

春意藏，夏初长，风暖人间草木香。之江大地涌动着建党的新时代的澎湃热潮。即将迎来10周年校庆的浙江师范大学婺州外国语学校（以下简称“浙师婺外”），与之江大地同频共振，在教育高质量发展的新征程上，踔厉奋发，锐意进取，以“有心”教育的探索改革，推动“双减”政策扎实落地，擦亮教育的鲜亮底色。

减负不减质 有心更有成

——浙江师范大学婺州外国语学校以“有心”教育促“双减”落地

“有心”德育 铸造善美心灵

在浙师婺外，立德树人从“做一个有心人”开始。学校校长周生民这样阐释：“我们要培养向善向美的‘有心人’，怀有好奇之心，用青春和智慧钻研科学文化知识，探究自然界的神奇与奥秘，创造未来的幸福人生；怀有善良之心，多为别人着想，多换位思考，用爱心温暖他人；怀有敬畏之心，时刻保持足够谦恭，敬畏道德，敬畏规则，敬畏自然，敬畏生命；怀有责任感，勇于担当奉献家国，以奋斗成就才华。”

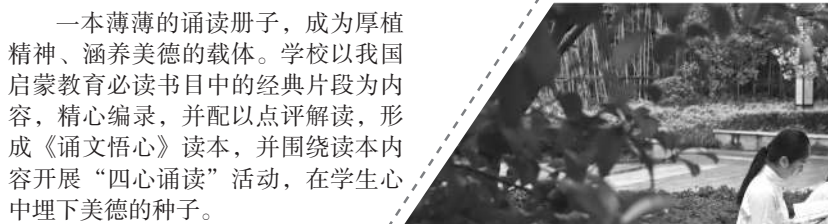
“有心”德育春风化雨，渗透学生日常的点点滴滴。一碗热乎乎的面，让爱充盈唇齿间、浸润在心田。学校开展“生日一碗面”活动，由值周领导陪伴学生在生日角度过一个简朴却不简单的生日。“校长有约”也不定期走入“生日角”，给学生送上祝福。一碗面很轻，却让离家求学的孩子们切切实实感受到家一般的温暖。

一张情真意切的贺卡，成为表达爱、传递爱的桥梁。学校打造“我给爸妈寄生日贺卡”活动，精心设计给父母母亲的专属卡片，卡片正面烫金大字“爸爸我爱你”“妈妈我爱你”，将埋藏在心底的情感用图文传递给父母。贺卡背面印着“做一个有心人”的校训，便是这颗感恩之心的寄托和解读。一句祝福很暖，让学子在表达中体悟“做一个有心人”的内涵和意义。

一份小小的德育作业，成为养成责任担当的大天地。学校鼓励学生承担力所能及的家务，做温暖的实践者；带领学生参加“寻访美丽金华”活动，并以视频记录所行所悟，做“足迹”的寻访者；组织学生绘制冬奥精神手抄报，为冬奥健儿加油，做冬奥宣传者；引导学生动手设计节约用水宣传画和“光盘行动”宣传标语，做“节约”的实践者。



“校长有约”走进生日角



“四心园”晨读

一本薄薄的诵读册子，成为厚植精神、涵养美德的载体。学校以我国启蒙教育必读书目中的经典片段为内容，精心编录，并配以点评解读，形成《诵文悟心》读本，并围绕读本内容开展“四心诵读”活动，在学生心中埋下美德的种子。

一场精心的活动，成为寓教于行、寓教于乐的舞台。在庆祝建党百年系列活动中，学校以“初心不变我心向党”为主题，开展“红船启航（拼图）”“重走长征路（足球绕杆）”“打响第一枪（沙包投框）”等趣味活动，教育引导学生在学党史、知党情、感党恩、听党话、跟党走。在新冠肺炎疫情防控中，学校着重用好身边的活教材，讲好婺外抗疫故事，周生民校长通过广播给全校师生上了一堂“在灾难中历练，在磨难中成长”的思政教育课，教导学生学会坚强、处变不惊；学会感恩、心怀他人，学会善良、悲天悯人，学会担当、胸有家国。在“致敬英雄 强国有我”大型思政教育活动中，学校以英雄的形象、英雄的事迹、英雄的精神激励学生的家国情怀。在“有心好少年”评选中，学校评选“责任之心”“善良之心”“敬畏之心”“好奇之心”好少年，为学子树立先进标杆，形成榜样力量……

统、课程系统、活动系统等一体化的学校文化架构，着力建设“一屏一窗口、一园一古训、一楼一名称、一石一题刻、一隙一歌声、一周一名曲”的校园文化阵地。

“有心”文化，如蓬勃生长的藤蔓，遍布学校的各个角落。“四心园”草坪上的“心”字石刻熠熠生辉，激励着青春梦想；信心墙上，满绘着意味隽永的图画，鼓舞奋斗的力量；“四季花坡”上，繁花锦簇，馥郁芬芳，映照生活的美好；道路两边的灯杆上，书写着出学生之手的诗句——“逐梦的地方，是心灵的故乡。”“青春原是一场盛开，快乐与悲痛，都是岁月的馈赠。”表达着青春的咏叹；文化石上的遒劲大字、“有心墙”上的榜样事迹、“心元楼”“凌峰楼”等楼宇名字，醒目正气，涤荡人心。生活在这样的校园里，迈出的每一步、看到的每处景都拥有教育的力量。

“有心”文化，如涓涓细流，流淌在制度规范里，流淌在书本间，流淌在旋律里。学校修订完善20余项制度办法，营造风清气正的校园文化；创办校报《婺外人》和文学社刊《婺语文心》，形成彰显文化的载体；开展“百首名曲进校园”活动，让优美旋律在校园荡漾。

“有心”课程 启迪智慧之光

向善向美的心灵，应该是开心快乐的、自信张扬的、充满个性的。浙师婺外以“让每一名学生在快乐中有效学习”为教育理念，全面落实国家“双减”政策，“每天多睡一小时，每天多运动一小时，每天成长一点点”成为教学管理的风向标，致力实现“让家长更省心，让孩子更优秀”的新承诺。学校充分利用浙师大优质教育资源，以“浙师+、外语+、个性+、数据+、快乐+”为特色，打造符合学生个性和需求的学习内容与方

式，形成“有心”教学体系，实现针对性教学，助力学生启智增慧。

因为“有心”，浙师婺外的课堂不拘一格，妙趣横生。2021年7月，“神舟”十二号飞船发射成功，学校联合浙江师范大学物电学院举办“航天少年科技体验营”活动，打造流动的科普课堂。“可以体验航天飞船是怎样升空的，太酷了！”听了航天讲座、看了航模表演，体验了水火箭实验、激光切割的模型拼接、机械臂和机甲战车，收获太丰富了！”学生不仅体验了把日常的物理、化学知识与实践紧密结合，还自己动手造出了火箭模型、飞船模型，兴奋不已。

因为“有心”，浙师婺外的课堂像是舞台，学习变得多姿多彩。在学校每学期一周的“外语节”活动中，学生演唱英文歌曲，展示手抄报。学生参加英语电影配音、英语歌曲比赛、英语书法展示、英文小品表演、英语诗朗诵、方格字母填空等各种活动，将日常所学通过歌舞才艺尽情释放。

因为“有心”，浙师婺外的校园激情澎湃，尽显青春风采。每天的激情晨跑，学生步伐豪迈、口号铿锵；每天的激情晨读，学生精神振奋、书声琅琅；趣味运动会上，学生团结向上、凝聚力量；迎新越野跑操，全体师生迎着朝阳、奋勇出发；中考百日攀尖峰活动中，校长授旗，教师领跑，带领初三学生突破自我、勇攀高峰、豪壮誓师。

“有心”教师 呵护学生成长

向善向美的心灵，需要阳光雨露来呵护。在浙师婺外，“有心”教师以良心守护育人使命、匠心营造学校文化、爱心呵护学生成长，用心落实提质增效，陪伴学生茁壮成长。

在这里，教师是与学生主动交心的朋友。周生民校长以身作则，设立“多啦爱梦——校长信箱”，认真阅读每一封学生来信，倾听每一名学生的的心声，倾力解决每一名学生的诉求。

在这里，教师是帮助学生增长知识的“提灯人”。课堂上，他们兢兢业业，讲清讲透知识点；课堂外，他们关注学生的需求，注重从生本出发，不断打磨教学理念，提升教学水平。学校的“婺外讲堂”“知行工作坊”，研讨如何在教学中实现学生人格与学识的养成兼而有之，思考如何激发学生学习的兴趣、探究的欲望及积极向上的人生态度，培养学生问题意识。每年一届的“学术节”上，教师同心同向，为推动课堂的高度、深度、宽度研无止境；“减负提质研讨专题活动月”中，教师集体备课，公开赛课，重新研究设计作业，为学生真正减负增效……

在这里，教师是学生健康安全的“护航员”。学校开办心理健康中心，建立“一生一师”“一生两生”的心理指导和陪伴制度，主动对接学生开展心理疏导，引导学生保持乐观的心态，养成积极向上的人生态度。在新冠肺炎疫情防控学校封闭式管理期间，教师全员驻校，守护学生身心健康。校长7天里6次到隔离点慰问，为改善学生住宿和伙食条件奔走沟通。课程管理中心教师为学生制定了特殊时期的“有心”活动安排表，开展“周末在学校里放假”活动，让学生在快乐温暖中学会感恩和心怀他人。

“有心”“有为” 奋发再谱华章

浙师婺外的“有心”探索，展现了婺外人对教育价值的追寻，更呈现出师生在这场向心探索中收获的一路芬芳。学校连续5年在婺城区初中教育教学质量全面评价考核中名列前茅，2020年10月被认定为首批“金华市文明校园”，2021年在“诵读中国”经典诵读大赛中勇夺区、市、省、全国一等奖。

风光不觉润桃李，丹心热血沃新花。2022年，浙师婺外即将迎来10岁生日，既是蜕变成长，也是新的征程。婺外人将坚持“有心”实践，奋发进取，笃行不怠，全力书写好教育为民实干的答卷！

（于金秋 沈峻岭）

衔接无缝 花开有时

——福建省莆田市荔城区教师进修学校的特色教育实践

幼小衔接，是基础教育的重要组成部分，也是幼儿在发展过程中所面临的一个重大转折期，存在着许多亟待破解的难题。

2021年9月，福建省莆田市荔城区被确认为省幼小衔接实验区。初心如磐，使命在肩，荔城区教师进修学校积极行动，秉承“为教育行政决策服务，为校长教师成长服务，为推进课程改革服务，为提高教育质量服务”的办学目标，精心耕耘，齐心协力，推出多方举措，探索幼小衔接新样态，取得了良好成效。

多措并举 搭建平台促发展

“进德修业、研训强教”是荔城区教师进修学校的办学理念。学校教研员注重德才双修，提升自身素养。同时，学校加强沟通与协调，立足区域学前教育实际，积极搭建平台，培养了一批师德高、专业精，能适应教育改革与发展需要的教育“排头兵”和“领头雁”。

思想引领，同心合力。通过领会文件精神、学习前沿理论知识、观看直播讲座、参与研修学习等方法，组织全区教师从文件解读入手，共学、

共研、深挖和反思当下幼小衔接中存在的问题，不断突破认识局限，树立起正确的幼小双向衔接观。

送教送培，共促成长。开展省市骨干教师、学科带头人等名优教师送教送培活动，城乡联动，资源共享；发挥名师工作室的示范引领作用，加大对农村薄弱校的帮扶力度；启动跟岗实践强化提升培训，师徒结对，传道授业，为荔城区新教师的专业成长提供持续动力。

科研引领，启思践行。采取“请进来”的方式，先后邀请省教育科学研究所陈建超主任、福建师范大学吴晓燕教授、泉州幼儿师范高等专科学校颜晓燕教授等专家为全区教师作幼小衔接教科研专题讲座，让教师在践行过程中心里有光、行有所向。科研引领下，荔城区第二实验幼儿园《多元视角下提升自主游戏质量的实践研

究》和《幼儿园班级自然角的价值重塑与实践探索》两项教学成果均获省级二等奖。

现场教研，灵感撞击。开展幼小衔接专题研讨活动，邀请辖区各幼儿园及帮扶结对园教师参加，实地参观幼儿园的园所、班级环境，共同商议小学校园环境的过渡与衔接方案，各抒己见，畅所欲言，碰撞出智慧的火花。

开拓创新 立足特色树品牌

幼小衔接工作，从幼儿需要出发，不仅仅是一份双向的温暖，更是深思熟虑的落地开花。荔城区教师进修学校创新思路，博观而约取，厚积而薄发。

园校结对，无缝衔接。幼儿园与小学结对，开展互相走访，以环境同步、课程同步、作息同步为切入试

点，培养良好习惯，充足户外运动，丰富游戏活动，开展主题教育，帮助幼儿做好身心等各方面准备，实现从幼儿园到小学的顺利过渡。

同课异构，双向衔接。针对幼小衔接专项内容，幼儿园与小学开展同课异构教学研讨活动，比如，一年级教师陈玉萍和幼儿园教师戴梅兰共同执教《小小的船》，分别展示了小学和幼儿园的教学方式方法。“校”“园”携手，共同探讨幼儿不同阶段的发展目标，让课程游戏化、活动化、互通互联，让幼小衔接真正落地。

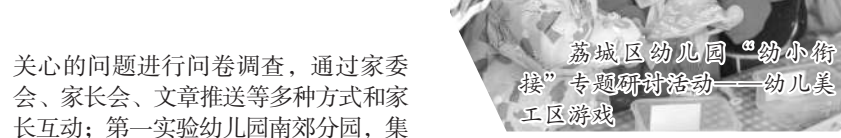
家园共育，灵动衔接。家庭是教育的主阵地，做好入学准备离不开家庭的配合。在幼小衔接教研共同体的合力组织下，各幼儿园积极创造条件，让正确的幼小衔接准备在家庭延续。例如，区第二实验幼儿园，开展幼小衔接专题亲子课堂，围绕家长所



荔城区“幼小衔接”教育 教学开放日活动



荔城区幼儿园“幼小衔接”专题研讨活动——研讨现场



荔城区幼儿园“幼小衔接”专题研讨活动——幼儿美工区游戏

关心的问题进行调查，通过家长会、家长会、文章推送等多种方式和家长互动；第一实验幼儿园南部分园，集结身为教师、医护人员等的家长组建学习资源库，充分发挥专长，开展形式多样、主题丰富的沙龙活动；荔城区第一实验幼儿园通过名师工作室，为家长搭建交流分享、答疑解惑的平台，并利用家长学校开展课程讲座，以真实陪伴与互动解压为幼儿成长助力。

道阻且长，行则将至。新时代教育征程中，荔城区教师进修学校将再接再厉，仰望星空，脚踏实地，团结拼搏，奋发有为，以爱心助力成长，再谱幼小衔接新篇章。

（潘丽萍 蒋淑琴）

山西省运城市垣曲县英言初级中学

扬帆奋进 谱教改新篇章

山西省运城市垣曲县英言镇是烈士之乡。在这片写满英雄诗篇的沃土上，英言初级中学厚积薄发，志存高远，秉持“一年治校，两年立校，三年强校，五年打造品牌学校”的办学目标，坚持以人为本、立德树人的本教育理念，扎实推进课程改革。

课程改革 丰富办学内涵

找问题、挖根源、明方向。基于“人本教育”的特色建设主题，英言初级中学大胆设想，勇于实践，迈出了课程改革的第一步——打破常规，调整课时。依据学科特点和课程变化，学校率先实行了“长短课、大小课”相结合的课程实验，加大语数英三门学科的建设力度，同时优化课堂设计，细化课堂结构，使学困生“吃得饱”、中等生“吃得饱”、优生“吃得好”。

在“一切为了学生的发展”的新课程改革核心理念指引下，学校迈出了课程改革的第二步——开发课程，



腰鼓社团学生的精彩表演

张扬个性。在积极实施国家课程的基础上，基于学生个性成长的需要，学校抓重点、补短板，为学生提供了丰富的“自助餐式”“校本课程大餐”：开设“英言初中学生必读”“成人·成才·成功”“中华优秀传统文化”等6门德育课程，让高尚品德浸润学生灵魂；开设阅读、写字、实验、信技等6门素养课程，提升学生核心素养；

建设创意微社团，充分发扬学生个性。学校将社团活动课程化，辟场所、入课时、进课堂、配教师，21个社团，让每一名学生都能找到生命的支点。快乐大课间，“一班一品”。全校14个班级，一班一花样，班班有特色：轮滑、空竹、蹦蹦球、跳跳球、呼啦圈、竹竿舞……既助力学生锻炼身体，丰富阳光体育内涵，又促

进了学校德育、体育、艺术活动的有效融合，受到各大新闻媒体的关注和报道。

课堂改革 提高育人质量

课堂是提高教学质量的主要阵地，要提高教学质量，就必须构建高效课堂。借助垣曲县与北京师范大学的合作项目，在北师大专家的指导下，结合教师到北京实地参观学习之经验，学校总结出质量提升的18字教学方针：低起点、慢节奏、小循环、多反复，坚持抓、恒坚持。

以教育改革课堂为本，学校探索“自主有效度、合作有深度、探究有难度、生成有高度”的英中好课堂，制定《英言初中课堂技能大赛实施方案》，开展教学技能大赛活动，通过观

摩课、过关课、达标课等系列课堂竞赛活动，加强过程性指导，实现“人人会解读、个个会运用”，确保课堂效率的提高；组织开展“改革创新，奋发有为”教学常规大展评活动，一天一主题，观摩提高，补短板，提效能，通过听课评课、观课议课，评选出一批代表英言初中课改成果的标准课、优质课，在四县课改联合体大会上，题为《课堂教学改革的诗和远方》的经验交流，受到了各级领导的一致赞许，外县兄弟学校纷纷来学校考察交流。

以提高质量管理为根，学校建设“优化课程、深化课改、细化常规、强化教研”的质量保障机制，组织教师培训学习，深化“双元五环”课堂模式操作流程，把先进的理念和方法融入课堂。“双元”即教师的学和学生的学、师傅的教和徒弟的学，相互独

立，又相互依存；“五环”即课堂教学五个环节和“五个一”单元教学，把每个学习目标落到实处，让每一名同学都学得会、跟得上。通过实践“双元五环”的课堂教学模式，学生自主学习的意识增强了，探究知识的兴趣浓郁了，学习习惯养成了，学习能力提升了。

改革创新勇担当，奋发有为敢争先。蓬勃发展的英言初级中学，彰显着“硬核”实力与魅力，连续两年被评为“教学质量先进单位”“教师培训先进单位”，多名教师先后荣获“省级教学能手”“运城市优秀教师”等荣誉称号，论文见诸国家、省、市报刊，校长段红星以卓越的领导力，成功入选2020年马云乡村校长计划，被授予“新乡村教育家”徽章，成为山西省首位入选马云乡村校长计划的校长。

（段红星）