

湖北省十堰市郧阳思源实验学校

力行“双减” 打造特色校园

湖北省十堰市郧阳思源实验学校是一所公立九年一贯制学校，全面贯彻落实国家“双减”政策，严格执行“五项管理”措施，发展“三年三大步，五年上台阶”，取得了丰硕成果。

● 丰富课间
增色“双减”校园

为了贯彻落实“双减”政策，郧阳思源实验学校以“健康教育进校园”为抓手，开展丰富多彩的大课间活动，开拓了“思源模式”，受到社会各界的好评。为保障大课间活动出彩，给“双减”增色，学校出台了《郧阳思源实验学校大课间实施办法》，成立专班领导小组，确保活动有效、有质开展。

在大课间活动中，学校组织学生诵读《陋室铭》《少年中国说》等经典名篇，熏陶思想，规范行为；表演操《学习雷锋好榜样》等让学生在运动中享受韵律的快乐、感受韵律之美；歌舞《一起向未来》跳出了学子心向党、听党话、跟党走的坚定决心；“排球操”让学生手脑心并用，锻炼了学生的协调能力，开发了学生的智慧；传统体育项目踢毽子、跳绳、丢沙

包、“老鹰捉小鸡”等，充满童趣，培养了学生的团结协作意识。多彩的大课间活动，为“双减”落实增加了动力、增添了色彩。

● 增效课堂
促进个性发展

为了培养学生良好的学习习惯，充分调动学生参与课堂互动的积极性，激发学生学习兴趣，促进学生个性发展，让学生展现自我、锻炼自我、提高自我，学校致力构建“双减”之下的高效课堂。“双减”政策落地落实以来，学校本着“学生减负、课堂增效、发展个性”的宗旨，结合学生的年龄特征和认知水平，实行“一生一策”，鼓励学生宜学则学、宜画则画、宜舞则舞……满足学生的个性化需求，取得了良好的效果。

学校严格落实“双减”政策，采取“5+2+N”的模式开展课后托管服务。在落实“双减”领导小组的指导下，学校根据学生的年龄特征和认知水平，设立了篮球、美术、绘画、器乐、舞蹈等24个兴趣小组，学生根据自己的兴趣爱好报名参加，课后托管服务时间到指定场地在辅导教师的组

织和指导下开展活动。为了保障活动质量，学校定期聘请专业人员到校培训教师、现场指导，让教师更专业、学生更有兴趣。同时，为满足部分学生的学业需求，学校以班为单位组织学科教师在课后托管服务时辅导学生，保障学习知识和兴趣爱好“双丰收”。“5+2+N”模式的运行让每一名同学都享受到课后细心又暖心的服务，都能找到自己的闪光点，全面发展。这一模式深受家长好评。

据统计，在2021年省、市、区开展的科技创新活动中，近100名学生的作品获奖；在市、区教育系统开展的党史学习教育征文评比中，30余名学生获奖；岳莹莹等4名学生参加全国中小学信息技术创新与实践大赛决赛荣获3D智能作品（初中组）三等奖；2022年，学生陶妍朵参加十堰少儿春晚获“优秀小演员”称号。

● 师资建设
深化党史学习教育

为建设一支政治觉悟高、教学业务好、创新意识强、管理理念新的教师队伍，郧阳思源实验学校进行了有益的探索，打造结构合理、优化互

补、富有朝气的教师队伍。

学校采取“请进来，走出去”的办法，为教师提供“充电”、赋能的机会，请专家进学校举办讲座、开展现场听评课、“一对一”指导等，提高教师驾驭课堂的能力；选派优秀教师外出学习、取经，引进先进的经验和理念，改进课堂教学，从而促进教师成长、提高教学质量。同时，学校通过评选校级骨干教师激发教师工作热情。每年开展一次评选，和考核相结合，按照德、勤、绩、能、廉5个方面，由教师、学生与家长代表打分评选，评定校级骨干教师，形成骨干教师循环流动机制，确保校级骨干教师队伍常评常新。为促进青年教师快速成长，学校还量体裁衣，让青年教师负责学校具体工作，在实践中锻炼，在活动中提高，在反思中提升。

此外，为了大力弘扬红船精神，深化拓展党史学习教育，让红色基因代代相传，学校组织教职工前往郧阳南湖红色文化大院、中国红色报纸展览馆等地开展红色研学活动。通过活动，让“开天辟地、敢为人先的首创精神，坚定理想、百折不挠的奋斗精神，立党为公、忠诚为民的奉献精神

”植根于每一名教师心中，内化于心、外化于行；让教师坚定理想信念，潜心课堂教学中，教好书、育好人；让教师在活动中体会责任感、使命感、获得感和幸福感，做不倦的“教书人”。

● 心理教育
促学生全面发展

郧阳思源实验学校把心理健康教育工作作为促进学生全面发展的重要抓手，本着“阳光心理健康成长”的理念，开展了系列教育活动。利用升旗仪式、主题班会、讲座等形式，月一个月主题，对学生进行心理健康教育，鼓励学生怀着阳光积极的心态，保持旺盛的学习劲头，快乐生活每一天。

学校高度重视学生心理健康教育，配备专兼职相结合的心理辅导教师，每周开展一节心理健康教育课，每月举行一次心理健康辅导讲座，把学生心理健康教育落到实处，及时化解学生心理危机。为保障心理健康教育常态化，及时、及早干预学生心理矛盾，学校建立了朋辈、班级、年级、学校四级预警机制。通过制定科

福建省惠安螺城中学

家校“密织”育人经纬 共同激活发展引擎

坐落于福建省泉州市惠安县螺城科山南麓的福建省惠安螺城中学始建于1975年，近年来秉承“崇德博学、求实创新”的校训，坚持“以人为本，一切为了师生的成长”的核心理念和“让社会满意、让家长放心、让学生成才”的办学目标，营造“学高、身正、敏行、兼爱”的教风和“好学、善思、博采、笃行”的学风，从而形成“崇文尚德、格物致知”的浓厚校风。在此基础上，学校积极响应新时代的召唤，在以学校为主体、以家庭为基础、以社会为依托的“三结合”教育环境的基础上，旗帜鲜明地打造家校共育特色品牌，家校“密织”育人经纬，共同激活发展引擎。

● 增进沟通
推进教育融合

普及家庭教育科学知识，提高全体学生家长的教育水平，是增强家庭教育与学校教育同向同步、推动素质教育、培养时代新人的重要环节。对此，惠安螺城中学建立并完善了《家长学校章程》《家委会制度》《家长学校制度》《“校园开放日”活动制度》等，通过班级民主推荐、选举的方式，建立了以年龄段为单位的家长委员会，定期召开家委会工作例会，确保家委会工作的持续性和建言献策路径的畅通，同时，通过积极的沟通联

系，让家长明晰学校建设发展思路、了解育人措施与方向，实现家校“携手并肩、思维同步、知行合一”，进而有效调动家长参与学校管理的积极性和主动性。

同时，为办好家长学校，惠安螺城中学以“一树阳光工作坊”为依托，以“教师发展中心”为研训平台，以“家庭教育指导师”团队为活动主体，学校领导与德育团队、家庭教育指导师队伍、骨干教师、班主任、科任教师齐心协力，有针对性地采取多种活动形式拓展家长学校的覆盖群体领域，因“群”制宜，促进家长学校教学质量稳步提升，形成了家庭教育工作“齐抓共管”的良好氛围。



● 打造团队
增强辐射作用

2020—2021学年下学期，惠安螺城中学校长骆树鸿提出了“构建家庭教育专业团队，科学指导家庭教育，积极践行家校共育”的理念。在学校领导的支持和带领下，2021年，学校先后组织48名教师参加了“家庭教育指导专项职业能力”培训，并顺利通过“家庭教育指导师”资格考试，具备专业“家庭教育指导师”资格的教师数占全校教师总人数的46.15%。2021—2022学年，学校持续开展“家庭教

育指导师”团队培训建设工作，邀请相关专家莅临指导，切实提高了“家庭教育指导师”团队的理论水平和实操能力。2021年11月，惠安螺城中学被授予“泉州市家庭教育特色学校”称号，增强了学校家校共育品牌建设的责任感、荣誉感和使命感。

学校发挥专业力量，提供系统规范的家庭教育服务，并渐成体系。不久前，惠安县首个社区家庭教育指导中心在惠安螺城中学揭牌成立，进一步肯定了学校在整合社会各方资源、形成家校共育合力方面的成效。学校在惠安县成为“领航团队”，品牌效应日趋凸显。

● 搭建平台
加快引领共建

为切实推进家校共育，惠安螺城中学每学期举行一次“校园开放日”活动，邀请家长走进课堂，了解学校的教育教学情况，拉近学校与家长的距离，形成家校合力的良好态势。在“校园开放日”活动中，学校举办家庭教育指导讲座，让参加活动的家长结合在学校的见闻感受，明确在家庭教育中应当扮演的角色，学习科学的家庭教育方法。此外，学校开展了形式多样的活动，学生向父母展示了各种才艺，与长辈共同体验亲情。通过“校园开放日”活动，家长身临其境，充分感受课堂的生动，清晰地了解孩子在学校的综合表现，更为家长与学校、家长与家长之间对家庭教育的沟通搭建了平台，督促教师提高教学水平，从侧面推动了学校教育教学工作的发展。

“学校不仅是师生的学校，也是家长的学校。家长也是学校重要的、不可或缺的一分子。”在骆树鸿校长

的工作预案，依托十堰市心理服务中心，定期开展全校性心理健康测评，及时为学生提供专业的诊疗建议。

此外，学校邀请法律专家、心理健康教育专家定期到校开展心理健康知识讲座，增进学生法律知识和自我防范意识，疏导学生心理，引导学生树立正确的世界观、人生观、价值观。发挥学校“心语室”主阵地作用，采取个别谈话、心理干预、行为矫正等方式，为学困生、留守生等特殊学生进行心理疏导和帮扶，帮助其树立生活和学习自信心，做阳光自信、独立自强的好少年。积极配合区教育部门组织的心理健康检测，通过分析评估网络问卷，对存在心理障碍的学生采取一生一策的心理干预和行为矫正，让学生回归本真，拥有健康快乐的心态。

近年来，学校先后获得“互联网+家长学校”优秀组织单位、“三宽家长学校”优秀实践学校、市级创建文明校园先进学校、区级教育教学管理工作优秀单位等荣誉称号。全体教师牢记为党育人、为国育才的光荣使命，本着“一切为了学生，为了一切学生，为了学生一切”的理念，聚焦立德树人，坚持“五育融合”，深化“双减”改革，以德施教，以学修身，以爱育人，努力培育阳光健康、崇德向善、全面发展的时代新人。学校正沿着“一年上轨道，三年见成效，五年创品牌”的“135”工作思路阔步前行。

（梁吉红 熊巍 李微）

这一理念的引领下，学校积极创造条件，引导家长参与学校的教育与管理。在毕业班冲刺宣誓仪式上，能听到家长代表热情洋溢的致辞；在文艺汇演会场、才艺展示厅、远足活动中，能看到家长志愿者忙碌的身影和欣慰的笑容；在大型校本测试考场，能看到家长代表巡视考场的足迹，体会到家长参与学校管理工作时的庄严、自豪和喜悦。

为拓宽家庭教育的接受渠道，学校引导家长参与网络公益家教授课（讲堂）活动，每学期还会有针对性地召开家长座谈会，近距离地为部分家长提供家教授课意见，为在家庭教育中遇到难题的家长答疑解惑。

与此同时，学校通过常规家访及“寒假家访活动月”“暑假家访活动月”活动，采取线上线下家访相结合的方式，由年段分管领导带队，年段长、班主任牵头，走进学生家庭，对家长开展家庭教育进行针对性、有目的性的指导，帮助家长树立科学的家庭教育观。坚持不懈的家访活动，在指导家庭教育、贴近家庭实际、融洽亲子关系、促进家校共育等方面取得了实实在在的效果。多线索、多途径、多平台、多层次的家校共育举措，获得了社会各界的积极评价。

惠安螺城中学在各方努力下合力推进家校共育，形成了具有校本特色的教育框架，发挥了“辐射示范、引领共建”的积极作用，家庭教育特色品牌“站得稳、拿得出、走得远”（胡荣坤 陈远明 柯国彬）

四川省绵阳市实验幼儿园

建设篮球生态课程 助力孩子幸福成长

篮球是一项全身运动，不仅对训练幼儿的身体动作、提高其身体素质和促进全脑开发具有重要意义，还有助于培养幼儿的自信心、恒心、合作意识和竞争精神等，对于幼儿的全面平衡发展非常重要。

多年来，四川省绵阳市实验幼儿园（以下简称“绵阳实幼”）秉承“为孩子的幸福立本，为孩子的发展奠基”的办园理念，努力营造场域生态教学，把篮球运动科学而巧妙地融入成长过程，不仅激发和守护孩子好玩、乐玩的天性，还让孩子在快乐成长的过程中磨炼了意志品质，为将来更好地融入社会奠定了坚实的基础。篮球课程在深受孩子喜爱的同时也赢得了家长和社会的赞誉。

● 追求创新
以科研助推教学

随着社会和家长的需求不断变化，绵阳实幼持续推进课程迭代更新，站在时代前沿，根据幼儿成长发展的规律，以四川省教育科研资助基金项目立项课题“构建篮球游戏园本课程让幼

认知和语言、社会性发展，在四川省产生了较大的影响力。

“三乐”篮球游戏生态课程的设计开发，针对的是幼儿体育运动游戏课程中的两个难题：课程单一零散，难以让全体孩子参与。课程旨在以篮球运动为种子，不断裂变，无限生长，从“乐动”到“乐知”“乐合”，整合五大领域发展目标，渗透孩子在园的各种活动环节，后发链接真实的生活经验，激发孩子去体验、观察、尝试、表现表达、总结反思，也推动教师改变儿童观和教育观，调整教育行为为策略，经过科学论证，并在教学实践中逐渐完善成熟。十五年磨一

剑，终于形成了独到的篮球游戏课程。同时作为四川省体育基地园和绵阳教研科研基地园，绵阳实幼也迁移经验至棒球、足球等游戏项目，以及利用幼儿园户外绿色、生态、自然的环境开展的一系列自主游戏，为幼儿全面和谐发展打下充足的人生底色，获得了家长放心、幼儿开心、教师暖心的良好家园教“三位一体”生态互动效果。

● 循序渐进
玩转快乐篮球

绵阳实幼课题组教师在遵循幼儿成长规律的基础上，经过筛选、培育、拓展、整合、创新篮球运动与五大领域的核心经验，构建了“乐动、乐知、乐和”的阶梯式“三乐”篮球游戏课程体系，形成了“三步九阶”游戏支持策略，并衍生出篮球游戏课程的生态建设策略，多方位立体式拓展了幼儿篮球运动的内涵和外延，探索了幼儿体育游戏课程的新样态，创设一种留白的“篮球联赛”真实情境，让游戏内容不断产生、课程内容无限添加成为可能，课程设置实现了质的飞跃和提升。

篮球特色课堂以乐动篮球游戏为基本形式，通过挖掘篮球活动中蕴含的各领域核心经验，拓展凸显“乐知”“乐合”两种游戏类型，从而构建适合各个年龄段幼儿参与的阶梯性篮球游戏课程。

绵阳实幼将“两赛一课”“两间一操”“亲子十分钟”等互动游戏自然地融入篮球游戏课程，凸显“乐动”的价值，并遵循“激发兴趣，弱化训练，关注差异”的原则，使幼儿乐于锻炼、乐于参与，获得全身的协调性发展，尤其弥补了重下肢而忽视上肢的发展短板，促进幼儿大脑平衡发展，增强和提高身体抵抗力和免疫力。同时关注差异，遵循“因材施教”的教育规律，让每一名幼儿都在行为层面获得全面发展与健康成长。

在“乐动”的基础上，绵阳实幼将“乐知”融入篮球游戏，如“篮球票务”项目，贯穿语言表达、科学探究、数学计算、艺术表现等教学认知层面；遵循“领域均衡，有机融合，全面发展”的教育原则，实施“五步法”游戏化课程教学，即“发现问题，辨析问题，选择方法，梳理经验，解决问题”；循序渐进地引导，不

仅遵循幼儿成长发展规律，更体现了师资队伍的高质量和专业性。

“乐合”篮球游戏，是以举办和参与篮球联赛为背景，全国孩子扮演运动员、教练员、票务员、引导员、小警察、啦啦队员、医生、观众、场务管理等角色，通过“找工作角色—组建社团—准备材料—参加游戏—发现问题—讨论分享—再次实践”的路径开展活动。游戏遵循“创设情境，放手游戏”的自主开放性原则，教师充分相信孩子，赋权赋能，鼓励幼儿迁移生活经验，发现问题、解决问题，自主游戏。在真实的场景中调控情绪、交往、合作，萌发并习得多种亲社会行为，建立自我意识和规则意识，理解社会秩序与社会道德，提升社会性适应意识与能力，同时更体现了教师对孩子的充分尊重与信任，师幼共创游戏、共构课程、共同成长。

● 守护天性
体现立体评价

“三乐”篮球游戏通过建设序列性的课程内容、各领域高度整合及

引入与生活息息相关的真实经验，由“引、察、推”三步再细分为九个阶段，教师实现退后和隐形支持。全国大中小班联动，自主参与“亦假亦真”的“办篮球联赛”情境。假，因为这毕竟是游戏；真，指游戏中的场景真、困难真、行动真、感受真，儿童获得的发展真。绵阳实幼教师通过“游戏发展地图”和“儿童成长地图”，“看、思、察”全方位分析评价幼儿的游戏兴趣、状态、能力水平等，精准了解幼儿的行为成长变化，研判可升级或应退出的篮球游戏项目；并且结合生活、学习领域，构建彼此深度融合、互为支撑、不断生长的园本生态课程体系，形成园本课程资源库的迭代机制和生长路径；其“无限添加”的理念也滋养着“无限生长，成为更好的自己”的校园文化，不仅为绵阳实幼的内涵和品质增添了厚度、宽度和高度，更为孩子成长为“有幸福能力的人”奠定了坚实的基础。

绵阳实幼的篮球特色游戏化课程，不仅促进幼儿的动作协调发展，更精细化梳理幼儿的认知、行为、情绪三个层面，通过篮球游戏化课程，对幼儿世界观、人生观、价值观的养成起到了潜移默化的作用，实现润物无声的健康滋养，为孩子健康快乐成长打下了坚实的基础。

（张蒙蒙 王瑛 钟涛 唐波）