



我的毕业班情结

□曹慧英



每到毕业季,地上野草疯长,我的心却是空荡荡的,一种失落感袭上心头……

沿着那条熟悉的路径,我来到教室,里面空无一人,学生全都升入了初中。他们的身影历历在目,笑声仿佛还在耳边。这种师生情,时间的水是冲不淡的。我愿永远珍藏在我的记忆里。

我在乡村从教27年了,光六年级就教了18届。18张毕业照,从泛黄的小照片到塑封的大照片,照片背景由简陋的土坯房到现在气派的教学楼,每一张照片都会牵出一段段回忆,照片上每个孩子的一颦一笑常在我脑海里浮现,有时还会出现我的梦境里。他们如我辛勤栽培的禾苗,时刻牵动着我的心。

六年级是小学生活的最后一站,相比较其他年级来说,教学任务

更重,倍受家长的关注。每年开学,校领导安排教学工作时,总是让我担任六年级的班主任。今年,我仍旧教毕业班,但临近考试前一周,我的身体却出现了问题。

那天清晨,我批阅完最后一张试卷,站起来后,腰部疼痛难忍,走路困难。这是由于长时间熬夜,腰间盘压迫腿部神经所致。怎么办呢?我猫着腰走了几步,疼痛稍微缓解。孩子们要考试了,要强的我决定先不请假看病,坚持到考试。为了不让学生们看到我的窘相,我早来到教室,坐到讲台上。两节课下来,我大汗淋漓,额头上渗满了汗珠。有学生问我怎么了?我说,天太热!等学生们都去操场上做操了,我才猫着腰,像个老嫗一样,扶着墙,慢慢回到办公室。办公室的同事问起,我轻描淡写地说腰疼。

然后吃上两片止疼药,又开始工作了。就在考试前两天,校领导似乎觉察到了什么,强行把我拉到车上,送进了医院。医院里的我仍惦记着学生。暑假里,牵引、扎针、输液……整整一个多月的治疗,我的身体总算暂时无碍。

学生们得知我住院,都发微信询问病情。那一行行滚烫的文字叫人泪目。在这些学生中不乏后进生,对后进生我有个比喻就是像一块豆腐掉进灰里,不能拍,不能打,只能清水冲,这“清水”就是说教教育。怎样说服教育?浇花浇根,人之相交,贵在知心。做老师的要学会思考,要用心用情,要有智慧。

“苔花如米小,也学牡丹开。”我们老师的眼睛不能老盯着那些耀眼的牡丹,还要看看墙角处不起眼的

苔花,越是这样的植物对阳光越是敏感。记得有一年开学初,一个从外地转来的学生,叫张良宇。转来时不仅成绩不好,还经常打架。科任老师不待见,学生们不愿和他在一起,不过,我发现这个孩子脑子灵活。古人云,善启迪人心者,当因其所明而渐通之。我便经常找他单独谈话,经常抓,反复抓,我就是要用爱心点亮他的心灵。人非草木,孰能无情?有时说得他也很不好意思。考试前,我又找到他,“你能约束自己,到考试不吵架,成绩考到八十分以上吗?”“老师,如果……”“我不想听你的借口,你就告诉我能不能!”“大热的天,这个学生额头上全是汗,一番思想斗争后,他坚定地地点头,“老师,能!”我就是牢牢地把握住学生的心理,给他们确定一个又一个目标。从此以后,他下功夫努力学习,他要兑现他的承诺。那年升学考试他考了九十多分。离校时,他哭着不愿离开……通过这个案例,我发现很多后进生是有潜力的,只要你锲而不舍地挖掘调动。

“物之不齐,物之情也。”每届学生都不同,有的学生要哄着学,有的学生要给他立规矩,有的学生要让他敬畏你,有的学生要用情感化……总之,要因人而异,不怕麻烦。对我来说,班主任工作没有完成时,只有进行时,须潜心探索实践,久久为功。

二十多年了,很多离校的学生还和我保持着联系。前几天,几个学生带了水果相约来看我,忠于职守的老大爷始终没让他们进来,但他们没有离去,一直在校门口等到六点多,天色将黑,看着他们冻红的小手,泪水早已流满我的脸颊。每年看着自己用心用情培养的雏燕全部飞向自由的天空,越飞越高,越飞越远,这何尝不是一种教育的幸福呢?

教育有方

培养快乐孩子的小妙招

□丁俊萍

我们之所以会快乐,是因为身体会分泌四种快乐因子。1.多巴胺由脑内分泌,又称为奖赏因素,作用于大脑的愉悦中心。2.血清素又叫5-羟色胺,也被称为快乐因子,可以放松心情,缓解压力。3.催产素由脑垂体分泌,人们在拥抱、亲吻时产生的快乐,有益于催产素的分泌。4.内啡肽由脑垂体分泌,称为天然镇痛剂,有利于改善负面情绪,让人变得阳光。与多巴胺不同,内啡肽的分泌是先苦后甜,会延迟满足感和快乐感。知道了快乐的源泉,我们就要努力使自己成为一个快乐的人。快乐的孩子拥有一些共同的特质,包括自信、乐观、有自制力。这些特质能帮助孩子更好地面对今后的生活和学习。如果想要培养出阳光、快乐、积极、主动的孩子,父母需要掌握一些诀窍。

健康饮食和充足睡眠

健康的饮食,不仅让孩子身体健康,也能让孩子的情绪较稳定。好吃的食物和甜的食品都会使人分泌多巴胺,产生快乐。多巴胺成瘾的危害在于过多的多巴胺,只有合理分泌多巴胺,人才能获得真正的快乐。同时充足的睡眠能使孩子的大脑分泌很多的血清素,血清素不足会出现抑郁、睡不着、疲惫等症状。小朋友表现最明显的就是心情不好,有起床气。

给孩子随性玩耍的时间

成语闲情逸致,也就是说有闲情才能有逸致。儿童教育专家也强调把时间还给孩子。自由玩耍比有计划的活动,对学龄前的孩子来说更对健康有益。所有的孩子都需要有一些无所事事、随性玩耍的时间。以他们自然的节奏去探索他们所好奇的世界。也许,有时你也该放慢脚步,抛开你的行程表,跟着孩子的节奏享受慢生活。

鼓励孩子多去运动

运动会产生内啡肽,也会产生多巴胺。多巴胺不足就会使人感到无聊。在运动过程中人会感觉身体比较放松,心情比较愉悦欢畅,也会变得更开

朗。只要运动就会释放出多巴胺,但量不多,一般停止运动之后多巴胺就会消失。但如果想要在运动过程中产生内啡肽,就要先苦后甜,每次运动时间至少要达到20—30分钟,所以说运动是一剂良药。

语言风趣幽默要笑口常开

风趣幽默的语言使我们在躯体、意识、精神方面可以得到修复,能够使自己从焦虑困扰的情绪中解脱释放出来,让自己的心情得以放松。年幼的孩子语言表达能力有限,我们常和孩子说说话,一起编些好笑的笑话,和你的孩子一起开怀大笑,对你的孩子都有益处。

教会孩子良好的人际关系

心理学家指出,同伴对指导或训练儿童掌握社会交往技能,帮助孩子走出孤独具有特殊作用,因为这种技能,儿童是无法在成年人那里学到的。社会规范敏感期是两岁半到六岁,两岁半的孩子逐渐脱离以自我为中心,对群体活动有明显的倾向。快乐的孩子需要能感受到自己与别人有某些有意义的联结,了解到他对别人的意义。要发展这种感觉,可以帮助孩子多与他人接触。你可以和孩子一起整理一些旧玩具,和他一起收拾给慈善团体,和他一起照顾流浪的小猫、小狗。

情绪是可以传染的

情绪的传染十分迅速,且难以察觉,不好的情绪更会加倍传染。学会把不好的情绪藏起来,把快乐和笑容挂在脸上。我们想要一个快乐健康的孩子,家长就必须自己先做到健康快乐,给孩子传递一个好心情,好心情。

人人都在追求快乐,尼采认为,如果你不快乐,你都不道德,因为生命中最重要的一件事就是要让我们自己快乐。而让自己快乐起来也是一种能力,知道了让人快乐的四种快乐因子,我们在生活中要努力去与它相遇。只有我们家长快乐了孩子才会真正地健康快乐。掌握一点小妙招,做一个有觉察有智慧的家长,与孩子一起健康快乐成长。

研修

在师生共建中培育校园文化

——跟岗江苏泰州市扬子江小学学习感悟

□强宁

2023年9月25日至11月25日,我们一行15人,历时两个月,赴江苏进行苏陕结对帮扶——泰州市扬子江小学跟岗活动。

双方见面会上,我们说明了此次跟岗学习的主要内容——校园文化建设。会后,唐校长带领我们参观了学校长江文化展馆和文化长廊。

2015年,“诚慧容”三字校训是由首任校长吉波依托长江区域文化提出来的。后来,第二任校长张晖在文化寻根过程中,经过一年多的思考与实践,和他的班子团队提出了“长江文化”这一主题。长江文化展馆以“山高水长”为主题,主要展示了扬子江小学基于长江文化的六大文化:舟船文化、丝绸文化、稻作文化、饮食文化、古城文化和水利文化。同时,展示了构建长江文化的六大课程成果。

参观后我很震撼。随后,进入跟岗学习状态,随着学习的深入,我才发现“校园文化”概念很“大”,涉及方方面面。跟岗的每一天,听课、例会、升旗仪式、大型活动等,只要发现“长江文化”的影子,有师生“出

彩”的地方,我尽量捕捉拍照,梳理记录。

一、师生共建的校园文化

1. 师生共建的班级文化。教室外,班级名称是以“跳跳鱼”“棒棒虾”“红鲤中队”等与长江元素有关的名字来命名,班级口号也是与江有关的诗词奋斗目标,让人耳目一新。

2. 校园文化的墙壁文化。大面的墙壁贴着以“江”“水”为元素的手抄报和出彩学生的照片等。

3. 师生共建的长江文化课程及活动实践。中秋诗会,我全程参与了这次活动。诗会要求学生全员参与,吟诵与长江有关的诗篇是规定内容,提倡形式多样。

跟岗正值水稻成熟时节。长江稻作文化课程指向劳动教育,有厚植诚实劳动,开展节俭教育,感知粮食安全意义。我有幸参加了二年级的研学活动,孩子们在挖红薯、做黄桥烧饼、观红色影片等实践中体验了劳动的不易,接受了红色传统教育,获得了成长的滋养。

4. 具有长江气象的源流课堂(四个板块):蓄势、激荡、沉淀、奔涌。

二、校园文化的沉淀与思考

1. 学校内涵的发展是校园文化的“根”。通过此次跟岗学习我认识到,校园文化不应是几个金句的堆砌,也不是几句高调时髦的口号,更不是一种空洞的装饰,它贯穿于学校教育、课堂教学、学生管理、师生成长等方面。

2. 校园文化建设需要在传承中持续奋斗。继任校长要清楚校园文化的理论内涵和文化渊源。然后通过传承、重构、创新,才能一以贯之持续构建校园文化体系,才有可能把它做大做强,凸显出校园文化的个性和特色。

3. 校园文化建设需要校长和班子成员做好顶层设计。要充分论证,确定校园文化的主题,界定校园文化的核心内涵,明晰校园文化的构建路径、终极育人目标等。

4. 校园文化建设需要广大教师和学生一起构建。在科学的校

园文化建设顶层设计下,校园文化建设需要校领导积极引导广大教师和学生一起构建,落在每一节课上,落在每一个活动中。在实践中,以生为本,引导孩子们参与、提高、享受、出彩,成长。

两个月的跟岗学习,我们发现扬子江小学主题文化和办学理念不是空洞的存在,它存在于源流课堂的环节之中,存在于小组合作汇报“让每个孩子都出彩”的发言之中,存在于校园趣味运动会每人至少2个项目的参与中,存在于出场秀表演活动中每班参演必须有全班合唱的良苦用心中……让我们真实感受到学校校园文化内涵丰富、个性鲜明富有特色。

海纳百川,取则行远。咸阳淳化县城关小学将在借鉴中圆融,在传承中创新。赓续红色血脉,吸纳小城小百年深厚的人文滋养,精心培育我们的“成”文化办学特色,引领学校不断提升,努力使城小成为有温度有内涵有幸福感的师生共同的精神家园。

乐艺风采

音乐伴我成长

□刘宝锋

上中学时,学校在距家五六里的集镇,到初三时我们村仍坚持上学的只剩下我一人,晚自习要到十点多才下。与同学在大路分手后还要走一段五百多米的乡间小道才能到家,中间还有一段没有人家,特别是在冬季,伸手不见五指,加之那些不知名的动物的叫声,凭空增添了几分阴森恐怖。与同学分手后,为了壮胆,我一遍又一遍地吼着20世纪80年代流行的歌曲或电视剧主题曲:《歌唱祖国》《十五的月亮》《篱笆女人》《好人一生平安》……我反复地唱,在我的身后留下了一串串歌声,虽然旋律不是那么准确,音高、时值也一塌糊涂,但至少那时心中的胆怯一扫而光,不再去想那些恐怖的画面,昂起头,迈开腿,大步向前。

考入师范后,学校开设了音乐课,主要以讲授乐理知识为主,偶尔老师也教唱几曲,大多是儿童歌曲。那些爱好音乐的同学们自个儿玩起了口琴、竹笛、洞箫。我也请有经验的舍友为我选购了一支竖笛。一到放学我就跟着他们在宿舍吹起来。舍友不时在指法、气息上指导我,一首首曲子被我

们演绎着。情到浓时,我们会用笛子伴奏来一次小合唱,或用尽寝室所有乐器来一次合奏,或来一次笛子合奏。音色浑厚柔和、清新圆润、高亢明亮的笛子,配合敦厚朴实的洞箫,确实是让人回味无穷的视听享受,给我们枯燥的生活增添了不少乐趣。后来,学校成立了器乐队,我也厚着脸皮报名参加了竖笛演奏班,可直到毕业也没有上台表演的机会。但那时,我欣赏到了《姑苏行》《春到湘江》《喜相逢》《牧笛》《小放牛》《牧民新歌》等竹笛名曲,禁不住将自己融入那欢快的情境中。

毕业后,我被分配到偏僻小镇,放学后,学校就只剩下我独守空楼,孤独寂寞陪伴着我。为了打发时间,我拿起笛子呜呜咽咽地吹起来。在一位很有功底的同事帮助下,我又学起了弹电子琴、拉二胡。为了学习二胡,我专门花四百多元买了一把,还配了学习资料和光碟。在那时,四百多元相当于两个月的工资。我沉醉在华彦钧的《二泉映月》中,在这忧伤而又意境深邃的乐曲中,去体会阿炳对生活的热爱和憧憬:二胡曲《赛马》展现了赛马

时那种万马奔腾的壮观场面;《良宵》轻盈柔和、欢乐和激情触碰着我的心弦……从此,我的生活充满了阳光,一放学,空荡荡的教学楼里充满着欢快的音乐声。

从教以来,我一直教授小学语文,只要课文中涉及音乐,我都会和孩子们一起欣赏《高山流水》《渔舟唱晚》《春江花月夜》《十面埋伏》……钢琴曲《梦中的婚礼》《致爱丽丝》《月光曲》……从孩子们的眼神中我看到了专注、兴奋和激动,随着对课文内容的理解,阅历的丰富,知识的增加,他们一定会融入那一个个感人至深的故事中,融入音乐的灵魂中,体会到音乐所要表达的情感。音乐陶冶着我们的情操,使我和孩子们的生活丰富而多彩。

而立之年,生活琐事压得我喘不过气来,而我又是个不善交际的人,闲时,把口琴、笛子、二胡全都



摆弄一遍。抬头望望窗外,天竟然格外的蓝,枝头的鸟鸣也不再那么刺耳,不再令人心烦。走出那令人窒息的四堵墙活动活动筋骨,呼吸新鲜空气,顿时觉得轻松了许多。

音乐成了我的精神寄托,我的生活离不开音乐。

在人生的旅途所幸有音乐为伴,它陪我走过孤独、坎坷的道路,使我浮躁的心变得淡定,音乐开启我的智慧,催人奋进。

师恩

曾经,我是村子里出了名的调皮蛋。直至跨进学堂,遇见我的启蒙老师向长云,她是我那所民办小学中最年轻的老师,却是出了名的严师。我很快就领教了她的“严”。

那时,我像一头从野外入笼的小兽,还不怎么愿被课堂里的规矩所约束,频频生出事端。第一周的一个下午,上课铃响起,我竟从后面一把逮住前脚已跨进教室门槛的同桌王斌的衣领,往后一使劲,让他仰面倒地,“哇”地大叫起来。我正幸灾乐祸,随后赶来上课的向老师,一边伸手扶起王斌,一边对我斥责:“给我站着。”我在她凶巴巴的目光下,暗暗伸伸舌头乖乖站在教室门口直到下课。“先向王斌赔礼道歉。”在办公室,她严厉地命令道。我只得低头向王斌认错。“今天啊,万一王斌摔伤了,你负得起责吗?!以后,不许再随便搞恶作剧啦,记住了没?”她严厉的语气里,多了份叮嘱,“要善待同学嘛。”“嗯。”我点头应诺。

又过了段时日,慑于她的严管,我慢慢变得规矩了些。可是那天,又闹事了。班里的刘艳穿了一件漂亮的花裙子,据说是从大城市回来探亲的大姨多带来的。瞧着刘艳那洋洋自得的样子,我忍不住哼了声:“臭美,炫耀个啥?”刘艳红了脸,但嘴里硬邦邦地顶了句:“就比你那补丁衣服好看。”我感觉自尊被伤害,一下掏出小刀,冲上去朝刘艳的裙子一阵乱戳,刘艳呜呜哭着跑向教师办公室。一会儿,向老师带着刘艳冲冲过来,手里还拎着根教鞭。“啪啪……”她用教鞭在我手板上狠狠抽了两下,在我差点蹦起来,“你把人家的新裙子戳坏了,看你咋赔得起?!”她余怒未消盯着我吼道。我一边捂着发疼的手板,一边心里打起了鼓:若是刘艳家长硬要我赔,脾气暴躁的父亲知道了不把我打死才怪。“你呀,总那么爱乱来,尽惹事。”她语气缓和了些,“记住,再甬乱



启蒙老师

□向亚平

出手啦。”我又一次点头应诺。后来,工资本不多的她为我掏钱,将刘艳的裙子拿去乡里手艺最好的张裁缝那里作了处理,才平息了风波。我在心底暗暗感激她。

她之严,对我是一种震慑,亦是一种教育。

经历几次教训,我渐渐变得待人温和起来,变得遵规守纪起来。此后,她以一贯的严,还有爱,慢慢将我引入学习的殿堂。上课时,她常叫我起来回答问题,答对了当众夸奖;答错了当众鼓励。我的每次作业,她都批改得特别认真,要求也特别严格:字迹稍微潦草了,就得重写;做错的题,必须到她面前改正。她还不时在中午放学后不让我回家,留在她学校的宿舍里,和她一起吃饭。其间,她对我循循善诱,教我如何做一个人讲文明懂规矩且勤学好上进的好学生。我颇受教益。我身上的顽劣气渐渐消退后,将精力转移到学习上。我的成绩突飞猛进,从中等跃入前十名,直至后来,长期保持第一名。我是那一届考进区重点中学的几名中学生中分数最高的,我给向老师争了光。

许多年后,我漫步于公园,看见工人在用一把大剪刀精心修剪一棵棵万年青:将那些繁茂的枝叶剪去,修成宝塔式的好看模样,供人观赏。我百感交集:当年,向老师用一把无形的剪刀,将我最终修剪成她期望且欣赏的样子……