

策论

一家之言

# 在青春岁月矢志追求有高度的人生

刘钰

今天是五四青年节,当为青春唱一首最美的赞歌。青春之于个体,是一生中最宝贵的黄金岁月,如初春萌芽,如朝日东升,如百卉萌动。青年之于社会,犹如新鲜活泼的细胞在身,可汇聚成重塑国家民族命运的磅礴力量。因此,我们不吝于用最美的辞藻讴歌青春,用最温柔的情感善待青年。然而,穿越时光之海,青春易逝,令人感怀。与其暗自嗟叹,不如趁青春正好,用理想标注人生的高度,守护当下,眺望未来。

人虽在深远的海底行,志却要在高高的山上立。正如草木靠着上天的雨露滋长,但它们也会仰望穹苍。一百多年前,五四运动为青春留下历史的注脚:青春的火焰燃烧,是为一种深沉的爱——爱祖国,爱脚下的每一寸土地;爱民族,爱中华上下五千年的灿烂文明。因为这份炙热

而纯洁的爱,无数年轻的生命义无反顾,舍身不顾。

生逢盛世,何其幸哉!青春不会在风雨飘摇的乱世戛然而止,希望可以永远掌握在自己手中。这种珍贵隐藏在当下无数平淡而安稳的日子里,一时容易被忽视、遗忘。青春无限的可能性暗藏于不确定的经纬之中,在琐碎的日常面前,青年难免忧虑、彷徨。求学、求职、成家、立业……人生路上的每一步都是对心性意志的打磨以及价值取向的考验。增强自我定力的最好方法是放大格局,矢志追求更有高度、更有境界、更有品位的人生。

家国情怀永远是青春最动人的旋律,理想信念是人生最可靠的定盘星。年轻的“中国天眼”工程运行团队将青春留在贵州深山,发现世界首例持续活跃重复快速射电暴,背后是青年科学家

心怀“国之大者”,用青春砥砺报国之志;一批又一批特岗教师跨越山海,奔赴祖国的边远地区,在最需要知识改变命运的地方,将个人青春与祖国乡村教育紧紧相连……青年如果缺少了为中华民族谋复兴的伟大情结,精神就会萎靡不振;如果缺少了为人民谋幸福的高尚情怀,行动就会懈怠不前。理解把握时代潮流和国家需要,将个人“小我”的涓涓细流汇入国家民族“大我”的汪洋大海,青春的脉搏才会一直强劲跳动。

也许有人会说,在现实世界和历史的宏大叙事面前,个人何其渺小,不如趁着大好年华及时享乐。于是,“躺平”“摆烂”之说一时甚嚣尘上。互联网时代,青年应有拿掉滤镜审视周遭的理性,拒斥矫揉造作和纷繁浮躁,拨开表面的乱象,抓住问题的本质。这是一个崇尚青春理想、鼓

励青春奋斗的时代。人生天地之间,各自有禀赋;为一大事来,做一大事去。脚踏实地、孜孜不倦地汲取知识的力量,埋头苦干、如饥似渴地躬身实践,这是漫漫求索路上自我觉醒的必经历程。请相信,在禀赋与热爱的加持下,人生的境界自有一番独特风景。

青春敏感而多思。一时的青涩、稚嫩可能会让人误入迷途、陷于困顿,但千万不要把自己置于情绪的孤岛。放大视野,尽可能地与良师益友、广阔天地产生联结,不做过客、不当看客。在与时代、人民的同频共振中,在服务社会的充实生活中,通往未来的路其实就在脚下。请相信即便一时“山重水复疑无路”,终会迎来“柳暗花明又一村”。

青春不可能完美无瑕。矢志追求有高度的人生,要敢于对抗自己的弱点。“志之所趋,无远

弗届,穷山距海,不能限也。”敢想敢做是青春最可贵的品质之一,不要掩盖青春“初生牛犊不怕虎”的那股劲头。万丈高楼起于平地,任何事情都要经历从无到有、从小到大的过程。不懂就学,不会就练,没有条件就努力创造条件;对想做的事要敢试敢为,努力把理想变为现实,在真刀真枪的实干中成就一番事业。

当代中国青年是与新时代同向同行的一代。在这个万物生长的春天,在这个属于青年的特别节日,凝望阔步前行的美丽中国,审视青春的价值与选择,于国家和个人而言,都具有特别的意义。时间之河川流不息,在世界百年未有之大变局的当下,随波逐流的青春终将被遗忘、消散。在自己所处的服务学生、教师、社会的角色中,规划人生、创造历史、不负青春,时代的荣光终将属于青年。

(作者系本报记者)

## 师生同跳操 为校园添活力

李志强

据媒体报道,在山东大学第三届全民运动会暨2023年田径运动会开幕式上,该校领导跟随学生伴着现场音乐一同跳操,气氛轻松活跃,引发热议。

既然称之为“全民”运动会,参与主体除了学生,当然也包括学校教师和领导。从这个角度看,领导参与跳操并不算“出圈”。但领导伴着青春欢快的音乐,和学生一起“起舞”,这种场景在现实中的确少见。因为在传统观念中,校领导作为学校的管理者,其“人设”大多是仪容端正,担心如此沉浸式地参与学生活动,有失威严。失去了威严,又何以“服人”和“治人”?在笔者看来,这种观念无疑是过时的。

校领导参与跳操,首先是对自己职业角色的重新定位。教育是以人为本、塑造灵魂的工作,学生是学校工作的主体。校领导作为这项工作的服务者,应懂得换位思考,尝试站在学生角度看待问题,要站在尊重教育规律的角度,从“知其好”走向“投其所好”,变学生适应学校为学校适应学生发展。管理者只有从传统的管理角色转换为当今的服务学生、教师、社会的角色,教育管理效能才能真正提高。

同时,我们也应看到,学校领导和全体师生一起跳操,不仅是“亲民”,更是“同乐”。当下的社会风尚对学校的影响几乎无处不在。大量有形、无形的信息直接影响着教育发展,影响着教师思想和学生成长。和学生一样,学校管理者同样需要适应社会变化,应意识到学生的兴趣点是学校管理的最佳切入点。不了解学生的喜怒哀乐,不了解最新的流行风尚,很难有学生发自内心接受和欢迎的教育管理。

校领导参与跳操,也是对全校教师的一次良好示范。教师作为传道授业解惑的“启蒙者”,其一言一行、一举一动都给学生极大影响。教师的品行、亲和力决定了教育的温度、水平。评价教师队伍素质的第一标准是师德师风,学生对教师尊敬的源泉也在师德师风。而师德师风往往体现于自觉摒弃居高临下、发号施令的姿态。教育管理者作为教师中的一员,要先从自身做起,成为优良师德师风的倡导者和践行者。学校管理者参与跳操,正是将自己的教育理念与学校的办学理念明确传达给每一位教师,即只有走近学生,才能观察和了解学生;只有正确观察和了解学生,才能最终帮助学生。形成良好的师生关系,一所学校的师德师风建设才可能渐入佳境。

校领导参与跳操,更是和学生的一次良性互动。团体操的动作适合学生身体发育,音乐符合学生青春活泼的特点,团体操的设计编排有学生的深度参与。学校管理者置身于一场由学生主导的活动中,就是通过一种特殊的沟通方式给予学生充分展示自我的空间,以学生喜爱的方式和学习的姿态进入他们的世界,主动成为学生自主表达的忠实倾听者和跟随者。这无疑会使师生之间产生更紧密的情感联结,从而实现师生平等的双向沟通和共同成长。

每一位学校管理者都应努力成为教育家,更多参与青春学子的学习,真正进入他们的生活,俯下身来,这样才能更好地实现自己的教育情怀。

(作者系河北省唐山市第十一中学纪委书记)

/ 漫话 /

## 失德行为必须严惩

日前,广东东莞南城教育管理中心发布情况通报。通报称,4月20日,南城公安机关接群众报警,反映南城某幼儿园一名教师猥亵学生,公安机关迅速处置,当天已对涉事人员采取刑事拘留的强制措施。教育部门将依法依规撤销涉事教师的教师资格,严肃追究幼儿园及相关人员的责任,并全力配合公安机关开展工作。

猥亵行为是一项严重侵害儿童权益的犯罪行为。作为社会中最脆弱的群体,儿童应得到法律最严格的保护。对于违法行为,执法部门必须发现一起严惩一起。同时,还要不断完善教师准入制度,不给犯罪分子可乘之机,同时加强过程管理和举报机制,最大限度保证儿童健康成长。



石向阳 绘

热评

## 瞄准关键点提升心理健康教育实效

张晋

近年来,中小学生学习心理健康问题在人数上有所上升,显现出多发、频发、低龄化趋势。当中小学生学习无法应对心理问题或不良情绪难以化解时,就可能出现极端行为。

面对中小学生学习心理健康教育工作的新挑战,要提高学校心理健康教育工作质量。针对部分学校对学生心理健康教育重视不够,心理健康室“置而不用”,心理健康教师专业素养不高或人手不足、不受重视、不被认可,心理健康教育的针对性和有效性有待进一步提升等问题,要制定预防发展性目标和补救矫正性目标,建好用好心理辅导室和其功能区域,配备心理测评系统、身心反馈训练系统等专业设备。将对学生的的人文关怀和心理疏导贯

穿于教育教学全过程,把心理健康教育有机融入学科教育教学,进一步发挥德育、体育、美育、劳动教育及校园文化活动的积极作用。丰富心理辅导与咨询活动形式,定期邀请心理健康专家开设主题讲座,开展“线上心理云课堂”,完善心理健康援助平台建设。开展心理健康工作课题研究,将研究成果运用于教育教学实践。

要建设专业化心理健康教师队伍。有的教师对学生心理健康问题的认识还未上升到应有的高度,存在“重学习成绩、轻心理健康”等偏差,尚未形成参与学生心理健康教育的合力。一些中小学心理教师由其他科目教师或班主任兼任,专业心理教师人手不足,缺乏足够岗位。

对此,要多为心理健康专业教师提供工作岗位、适度扩大编制,提供足够的专业发展支撑,促其不断提升综合素质和专业技能。引导教师积极参与学生心理健康教育工作,提高心理健康教育能力,形成以专业教师为主体、班主任和其他教师为辅助的学生心理健康教育“网格化”服务体系,把心理健康教育纳入学校班级管理与学生生活之中。建立心理健康专业教师导师制,让经验丰富的教师担任学生心理健康导师,运用专业知识和专门方法对学生开展思维干预与心理引导。

要构建心理健康教育预防体系。有的学校心理健康教育呈现碎片化状态,没有定期组织学生开展心理问题测评并做

好长期跟踪工作,学生心理数据库和心理健康个人档案还不完善。没有根据不同学生的具体情况制定个性化心理辅导方案,对患有焦虑症、抑郁症、有家庭精神病史以及心理障碍等问题的学生缺乏及时了解和关注跟进,中小学生学习心理健康教育预防体系有待进一步完善。因此,要根据学生不同情况、个性特点和心理特征,制定心理教育和辅导方案,做到科学识别、实时预警、专业咨询和妥善应对。及时排查疏导学生生活中产生的消极或不良情绪,帮助其全面认识自我、增长阅历知识、开阔思维视野、增强抗压韧性、提升情绪管控能力和心理调节水平。定期组织开展心理健康测评,掌握学生群体心

理动态变化,建好心理问题数据库,建立个人心理健康档案。重点关注特殊学生群体,做到长期跟踪、及时干预、准确诊断、动态分析。

要形成家校共建共抓合力。建立系统有效、具有可操作性的家庭心理健康指导策略内容体系。充分利用网络教育平台,设计制作“心理健康教育家长微课”,不定期举办“线上家长会”“家长学校”讲座等,帮助家长了解心理健康教育知识,提升心理健康水平,减少负面情绪对孩子的不良影响。学校和家庭要加强沟通交流、保持密切协作,时刻关注学生的心理变化,共同寻找解决问题的“金钥匙”。

(作者系西北师范大学教育科学学院副教授)

## 纾解家长育儿焦虑 始于升级教育观

刘巧利

据《光明日报》报道,自2021年“双减”政策实施以来,让孩子“慢下来”成为不少家长的共识。然而,孩子学习依然是一些家庭的教育重心,部分家长依然在盲目“鸡娃”。还有家长在社交平台发布视频,吐槽“卷又卷不动,躺又躺不平”。家长的育儿焦虑有深刻的社会原因,不单纯是教育内部的问题。如果不能理性认识教育焦虑的成因,及时调整认知和心态,育儿焦虑可能会长期存在。

了解家庭教育规律是家长必修的功课。家庭教育的根本目的是让孩子成为一个健康的、幸福的人,本质上是生活教育。在日常的学习生活中,帮助孩子形成良好的安全感、意义感、成就感,孩子会变得自尊自信自强,学习往往也就不存在“跟不上”的问题。因此,家长与其过于纠结孩子学习上的时进时退,不如关注当下家庭生活的质量和内心的幸福感。要相信,幸福的家庭是孩子健康成长最好的“营养品”。

打开视野认识脑科学,习得有效的教育方法。过去很长一段时间,不少家长习惯让孩子“报班”“刷题”“拔高”“提前学”。“双减”政策实施后,孩子有了更多自主的课外时间,很多家长一时不适应,还停留在过去的教育惯性之中。研究已经表明,过度学习不可取,大量的课外学习效果一般并不尽如人意。家长与其寄希望于将时间、金钱交给补习班,不如主动多学习脑科学知识,认识孩子的发展特点和学习规律,做好自身的情绪管理。例如,在小学低年级之前,孩子以具体的形象思维为主,在与孩子沟通交流时要讲究方式方法。物理学家费曼回忆自己之所以能记住很多概念,主要是因为父亲对他的重要影响。他们父子之间没有令人紧张的压迫感,只是兴趣盎然地讨论问题。

学习讲究效率方法,家长要做孩子学习的共同成长者。根据脑科学研究,学习中重要的记忆有三种,即方法记忆、知识记忆和经验记忆。对于孩子学习效果不佳的表现,家长要找到根源,积极地帮助孩子学习记忆方法,突破学习难点。例如,讲述的过程是大脑积极工作的过程,让孩子当“小老师”,讲述所学到的知识;多种感官并用,鼓励孩子动手写、出声读等。需要家长注意的是,学习和成果的关系呈现的是指数级增长,而不是即时的对应关系。学如春起之苗,不见其增,日有所长。孩子的学习不会立竿见影,但经过一段时间,往往会呈井喷之势。因此,家长要注意保护孩子学习的意愿,鼓励孩子持之以恒地探索新知。

家长还要主动选择,建构良好的育儿朋友圈,善于利用优质文化教育资源。笔者在实践中发现,积极、健康的家长圈有助于及时为育儿道路纾困。家长可以积极参与家校共育活动,获得更多的专业支持,也可以利用好身边的社会资源,如图书馆、博物馆、文化馆、纪念馆等。

第一次做父母,谁都不可能尽善尽美。找到正确的方法,保持良好的心态,相信越来越多的家长可以超越“卷”与“躺平”,构建自己家庭的良好生态。

(作者系中国教育科学研究院副研究员)

## 坚持问题导向做好体育支教工作

刘庆振

近日,2023年国家体育总局体育支教志愿服务工作动员部署会举行。会议坚持以体教融合过程中存在的诸多现实问题为导向,在宏观上尝试解决中西部地区体育师资薄弱、体育教师引进难、高质量社会体育组织少等问题,在微观上重点聚焦青少年群体广泛存在的“小眼镜”“小胖墩”和脊柱侧弯等体质健康问题。通过加强学校体育工作,促进青少年参加体育锻炼,使他们在享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志的基础上,进一步健全人格、锤炼意志,从而助力新时代体教融合深化发展。

党的二十大报告明确,到2035年建成教育强国和体育强国的目标任务,并提出要“加强

青少年体育工作”。无论是整体上不断深化体教融合,还是具体到加强青少年体育工作,都需要一大批优秀的体育教师和教练员人才。他们在培养青少年的体育教育过程中存在的现实问题,并有针对性地提出解决这些问题的方法与路径,是各方需要认真研究的时代命题。

一要不间断革新体育支教的理念。体育支教是体教融合的重要组成部分,与传统的支教模式既

存在一定的相似之处,又在新的时代背景下表现出巨大的差异性和特色性。在这个过程中,既要体教融合的整体出发,又要积极将新技术、新思维、新理念、新模式引入到体育支教中,从而实现体育与教育的理念共融、资源共享、价值共创、全面共赢。

二要不间断更新体育支教的方法。体育支教主要面向的是中西部地区青少年群体,群体内部存在所在区域和所拥有的体育资源等方面的整体性差异,也存在随着年龄不同、兴趣不同等方面的个体性差异。因此,因地制宜、因材施教就显得尤为重要。为了解决这些现实问题,可以制定兼顾群体需求和个性化需求的体育类支教课程体系,根据支

教对象的现实需求进行灵活化、模块化配置;利用大数据技术搭建体育支教的供给方(相关院校)和需求方(支教对象)之间的连接交互平台,实现供需双方的精准对接和体育支教资源的优化配置;完善体育支教的效果评价体系,通过多样化的反馈不断提升体育支教活动的实际效能。

三要不断创新体育支教的途径。体育教师和教练员资源影响着体育支教活动的质量,如何激发他们的积极性和能动性是需要认真思考的问题。一方面,可以参考传统支教活动中已经积累下来的大量有益经验,通过政策、机制和具体措施进行广泛的动员;另一方面,可以调动政府、企事业单位、媒体机构等多方面的资源,增强体育支

教对象的吸引力,提升他们对体育支教活动的认同感和归属感。

除此之外,体育支教活动也是开展思政教育的有力抓手。相关部门可以通过邀请奥运冠军、开展体育竞赛、参与体育节目、联动体育资源等多种方式,面向青少年群体传播中华体育精神和中华体育文化,不断提升他们的文化自信。总体来看,体育支教是推动体教融合的重要手段,只有各界资源联动起来、协同起来,才能不断开拓体育支教的新思路和新策略,帮助广大青少年在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志,从而助力他们成为德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

(作者系北京体育大学副教授、体育新媒体系主任)