

以生为本 用音乐培养大学生健康心态

音乐教育对大学生心理健康发展具有不可忽视的作用，能够启迪学生心灵、陶冶学生情操、激发学生思维和丰富学生联想，是高校素质教育的重要组成部分。浙江音乐学院音乐教育学院在教学过程中，结合健康心理疏导，以生为本，通过采取实施音乐课程思政、改变音乐教学理念、健全音乐教学体系、开展丰富多彩的音乐校园文化活动等系列举措，充分发挥音乐对大学生健康心态培养的重要作用，产生了积极的效果。

课程思政 帮助学生树立健康的价值观念

为了培养青年大学生具有良好的健康心态，成为综合素质优异的人才，浙江音乐学院音乐教育学院通过课程思政，将音乐专业教育和思政课程紧密结合起来，不同学科渗入思政元素，引导学生保持积极向上的阳光心态，树立正确的世界观、人生观和价值观。在音乐教学中，结合思想政治教育工作，挖掘红色歌曲中的思政元素，培养学生的家国情怀。以“视唱练耳”课程为例，音乐教育学院将音乐作品的美学价值融入视唱练耳教学。该课程不仅强化听力与视唱基础训练，还通过挖掘音乐作品的美学价值，培养学生的审美品格与人文素养，塑造正确的审美观，弘扬中华美育精神。通过言传身教，音乐教师将思想性、理论性、知识性的内容进行有机结合，进一步优化学科专业布局，构建多元化、特色化、具有音乐教育学院特色的视唱练耳学科专业体系，全面提高学生的音乐审美和人文素养，坚定文化自信。

创新教育理念 让学生更主动地学习

为了使音乐教育模式能够适应多元化的社会需求，有效解决学生存在的心理健康问题，快速提升学生的综合素质，浙江音乐学院要求教师改变传统的教学模式，更新教育理念和创新教学方式。在音乐教育学院的教育改革过程中，摒弃“填鸭式”的课堂教学模式，将其转变成由教师引导，以学生为主体，利用有限的课堂时间，设置情境化教学模式，开拓学生的创新思维。例如，如何运用数字化技术提升视唱练耳教学？音乐教育学院从以学生为中心、个性化和差异化教学以及应用数字化技术三方面进行提升。首先，以学生为中心的教学模式强调学生的主体性和创新性，倡导自主学习和探索。其次，个性化和差异化教学要求根据学生的需求提供定制化的教学内容、方法和评价方式。最后，利用数字化技术开展线上线下混合式教学，实现教学全过程的优化，包括签到、学习、讨论、评价和反思等环节。以上措施共同促进教学效果和教育质量的提升，使教育更加具有灵活性，朝着个性化、科学化方向发展。教育教学改革不仅丰富了教学内容，还激发了学生的学习积极性，更拓宽了教师探索信息化教学的路径。音乐教育学院要求教师在传统技能培养的基础上，注入更深层次的音乐认知和感知元素，使学生能够更全面地理解和应用视唱练耳技能。这为音乐教育研究提供了新范本，丰富了视唱练耳教学内容，增强了学生的学习积极性，还为提升高校音乐专业信息化教学质量提供了有效路径。

改革教学体系 让学生领悟音乐内涵

音乐可以疗愈心灵。为了全面提升学生的综合素质和能力，让学生熟练掌握音乐技巧，领悟音乐内涵，时刻保持健康心态，音乐学院改革教学体系，注重对学生视唱练耳的音乐记忆训练“和弦”技能方面的培养，引导学生真正领悟音乐内涵。首先，围绕传统教学模式进行前期的调查研究，同时结合调研结果进行深入分析，在原有教学模式的基础上提出改进音乐记忆能力的训练方法，为优化记忆训练方法提供依据。其次，加强音乐记忆训练，将学生的音乐记忆与视唱能力相结合，提升教学质量。例如，音乐教师提供不同类型的作品让学生进行音乐记忆训练，更好地继承和弘扬中华优秀传统文化，提高学生的审美能力，更好地领悟音乐的内涵。最后，培养学生对音乐作品的想象力。音乐能够启发学生的思维，让他们展开丰富的联想，在学习音乐作品的过程中加深对音乐作品创作背景的理解，形成自己的感受，开拓学生的视野，让学生始终保持健康乐观的心态。

音乐教育学院的教学模式创新在于结合音乐记忆训练，强化学生的音乐记忆与内心听觉能力，提升教学质量。通过引入音乐记忆训练，创新课堂教学模式，并为音乐教育研究提供新的方向。传统的视唱练耳教学多侧重于学生技能的培养，如音准、节奏和视唱能力等。音乐记忆和内心听觉能力则是音乐学习中的深层认知元素，音乐教育学院正是在传统技能训练的基础上，强化对这一能力的培养。

开展音乐文化活动 塑造学生健康心态

音乐教育学院积极推动音乐与心理健康的有机结合，深刻挖掘音乐的美育价值，致力于培养学生的健康心理。音乐教育学院组织开展丰富多样的校园音乐文化活动，不仅为学生提供了展示才华的机会，还营造了充满艺术氛围的校园环境，促进学生身心健康全面发展。

音乐教育学院鼓励学生自发成立音乐类社团，利用重要节日和纪念日组织音乐活动，并积极参加省市级重要及大型演出活动，营造积极向上的音乐氛围。这一举措不仅增强了学生的组织能力和团队协作精神，还以音乐为媒介，激发了他们对生活的热情和正向情绪。2024年5月20日，学院成立了“愈乐工作室”，为师生提供了一个情绪释放、情感表达的平台，帮助他们通过音乐排解压力、调节情绪，增强心理韧性。“愈乐工作室”利用音乐让学生体验到情感的共鸣，还通过专业的心理疏导和音乐实践探索当代大学生的心理需求和成长特点。同时，“愈乐工作室”还下沉至各二级学院站，为学生提供个性化的支持，确保心理健康工作覆盖到每一名需要帮助的学生。此外，学院的音乐疗愈活动也在不断地创新和发展。音乐教育学院通过一系列主题活动，如音乐沙龙、音乐分享会和创意音乐治疗课程，不仅使学生在艺术中获得快乐，还引导他们通过音乐反思自我、认识自我。这种方式有效地促进了学生的心理成长，使他们能够以更加积极的态度面对学业和生活挑战。

在音乐教学中，音乐教育学院以学生为本，创新性地开展音乐教育与心理健康教育有机结合，有效提高了学生对音乐的兴趣，激发了积极向上的精神力量，不仅拓展了音乐教育的外延，还为学生提供了多元化的心理支持途径。这一创新举措为其他高校的音乐教育和心理健康教育提供了有益借鉴，展示了音乐艺术在大学生心理健康教育中的巨大潜力。

(程盈盈)

山东省德州市齐河县第五中学是一所省级规范化学校，坐落于齐河县城南端，毗邻德州大清河水利风景区，校区于2013年9月建成并投入使用，占地108亩，建筑面积4.1万平方米。10余年来，学校坚持“心向上 行致远”的发展理念，教育教学质量逐年提高，快速完成了从新校到强校的蝶变，先后获得“全国青少年校园足球特色学校”“山东省多元协同育人共同体实践基地”“山东省心理健康教育特色学校”“山东省中小学校星级图书馆”“德州市基础教育名校”“德州市教育系统先进集体”等80多项省级以上荣誉称号。

红色领航 托起学生“家国梦”

学校始终牢记为党育人、为国育才的初心使命，紧紧围绕“培养什么人、怎样培养人、为谁培养人”这一教育的根本问题，把党建工作全面融入办学治校和教书育人全过程。

坚定理想信念，厚植家国情怀。以七一、十一等重大纪念日为契机，通过升旗仪式、主题班会、实地参观、祭扫、红歌演唱比赛、传承红色基因晚会等活动，常态化对学生进行爱国主义教育，坚定理想信念，厚植家国情怀。

学习红色经典，躬行青春使命。编制《齐河县第五中学党史国史教育校本教材》，将红色经典书籍列入每年寒暑假读书活动的推荐书目，将红色经典诗词、红色经典剧目列为学校“经典诵读”活动的主要内容。

营造浓厚氛围，传承红色基因。打造党史、国史教育基地，在校园主干道设置红色文化长廊，悬挂红色文化图文宣传牌，定期组织学生参观学习，让学生时刻浸润在红色氛围中，让传承红色基因的德育实践融入教育教学全过程。

山东省德州市齐河县第五中学

用爱诠释教育 用心点亮梦想

精细管理 护航学生“求知梦”

学校坚持从常规管理入手，全力实施精细化管理，赋能教育教学高质量发展，助力学生健康成长。

构建现代管理体系，提升育人效能。全面推行“一级三部”扁平化管理模式，一个年级设立三个级部，整体协作、分部管理，形成了级部间有序竞争、年级内通力合作、全校一盘棋、管理进一步细化的局面，盘活了人力资源，提高了管理效率。同时，与城区交警部门联防联控，组建校园周边治理小组，全力守护校园及周边安全，为师生营造安全、和谐的育人环境。

回归教育之本，以匠心筑梦课堂。发挥集体智慧，实施“四定（定时间、定地点、定内容、定主备人）、五备（备课标、备教材、备学情、备方法、备“两测”，“两测”即课前测验和课后测验）、六统一（统一进度、统一目标、统一重难点、统一“两测”、统一作业、统一检测）”的“四五六”教研模式。紧抓课堂这一教学主阵地，落实“四环双测五步”教学模式，通过“补、树、学、验”四个课堂大环节、“课前测验和课后测验”两种测验以及“导、思、议、展、拓”五大步骤，解决教学重难点，做到“上钩下联”，实现了教学内容和学生素养提升的延续性与连贯性，为提高教学质量注入强劲动力。

以爱润心 铸就学生“成才梦”

学校锚定“打造一支高水平、专业化、体系化的班主任队伍”目标，铺“路”架“桥”，使班主任成为学生健康成长的护航者、引路者。

借助省级班主任工作室，夯实班主任“育人基石”。在“王绪坚山东

省优秀班主任工作室”的引领下，组织班主任撰写德育案例和班级育人故事；协调教务处、家校共育中心、心理健康中心、安全科、团委及各级部等部门，整合家校社协同育人资源，形成从入学到毕业的系列化主题班会和德育活动；组织班主任以“有爱的教育 如家的校园”为主题设计带班育人策略；借助小组合作学习和学生自主管理建设班级文化，打造了一支班主任管理“铁军”。同时，借助德州市名班主任培训基地、特级教师工作室等平台系统性开展班主任业务培训，充分发挥了省级班主任工作室的辐射和带动作用，以爱润心，筑梦学生成才。

协同育人 守护学生“青春梦”

学校高度重视家校社协同育人工作，不断创新工作思路，构建育人新生态。

专设机构，共育花开。成立专门科室“家校共育中心”以及“家长学校”“家长委员会”两个机构，深度参与学校管理工作；常态化开展家长进校园活动，发挥所长，加强法律法规、科学知识、环保知识、学习技巧等方面的培训，助力学生健康成长。

多元协同，青春护航。学校与齐河县科学技术协会联合，建设了“齐河县科普教育基地”；与全国骨干科技辅导员刘小虎合作，成立了“刘小虎齐河五中中学科融合科普工作室”；与齐河县司法部门合作，建设了“齐河县青少年法治教育基地”，组建“青少年模拟法庭”，学生化身“小法官”，参与“办案”，增强了学生懂法守法的意识。学校荣获“德州市科普教育基地”称号，“青少年模拟法庭”被多家权威媒体宣传报道。

传承非遗文化，坚定文化自信。与齐河龙山黑陶工艺制品有限公司、齐河东夷黑陶文化研究中心、绣球灯舞传承人等合作，传承非遗文化。学

生在亲身实践中感受中华优秀传统文化的博大精深，坚定文化自信。

健康心理，向阳而生。成立“心理健康中心”，建设高标准的“心语小屋”、心理咨询室和团体活动室，邀请国家级、省级心理咨询师、家庭教育高级指导师等多名专家进校园，为学生举办以“青春”为主题的心理健康系列讲座，解决学生成长中的烦恼，平稳度过青春期。

缤纷家园 点亮学生“五彩梦”

学校深入实施素质教育，培育学生核心素养，营造良好的教育生态。

打造多彩社团，提升学生核心素养。开设了涵盖足球、编程、陶艺等多个领域的20多个社团，形成了“教师人人带社团、学生自主选社团、学校周周有社团”的社团活动新局面。同时，积极“请进来”，聘请多名具有一定专业影响力的知名人士到校担任社团辅导教师。在德州市中小学生体育联赛足球比赛中，学校男子、女子足球队创造了两次荣获“双冠王”的佳绩，编程社团的学生屡获国家级别比赛表彰。学校足球、陶艺等7个社团活动项目入选德州市初中学校社团活动项目基地。学生在社团活动中展现自我、收获幸福，组织成长成才的“五彩梦”。

实施“五个一”工程，打造如家校园。坚持全员育人，每名教师每学期至少陪学生参加一次社团活动、跑一次操、面批一次作业、写一封信、做一次家访。特别是帮助学习困难学生、特殊家庭学生，解决其在思想、学习和生活等方面的困难，关爱每一名学生，让每一名同学都精彩，实现师生心与心的双向奔赴。

征程万里风正劲，重任千钧再出发。未来，学校将继续沿着高质量发展的道路，昂首阔步、砥砺前行，追逐新梦想、创造新辉煌！

(贾张杰 王绪坚)

四川省成都市温江区江安路学校

家风家训润物无声 家校携手共育未来

在四川省成都市温江区江安路学校开展的“立家规·传家训·树家风 优良家风润江安童心”家风家训主题沙龙活动中，首届“最美江安家风”示范家庭受到隆重表彰。颁奖仪式结束后，与会家长和教师从自身实际出发，围绕家风家训建设分享了自己的感悟与经验，呼吁大家重视家庭文化建设，营造和谐的家庭氛围和家庭关系，用优秀家庭文化促进学生健康成长。大家畅所欲言，现场气氛热烈。此次活动是江安路学校家校共育工作的一个缩影，和谐的家校关系在这里得到了生动诠释，中华优秀传统文化传承与协同育人机制建设长效推进，成果显著。

“忠厚传家久，诗书继世长。”家庭是社会的基本细胞，是人生的第一所学校。“注重家庭、注重家教、注重家风”是中华优秀传统文化的精神基因和优良传统。江安路学校积极响应时代召唤，结合学校实际，以“校风牵手家风”为切入点，以家风家训建设项目为载体，为家庭教育指导和家校共育新生态的构建开辟了有效路径。

完善组织架构，统一各方思想，夯实工作基础。学校加强统筹协调，成立了家风家训建设实施团队，制定了《温江区江安路学校家风家训建设实施方案》。征集确定了6个试点班级，召开家风家训建设工作推进会，确立了“多维度挖掘家风建设广泛起来、多平台展示家风建设亮起来、多渠道传承家风建设活起来”的工作目标，做细做实各项工作，推动江安路学校家风家训建设活动迈出坚实的第一步。随后，学校邀请屈氏家学传承人、温江区“向阳花”微党课讲师、军体干部等作家家风家训专题培训讲座，还拟定问卷调查表，对试点班级学生家风家训建设情况进行统计。家长都认为家风家训对学生成长成才有促进作用，并且表达了和学校一起推进家风家训建设的意愿。由此，学校从教师、家长、学生三个层面统一了思想，凝聚了共识。

推进文化建设，开展多彩活动，



家风家训活动颁奖仪式

丰富特色内涵。学校通过发放“家风家训架构表”，收集家规家训近500篇、家家规家训故事近300篇。建议家长结合《中小学生守则》中“爱党爱国”“好学多问”“勤劳笃行”等关键词，以及“立、勤、敬、美、乐”的学校文化，丰富架构家庭文化理念，让家规家训与时代要求、校风校貌、家庭文化相互融合、共同推进，从而让家庭教育有根、使家长教育有法。

良好的家庭美德，需要在细节中去发现、去落实。学校秉承“德才兼备 知行合一”的校训文化，开展了丰富多彩的家风家训探寻实践活动。例如，开展“家风家训我来晒”活动，组织更多的江安路家庭用画笔提炼自己的家规家训，传承中华优秀传统文化；开展“中华家风我来绘”活动，引导学生通过书画作品描绘江安路家风家训的生动场景；开展“优秀家风我来晒”活动，通过书香家庭和学习型家庭评选活动，让书香在家庭中弥漫，推动社会文明发展。开展“尊老孝亲重阳”活动、“浓情三八妇女节”活动、“父爱如疆父亲节”活动等，营造和谐家庭氛围，浸润学生美好品行。此外，学校还组织开展了“力行

园”基地亲子劳动、校园美化劳动、和谐关系亲子运动会等。家长乐于参与、勤于奉献，家庭氛围更和谐，家校联动更紧密。

为进一步传承和弘扬中华传统美德，促进共学共进，学校汇集校家社力量，开展了一系列活动。一是“我的家风家训故事”征集活动。上百个家庭参与该项活动，学校从中评选出优秀家风家训故事作品，通过学校官方微博公众号进行推送。二是“我的家风家训故事”分享活动。组织“传承好家风·弘扬好家训”故事分享比赛，家庭及教师代表通过亲子合作共讲、情景剧表演、故事分享等形式，与大家共享优秀家风家训文化和坚强勇敢、勇于拼搏等美好品质，正逐渐浸润学生的心灵，并转化为实际行动，促进学生向上向善、健康成长。通过家长会、家长家、桥梁校助”活动以及其他各项活动的开展，学校的办学主张、办学理念等得到广泛认同，口碑效应逐渐形成。

与时俱进地传承家风家训文化和优良传统，是新时期江安路学校德育建设的重要行动指南。未来，学校将秉承“传承家风扬家庭美德，纯正学风润美好品性，弘扬国展华夏风采”的实施理念，持续探索时代要求、校风校貌与家风家训建设相融合的有效路径和打造特色，总结积淀研究和实践成果，全面深入地做好家风家训建设工作，以校风携手家风，推动家风家训建设工作亮起来、活起来，助力家长提升家庭教育水平，推动学生形成良好品德，传承与弘扬优秀传统文化美德，为学生的全面健康成长打好底色、助力护航！（江安路学校宣）

风画报、《中华好家风》图书诵读等形式，引领学生和家長长期优秀传统文化家庭美德，塑造文明新风尚。

凝聚育人合力，促进共建共享，绘就美好蓝图。家风家训建设项目的稳步推进，于无声处推动着家庭建设，也拉近了家校距离。问卷调查数据显示，家长对学校教育理念和实践举措给予认同，并积极主动地参与相关活动。家长更加注重以身作则、学习进取，家庭教育方法更多样、教育理念更科学，强大的家校教育合力正在悄然显现。

同时，教师和家长共同思考探索家风家训对于学生成长成才的重要作用，形成了共同的教育着力点。在进行学校教育、家校沟通时，教育路径更宽泛，教育方法更灵活，教育成效更显著。在家风家训建设的浓厚氛围中，以及学校、家庭、社区的共同带动引领下，尊老爱幼、兄友弟恭、耕读传家、勤俭持家等良好的家风家训文化和坚强勇敢、勇于拼搏等美好品质，正逐渐浸润学生的心灵，并转化为实际行动，促进学生向上向善、健康成长。通过家长会、家长家、桥梁校助”活动以及其他各项活动的开展，学校的办学主张、办学理念等得到广泛认同，口碑效应逐渐形成。

与时俱进地传承家风家训文化和优良传统，是新时期江安路学校德育建设的重要行动指南。未来，学校将秉承“传承家风扬家庭美德，纯正学风润美好品性，弘扬国展华夏风采”的实施理念，持续探索时代要求、校风校貌与家风家训建设相融合的有效路径和打造特色，总结积淀研究和实践成果，全面深入地做好家风家训建设工作，以校风携手家风，推动家风家训建设工作亮起来、活起来，助力家长提升家庭教育水平，推动学生形成良好品德，传承与弘扬优秀传统文化美德，为学生的全面健康成长打好底色、助力护航！（江安路学校宣）