提质增效的目标。

优化作业设计:减量减负不减质

如东县实验小学坚持儿童立场，构建了以生活性、趣味性、实践性为导向的作业体系。作业总量减少了，作业质量提升了，并且探索探究性、实践性、综合性、跨学科作业增加

了，赢得了学生喜爱。语文教师坚持以“悦读伴成长”为要求，加强学生阅读作业指导与实践，组织低年级学生参与趣味诵读，组织中年级学生完成“我手绘古诗”作业，指导组织高年级学生“整本书阅读”，以读书小报、绘制连环画等方式丰富作业内容，实现了诗与画、诗与文的有机融合。数学教师结合各年级数学素养要求，指导低年级学生发挥想象力，将所学的数学元素融入到图画中，创造出“一份新颖独特的创意”绘画，真切感受到数学是那么有趣、学有所思、学有所长，实现全面而有个性化的成长。

了，赢得了学生喜爱。

语文教师坚持以“悦读伴成长”为要求，加强学生阅读作业指导与实践，组织低年级学生参与趣味诵读，组织中年级学生完成“我手绘古诗”作业，指导组织高年级学生“整本书阅读”，以读书小报、绘制连环画等方式丰富作业内容，实现了诗与画、诗与文的有机融合。数学教师结合各年级数学素养要求，指导低年级学生发挥想象力，将所学的数学元素融入到图画中，创造出“一份新颖独特的创意”绘画，真切感受到数学是那么有趣、学有所思、学有所长，实现全面而有个性化的成长。

的互动；指导高年级学生对花圃、树叶等进行测量、绘制与估算，再通过课堂的合作探究、交流碰撞，用数学的眼光发现大自然的规律。英语教师开展“动态作业我体验”活动，让学生在轻松愉快的氛围中，唱英文儿歌、讲英语小故事、创编对话、表演、说唱，或以文本为基础，联系生活实际，自由交流，大胆锻炼。音乐教师安排竖笛口琴作业，学吹奏，提升艺术素养。劳动课教师重实践作业，提高学生动手能力。教师设计的作业有了情境，多了趣味。学生们入其境、得其法、乐在其中，有效促进了“五育并举、全面发展的良好势头。

推动全员参与:减负永在路上

教育的本质意味着，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。美好的教育需要教师落实到课堂上，虽然课堂上的教学技巧可以量化、可以类比、可以监管，但是课堂需要教师的智慧、爱心与激情。教师优化教学方法，提升课堂质量，提供优质的课后服务，是落实“双减”的关键。面对教育生态的变化，教师决不能在日常工作中“脚不沾地”，更不能在批评质疑中“自弹自唱、孤芳自赏，而是要打破思维定式，甩掉思想包袱，全员参

重庆市九龙坡区彩云湖小学校

强根固本创品牌 行稳致远谱新篇

毗邻风景秀丽的彩云湖国家湿地公园，氤氲着彩云湖的碧波灵秀，重庆市九龙坡区彩云湖小学校依托地理资源，积极探索温润纯洁的“彩云”教育路径，以成就每一个精彩，温暖每一片云 为办学理念，以 为学生的终身发展奠基，为教师的专业发展铺路，为学校的高品质发展而奋斗 为办学追求，多维度推进现代管理体制，“双减”工作、德育创新、足球特色等齐头并进，全力以赴创建在全区乃至全市具有影响力的优质小学。

现代治理明方向

新时代背景下，治理能力与治理结构的现代化已经成为提升治理水平的关键。为此，学校重塑组织结构，重振组织职能，真抓实干求实效，凝心聚力谋发展，致力于实现学校治理能力现代化的高质量。

学校党支部凝心聚力，从政治理论学习、干部队伍建设、主题党日学习、党风廉政建设等多个方面扎实推进党建工作，努力完成“学校创卓

越、支部塑品牌、党员争先锋”三大目标，为高质量教育保驾护航。学校积极构建现代化的教育制度体系，做到依法治校、民主办学、开门办学、科学管理，持续完善各项管理制度和岗位职责，为学校的规范管理和高效运转提供了重要保障。

学校以成就教师为己任，多途径铸师魂、提师能、培名师，着力构建良性的师生成长体系。加强师德师风培训，细化师德师风建设指标并纳入教师绩效考核，增强师德师风建设的实效性；以“名师工作室”为龙头，以“青蓝工程”为着力点，积极开展各类教学展示和研讨活动，提升教师课堂驾驭能力、教学实践能力；积极推进教师继续教育，定期选派教师外出培训，打造学习型、研究型、专家型教师队伍。

减负提质增效能

“双减”，不但要减去学生不合理的负担，同时也要提高教育质量，提升学生综合素质。在成就每一个精彩，温暖每一片云 的办学理念指导下，彩云湖小学重点从精品课程、课堂教学、活动内容、作业管理、课后

服务等方面入手，抓具体、抓落实、抓成效，形成了独具特色的“减负提质”工作指针，真正让教育回归育人本真。

精品课程 精。学校深入贯彻《关于印发九龙坡区基于核心素养视域下学科精品课程建设方案（试行）》的文件精神，开发并实施了“彩云之美”生态文明课程，以“基地建设、课程建设、文化建设、环保教育”专题活动 等为抓手，多形式、全方位开展生态文明教育，不断提高广大师生的生态文明素养，以生态文明建设推动学校教育生态化进程。

课堂教学 高。学校各教研组以学生学习力培养为导向，创新集体备课流程和纪实过程，开展具有学科特色的课堂教学研究，探索构建自主高效课堂教学模式，变教师“教”为学生“学”，有效培养学生的自主发展意识和终身学习能力。

活动内容 多。学校结合学生认知特点和兴趣爱好，成立书法、足球、跆拳道、游泳、科技、编程等80多个社团，开展文化节、读书节、科技节、体育节等活动，组织学生参加各级各类赛事，真正让学生学有所乐、学有所长，实现全面而有个性化的成长。

作业管理 优。学校开启“控量+提质”模式，全面推行家庭书面作业零布置，最大限度做到少而精。创新作业管理模式，设计出基础型、拓展型、探究型、综合实践型作业等不同类型的作业，将课中练、做中学、用中学、创中学执行到底；创新作业布置样式，鼓励教师根据学生差异设置分层、弹性、个性化的作业，让精准匹配成为可能。

课后服务 丰。学校充分利用资源优势，以学生兴趣为基础，以拓展延伸为目的，努力丰富课后服务内容，既有学科辅导、自主学习、教师答疑，还有校本选修课程、社团活动、兴趣小组、涉及阅读、科普、体育、艺术、劳动等诸多方面，让学生的课后生活不仅有所得、有所获，而且更安全、更快乐、更有质量。

立德树人淬品格

面向教育现代化，学校围绕立德树人根本任务，坚持“让学生站在活动中”的德育理念，把德育目标定位在培养学生具有“时代性、良好道德品质性、关注生态文明建设”上，全面落实“三全育人”，促进学生德智

体美劳全面发展。

学校以创建生态德育特色学校为工作重点，以传承中华优秀传统文化为抓手，稳步落实“文化建设、课程设置、德育活动、制度保障、考核评价”五大行动，加大生态文明教育、养成教育、法治教育、心理健康教育等，助力生态德育品质提升。

学校以“让星光照亮每一个孩子”为主题，以养成教育为抓手，对学生进行清洁卫生、礼仪常规、常态化疫情防控、寒暑假实践等方面的教育、考核，培养学生良好的行为习惯和文明礼仪。

学校以“扣好人生第一粒扣子”为主题，充分利用每天的“彩云之声”问候晨曦100秒”和朝会课、每周的班会课与国旗下课程，并结合传统节日和重要纪念日对学生进行爱国主义教育、国防教育、中华优秀传统文化教育、健康教育、劳动教育和安全教育，帮助学生树立正确的世界观、人生观、价值观。

以球健体添光彩

为积极响应区教育部门深化学校特色建设发展行动，彩云湖小学聚焦

聚力九龙坡区教育“五五行动”，以创建足球特色学校为契机，精心确立“足球”特色，坚持用心发展特色，匠心物化特色，促进学生体质健康全面发展，使学校教育呈现更高质量、更具特色的新篇章。

学校从2018年开始正式将校园足球纳入学校优先发展的体育项目和每年度工作计划中，在齐开齐足体育课的基础上，积极推行第二课堂教学，开设以足球为主导的多种课外兴趣小组，既广泛普及了足球知识，也满足了学生更高层面的体育需要，为学生树立终身体育观念奠定了基础。

学校积极搭建特色训练与竞赛平台，鼓励学生学参加各级各类足球竞赛，及时发生、选拔、培养具备运动潜质的学生，储备优秀足球后备人才。2020年学校获得了“全国青少年校园足球特色学校”称号；学校足球队在九龙坡区第六届“活力”九龙杯小学校园足球联赛中获得亚军，成功由校园组晋级为精英组。

同心、同向、同行 谋发展，用心、用力、用情 做教育，细致、精致、极致 求跨越。近年来，学校全面提升办学水平，呈现了健康、稳定、持续、繁荣发展的良性态势，知名度、美誉度不断增强。面对新时代教育发展的新要求，彩云湖小学将继续聚焦聚力区教育“五五行动”，以“发展新思路、改革有新突破、工作有新举措”为目标，在管理上做文章，在内涵发展上下功夫，在提高办学品质上显身手，为彩小绚丽明天谱写新篇章，为九龙坡区高质量发展作出更大的贡献！

（陈胜全 吴兴海 范小红 沈兰）