



创意课堂

# 考试也可以是一场游戏闯关

落实“双减”精神,创设多彩童年。近日,清华附中延安学校小学部二年级学生迎来了一场别开生面的乐考闯关嘉年华活动。

语文考试是游戏闯关——孩子们通过“词语大闯关”“背诵小达人”“诵读小明星”“快乐故事家”等闯关活动,积累小星星,最后优秀者可以换得老师的表扬信。孩子们在愉快的氛围中比能力,比记忆,在轻松的环境中,全面提高了基础知识的运用能力,以及朗读背诵和语言表达等能力。

数学考试也是游戏闯关——告别了冰冷的试卷,孩子们在趣味无穷的闯关游戏中大大提高了学习兴趣。这不仅是对孩子们之前的数学知识进行了全面检测与巩固,还让孩子们在闯关中锻炼成长,在不断克服困难中增加了自信。

英语考试同样是游戏闯关——孩子们热火朝天地通过“听做小明星”“交际小能手”“单词嘉年华”“儿歌碰碰碰”等游戏大秀自己的英语水平,在“乐学”中参加“乐考”,游戏中完成的考试,没有任何压力,还获得满满的成就感。

音体美考试更像是游戏闯关——孩子们尽情地展现,快乐地运动,专注地创作。一幅幅画卷,是色彩与梦想交汇的乐园;一次次运动,是健康与快乐并存的融合;一声声歌唱,是声与乐和谐的律动,在多彩乐园里快乐成长,全面发展。

几场乐考下来,孩子们的表现精彩纷呈,他们一路闯关,完成了终极挑战。

“我喜欢这样的考试!”“看,我有表扬信了!”这种智趣结合之乐考,吸引孩子们尝试自主探究,在收获知识的同时,还体验到了闯关的喜悦。

“这是学校对孩子的一次测评,‘双减’之后,我们不断探索多元化评价模式,希望能为孩子们创造出更广阔的发展空间。”清华附中延安学校副校长辛峰说。

(记者 贺卓)



(本组图片由清华附中延安学校提供)



成长助力

# 教育是一场相互成就的旅行

有人说,“人类在探索宇宙,探索自然的过程中征服自然,涉足太空,最终会发现自己还拥有更大的能量,那就是爱的力量。”师爱对学生而言有意想不到的强大影响力,心理学家罗森塔尔提出“期待效应”,相信教师对学生无形的爱与期待能潜移默化地促进学生不断提高与发展。选择了教师,就是选择了一份以爱为主题的职业。

2019年对我而言是特殊的一年,这一年我正式成为了一名光荣的人民教师。这意味着从此肩负起了教书育人的责任,也意味着今后我要面对无数稚嫩天真的脸庞、无数求知若渴的眼神。这不仅仅是一份崇高的职业,是一份沉甸甸的开始,更是一场师生结伴的旅行,旅行途中风雨相伴也有爱意随行,矛盾、争吵皆为调味。我是新教师,你们是新学生,这场旅行我们互相学习互相成就,我容忍你们的小脾气,不成熟、恶作剧,你们理解我的不娴熟、没耐心,渐渐地我们便融为一体。

细节最易感染人,一部小说,一部电影,最感人的往往不是宏大震撼的场面,而是一些微妙的细节。这让我想起了一名二年级小学生,起初带这个班时发现他干任何事都特别缓慢,这对于急性子的我来说简直无法忍受。于是,就出现了每次整理书包、打扫卫生我俩都是面红耳赤,四目相对,每一次都是我在不断地催促,而他若无其事地在做着自己的事,只听班主任的我觉得坚持认为他是不听我的话,只听从班主任的话。后来,日子一天天过去,我们都一天天摸索对方,他在努力适应我的节奏,努力做一个跟得上节奏的学生,而我也在想办法不断从自身和他的身上找寻我们之间产生问题的原因。有一次,他的班主任请假了,我被临时安排管理他们班,我努力了解

他们每一个人,他们努力适应着我的管理风格。这个偶然的让我能够更加深入地了解这个学生,一次资料收集时我惊奇地发现整个年级有两个患有心脏病史的学生,而他就是其中之一。这一刻,我突然心酸了,无论是身为母亲还是作为教师,我都心生怜悯,每一个孩子都是降落人间的天使,每一个学生都是老师的财富。此后,我开始从他的班主任和父母那里了解他,从班主任那里我发现他并不是我所臆想的只听班主任的话,从父母那里了解到他小时候的经历,坚强的他从小就在与病魔战斗。

也许对于其他老师而言这只是一件微不足道的小事,但却在我的心中激起了无数涟漪,我开始不断地反思自己,开始不断地钻研学生、学习理论知识。什么是教育?雅斯贝尔斯认为教育是一个不断科学陶冶的过程,因为这个过程不仅仅是传授事实性的知识,更需要在教育过程中培养一种科学的态度,我们要尊重学生的身心发展规律和认知发展特点,更要尊重他们的个体差异,因材施教。随着时间的推移我惊喜地发现,我再去这个班的时候心态不知不觉就已经平和了许多。课堂上,我开始关注他,尽力在不影响其他人的情况下给他一点时间,给他一些机会,让他充分感受到集体的温暖,老师给的爱,让他明白慢慢来但不能停,他也在紧紧抓住我给的每一次机会,努力让自己融入这个集体,我能感觉到他明显的努力与进步。课后,他偶尔也会站在我旁边,跟我分享一些他生活中有趣的事,我也会偶尔奖励他一些小零食、小文具。看到他慢慢地做着自己的事也不再是面红耳赤的大声呵斥,居然转变为静静地看着、等着,甚至还会在不经意间出手帮他一下,我们之间的对话也从“你快点”然后沉默,转变为“我在等你哦”然后微笑点

头。我开始用欣赏的眼光去看他,欣赏他的坚强,欣赏他的独立、欣赏他的坚持。而他也在不经意间适应了我的节奏,在我看向他的时候偶尔会加快一点点速度,我们之间渐渐有了属于我们的默契。

有人说教育是一件“苦差事”,的确,没有探索、无视教育教学规律、无视学生发展规律的教育无疑是一件“苦差事”。也有人曾说:“家有一斗米,不当孩子王。”然而三年的教学生涯证明事实并非如此,教师这份职业是一份苦差事,但却是一份充满幸福,充满爱意的“苦差事”,当它被注入浓浓的爱意后便是一份“美差”。

爱,能够让人变得坚强、变得自信、变得勇敢;爱,能够让人学会理解、学会宽容、学会关爱;爱,能够让人拥有幸福、享受快乐、充满活力;爱,是人类最美丽的语言;爱,是世间最伟大的力量,我用爱唤醒了他心中的爱,他用爱给予了我回应与温暖。一个会心的微笑,胜过冷言冷语的批评和一副严肃的面孔;一个会心的微笑,消除了学生的顾虑,增进了师生的感情,一个会心的微笑,充分展现了学生的兴奋和喜悦,使他们更用心更主动地学习。微笑就是学生生活中的阳光,只要我们给学生一个会心的微笑,微笑就会成为他们生命腾飞的翅膀。虽然这只是发生在我和他之间的一件小事,但却让我们之间相互成就了对方,这使我明白,真正的教育并不是学生在老师的威慑下乖如花猫,而是学生在老师的引导下自主学习、主动改变,这件事也激励我在今后的教学生涯中不断学习,不断探索,教育是一场奇妙的旅行,一场充满无限爱意的旅行,让身为师的我感受到了一种难以言表的信任美。

(刘艳丽,新区第二小学老师)



成长课堂

# 安全呵护生命 努力成就精彩

## 延安新区外国语学校开展《开学第一课》

为帮助同学们消除“假期综合症”,引导学生尽早适应学校的学习生活氛围,近日,延安新区外国语学校开展了丰富的《开学第一课》,让孩子感受新学期的“新气象”。

在新区外国语学校的教室里,各个班级开始了本学期的第一堂课。新学期的新课堂,可谓各有特色,各班级老师们围绕疫情防控、德育教育、假期收获等内容,通过PPT课件、知识宣讲、学生互动等多种方式,助力学生快速调整状态,开启新征程、制定新目标、点燃新能量。

“通过今天的开学第一课,我学到了许多防疫知识,比如说注意自己的个人卫生、勤洗手、在室内要多开窗通风。也有了新的目标,(新学期)可以拿到自己想要的的成绩,有自己想要的名次,更上一层楼。”延安外国语学校学生马佳美说。

据了解,为了保证学生们的学校生活安全、健康、丰富,从半个月前,学校就组织人员对校内教室、餐厅、宿舍等区域进行每日不少于3次的环境消杀,并且有针对性地组织各班级开展《开学第一课》,让孩子们能尽快以崭新的姿态、饱满的精神投入新学期的学习生活中。

延安新区外国语学校德育处副主任赵柏林告诉记者,“通过今天的开学第一课,我们想让孩子们尽快收心,尽快适应和投入到新学期的学习和生活当中。其次,也是为了对孩子们各个方面进行一个很好的教育,比如疫情防控、良好行为习惯的养成和当下最热的冬奥话题知识,从而增强孩子们的民族自豪感和自信心。今后,我们将继续利用我校主题班会、德育特色系列教育,让孩子们在学校快乐成长、全面发展。”

(吕辰雪 陈柏名)

# 预防近视小妙招,快快收藏!



近期,爱尔眼科“云夹”监测大数据发现,一些学生放学回家后,近距离用眼时长超过2小时,周末超过4小时,用眼负担竟然比在学校时还重,再加上一些学生周末的有效户外日照时长不足1小时,加重了近视的发展。因此,爱尔眼科推荐了一套近视防控的方法,帮助同学们养成健康的用眼习惯。

### 第一招:户外撒野术

研究表明,对于没近视的学生,每天2小时(或每周10小时)户外活动,可以有效降低近视的发病率。这里的“户外活动”不一定要运动,只需要暴露在户外光线下。

### 第二招:定睛远眺功

每天观看电子屏幕的时间,年纪越小的同学时间应该越短。看屏幕时要遵循“20-20-20”法则,即观看电子屏幕20分钟后,要抬头远眺20英尺外(约6米)20秒以上。

### 第三招:姿势擒拿手

请注意读写姿势,请同学们在阅读书写时,使用高度合适的桌椅,做到书本离眼睛一尺(33厘米)、胸口离桌一拳、握笔手指离笔尖一寸(3厘米)。这里,也要请爸爸妈妈们关注孩子的读写姿势,及时帮助纠正。

### 第四招:明察秋毫法

请家长带领孩子每年进行2次视力检查,并定期记录孩子的年龄、身高、体重、眼轴长度、角膜曲率、屈光度等,形成孩子的屈光发育档案,密切跟踪孩子的视觉发育情况,帮助医生及早发现孩子眼部疾病和视力异常。

### 第五招:镜花水月诀

已经近视的同学可以佩戴周边离焦框架镜延缓近视发展。周边离焦框架镜采用周边离焦技术,能有效减缓近视加深速度。

### 第六招:闭目养睛功

针对近视600度以内的同学,通过夜间佩戴角膜塑形镜控制近视增长,白天不用戴眼镜也能拥有清晰裸眼视力。这是一种十分有效的非手术性近视矫正手段。

### 第七招:滴水成金指

低浓度阿托品作为控制近视发展的方法之一,已被临床证实可以有效控制近视加深并减缓眼轴增长。