



赛教！要把最好的给你



上周，宝塔区第二幼儿园开展了“赛教展风采 磨砺促成长”赛教活动，园内35名老师相互切磋，共同进步。

赛教中，郭扬华老师的健康活动课《乌龟和兔子》激发了幼儿模仿的兴趣。在户外课堂，老师通过音乐渲染、语言描绘、道具运用，让课堂气氛变得非常活跃。

周舟老师的科学活动课《营救汪汪队》，把动画的画面与数学思维培养内容有机结合，引导幼儿进行探索式学习。随着营救任务深入推进，逐渐加大找规律的学习难度，在孩子们成功解锁一个又一个规律时，也深刻体验到营救成功带来的成就感。

高婷老师的科学领域课《生活中的测量》，通过故事导入、示范，引导幼儿观察、探究，使孩子们明确了用自然材料首尾相接测量物体的方法。

徐子宁老师的社会活动课《小纸团的家》，利用教学图片等让幼儿观看垃圾的分类及处理，引导孩子们养成垃圾分类的习惯，让他们通过亲身体验，巩固学到的知识，在实践中更直观地体验垃圾分类的重要性。

……
35名参赛者各具特色，评委们对每一位老师的课程都提出亮点和不足，并发表自己的看法和见解，教研氛围十分热烈。

宝塔区第二幼儿园园长高净说，赛教活动为老师们搭建了一个实践交流平台，老师们互相学习、取长补短、共同成长，同时促进幼儿园整体教研水平的发展和提升，把最好的状态呈现给孩子。

(记者 樊江江 通讯员 杨辉)



成长感悟

静水深流



如果把教育比作一条船，那么我们不是为了造船而造船，而是要乘着它去远洋。2018年夏天，我有幸被确定为陕西省第五批学科带头人培养对象。陕西省教育厅委托陕西师范大学教师干部教育学院制定了细致周密为期一年的培养计划，除过常规的集中培训学习之外，还要完成课题研究、送教下乡、论文发表、研讨学习、招募坊员、建设网络工作坊和实体工作坊等多项工作，每项工作都有明确的指标要求。说实话，任务千头万绪，压力比山还大。

纠结不安中我想起了一句老话：走向高山难，退回平地易。人是具有惰性的动物，一旦过多地沉湎于温柔之乡，就会削弱重新投入风暴的勇气和力量。所以，有时候还是要对自己狠一点、残忍一点。用作家路遥的话说就是：人生旅程时刻处于“零公里”处，战胜自己，并将精神提升到不断发展的生活所需求的那种高度，才能跟着生活进入新的境界。

逝水流年，时过境迁。而今，每每忆及省级学科带头人培养的那一年，依然会热泪盈眶。整整一年，加班熬夜是常态，不加班不熬夜反倒会不适应、很自责。那一年，我带高三两个毕业班的语文课兼任班主任。每天晚上九点半左右八岁的女儿熟睡后，我加班工作的时间才正式开始。查资料、做课题、写论文、做简报、完善网络工作坊的资料上传，还有工作群里不时发来的各项工作要求。为了保证第二天上课的精神状态，我要求自己每天凌晨一点以后必须休息。有时候，恰巧来了灵感，夜深人静无人打扰，也会越干越精神。

还记得清明节当天高三年级放假休息，前一天晚上整理完课题中期报告和资料，忙完已是凌晨近四点。这样忙碌而充盈的生活让自己感到前所未有的满足，当然也有崩溃到快要撑不下去的时候。尤其是那年冬天央视主持人李咏去世的消息不断传来的当晚，已近凌晨的我正在加班，手机上突然弹出一条腾讯新闻盘点了近几年因癌症去世的娱乐圈明星。匆匆浏览过后，瞬间泪目。随后关闭电脑，收拾满桌资料，躺到床上却久久没有睡意。那晚，我静静地想了很多：工作要好不好干，可以对自己狠一点，但前提是命不能丢，职业幸福指数不能降低。当然，为了能顺利通过终极答辩考核，我依然加班熬夜。

至今难忘2019年7月19日，在陕师大终极答辩结束后的结业典礼上，第五批中学组学科带头人一百余人哭作一团。这里面既有孩子刚出生还未满月的二胎妈妈，有不慎摔伤右臂只能用左手码字完成结业答辩资料编辑的大学学长，还有担任学校重要行政职务、公务繁忙的主任、校长……终于明白，这世上每一份工作都有它的意义，每一份工作背后都隐藏着别人看不到的苦楚和难处。大家负重一年，在那一刻放下包袱畅快释怀。那一刻，流下的是委屈过后弥足珍贵的幸福泪水，是艰难前行中互相鼓励、从未掉队、不曾放弃的执着坚守的泪水。我相信，每一位战友也定会那一年五味杂陈的历练珍惜成比金子还贵重的人生财富。因为尽管辛酸，若再重来一次，我们依然会选择那种滚烫的人生。当然也包括来自陕南、关中和陕北不同地域的我们之间再聚不易，却想起来就感觉温暖的战友情谊。

或许有人会质疑，为何要让自己煎熬得像苦行僧一样？如此付出有什么价值和意义？对此，我没有什么高深的长篇大论，只能尴尬一笑，然后回复一句尽管俗气却不乏真心的答案：因为热爱，因为梦想，因为情怀。人生道路上多是艰难险阻，但回肠不息的主旋律，是不期而遇的温暖和生生不息的希望。当经历过所有挫折，熬过所有苦难，坐看春暖花开之时，我们也定会感谢当初那个拼尽全力的自己。

行至今日，步入教师行业在一线工作已整整十五年。十五年，对于一个人的职业生涯而言只是一个小小的数字，一段不短也不长的历程。在我的身边，有太多的同行前辈一辈子拼了命地工作，桃李芬芳，就如同陕北高原上所有的庄稼人一样，热爱故土，守望生命。而我，只是他们中的一员。十五年来，我一路行走，一路收获。细数身后一串深深浅浅的脚印，每一个足迹都印证着最初的教育梦想和做人原则。越往前走，就越来越清楚地认识到：每个人成长的经历都是相似的，满含辛酸委屈，而辛酸委屈的背后也许就是成功。荣誉只是成长的载体，真正的成长是内心的强大、热情的喷发。未来的十年、二十年，希望自己一如既往地做幽山中的一汪静水，深深流淌。因为我清楚地知道潜得愈深，压力愈大，喷出的水柱才更高。请相信：生活不会辜负每一个努力向上的灵魂。

(延安市实验中学教师 姚方)



成长故事

听戏



戏曲，初识这词时，就好像一见钟情一般，颇为心动。抑扬顿挫，唱念做打，一曲一调，勾人心弦。

第一次听戏曲时，我还记得那是我很小的时候，爸妈上班很忙，暑期的我只能待在外婆家。那时外婆家的电视很小，家里的光线很暗，小小

的房子里聚着三个人，有往灶台上添柴的外婆，有刚刚做完农活回来的外公，还有一个在家里看一天电视的我。看到外公放下了沾着尘土的外套，用笤帚扫了扫身上的灰尘，我就知道接下来的时间里电视已不属于我了。不情愿地交出遥控器，坐在暖暖的炕上，看着外公将电视调到了中央七套，那是一个一天到晚放着戏曲的频道。咿咿呀呀的戏腔声从老旧的小电视里悠悠地飘了出来，平常的我肯定会在这个时间跑到院里去追赶院里的鸡鸭，但当我看到电视上跃出了那头戴凤翅紫金冠，身披锁子黄金甲，脚踏藕丝步云履，手提如意金箍棒的齐天大圣时，我才第一次被京剧深深吸引。恰到好处的顿挫与神来之笔的抑扬，让齐天大圣这个角色第一次从书中跃了出来，活生生地站在了我的眼前。谢幕时我才发现，不知什么时候搬了小板凳坐在灶台边的外婆与眼里似乎深藏着回忆的外

公也回过了神……

后来外公告诉我，那是京剧，那场戏叫《大闹天宫》。

后来外婆告诉我，外公生前，最喜欢的就是京剧。

长大后，学习日渐忙碌的我渐渐忘记了那场戏，忘记了那扇会“吱呀”响的木门，忘记了那扣人心弦的京剧，也渐渐忘记了外公坐在炕边认真听戏的神情，眼前只剩下了堆积如山的书本，热血沸腾的动漫，和那个已经翻修变大却只剩一人的房子。直到我第一次听到了古风这个名词，第一次欣赏了那有着戏腔的古风歌，第一次见到了那如思如念的古风名……

我还记得那首歌叫《牵丝戏》。“风雪依稀秋白发尾，灯火葳蕤，揉皱你眼眉。”听着这句词以戏腔的方式唱出来时，看着这句词以歌词的形式从我的眼里展现时，我的脑海里一下子回想起了外公那看戏时的神

情，想起了看戏时外婆会停下手里繁杂的活去陪着外公听曲的神情，想起了那一晚的震撼与感动，想起了那个眼角虽皱但仍在追求戏曲的老人，想起了总是在背后默默陪着他的那个身影。

从那时起，我深深地迷恋上了古风戏腔歌，哪怕它并不是正宗的戏曲，哪怕它被干夫所指，我依然深深喜欢着它。它已不仅仅是一首首动听的曲子，还是一个个凄美的故事，是一个个为了国为民乐去征战的将军，是一个个在家独自守候的妻子……它还是那个剂唤醒我沉睡记忆的良药，是那个归乡后一直在追求戏曲的老人在我心里最后的印象。

“这少女竟皱了桃腮粉面，那郎君为何已白发苍苍。”
“这一桌同二椅红漆黯淡，是多久没能被喝彩渲染。”
(延安新区江苏中学初三9班 王雅妮 指导教师 王潇逸)



成长训练营

来，听一场红色故事会

百年征程波澜壮阔，百年初心历久弥坚，聆听一段红色故事，走进一段历史时光。上周，清华附中延安学校举行了“讲好红色故事，争当时代新人”主题演讲比赛，10位参赛小选手轮番上场，他们热情洋溢、铿锵满怀、声情并茂，通过讲述红色故事，缅怀革命先烈，继承革命精神。

“1944年初，张思德响应党中央大生产运动的号召，主动报名参加中央机关组织的生产小分队，他处处起模范带头作用……”四年级(2)班的赵博轩讲述起了张思德的故事，他希望同学们能一起学习张思德的服务精神。

“那是1946年1月8日的下午，当分别了近二十年的毛岸英突然出现在父亲面前时，主席仔细打量着比自己还要高的儿子，慈祥地笑了。”三年级(4)班的王梓媛讲述了毛主席与儿子毛岸英的故事，故事里的父子情深让在座的同学们泪光闪烁。

四年级(6)班的刘腾煜同学讲述的是自己太爷爷的故事，他说：“我的太爷爷名叫刘俊杰，1937年参军，在抗日战争中英勇顽强，还加入了中国共产党。他的事迹虽不像影视剧那样惊心动魄，但常常激励着我，时时刻刻提醒我自己是一名红色子弟。”

英雄已逝，浩气长存。一场红色故事演讲比赛，也是一场红色故事会，小选手们用朴实的语言、鲜活的事例，将伟人和先烈们的事迹传递给更多同学，让革命精神扎根心底，进而迸发出坚实而磅礴的力量。我们相信，这份力量必将成为孩子们奋进路上的指引，成为他们高喊“强国复兴有我”的底气。
(通讯员 孙玲丽)



▲ 三年级(4)班的王梓媛讲述毛主席与毛岸英的父子情深



► 四年级(2)班的赵博轩讲述张思德的故事