

漯河五高

打造特色德育品牌 促进学生健康成长

2023年,漯河五高全面落实立德树人根本任务,深入推进全员育人导师制的实施,健全考核评价体系,努力实现德育工作有抓手、能实施、可评价的目标,引导学生树立坚定的理想信念,促进学生全面发展 and 健康成长。

培育特色品牌,构建德育课程体系。该校对德育课程进行系统规划,如高一年级的“集体、适应、养成”、高二年级的“自主、自觉、成长”、高三年级的“拼搏、成人、成才”。该校还打造“52325”德育工作特色品牌,分别是“五个仪式”,即入学仪式、入团仪式、升旗仪式、成人仪式、毕业仪式;“两个主题教育月”,即文明礼貌月、师生规范月;

“三个课程”,即精品班会课、主题团课、社团展示课;“两个实践”,即春节社会实践和暑期社会实践;“五个节会”,即体育艺术节、学科节、科技节、读书节、班主任节。

做好人文关怀,加强心理疏导。该校全力资助家庭困难学生,对特异体质学生进行特殊照顾,坚持动情、明理、导行的基本准则,用“三心”(爱心、信心、耐心)、“两信”(信任、信用)引导学困生增强认识、提高觉悟。在全校范围内开设心理健康教育课和职业生涯规划课,开展全员心理健康筛查,建立特异体质学生健康档案,构建学校、年级、班级、教师的四级心理健康预警和帮扶机制。

拓宽德育路径,健全协同育人制度。该校依托青年业余党校、学生社团、家长学校、新时代文明实践站等阵地,实现家、校、社协同育人。开展家庭教育讲堂、“清廉文化进校园”等活动,组织师生到白庙社区开展义写春联、关爱未成年人、弘扬传统文化、帮扶困难群众等一系列活动。

以量化评分促进自我约束。该校出台相关制度,把学生的日常行为规范细化成具体准则,进行量化评分,促进优良班风的形成。

强化行为监督。通过闭环管理,学校对学生、教师、年级进行全方位的管理和考评,确保校园安全时时有人管、事事有

人管,筑牢了校园安全防线。

在创新德育制度的基础上,该校还通过实施德育课程一体化充分发挥文化浸润功能,发挥实践育人功效,推动德育一体化落地落实;聚焦家校协同育人,构建了纵向衔接、横向贯通的大德育工作体系。

近年来,该校先后获得全国心理辅导特色学校、省文明校园、省德育工作先进集体、省文化建设先进单位、市劳动教育特色学校等荣誉。在首届河南省中小学德育创新展示活动中,该校教师何明会展示的《学校德育创新案例〈以德为本 纪纲为序〉》获中学组一等奖。

张运良

教育监督热线

13303958277 13503959800

微信公众平台



- ◆政策信息
- ◆教育视窗
- ◆投诉建议
- ◆违规举报



习作园地

舌尖上的年味

■市实验小学西校区

赵星宇

我爱吃饺子。

白色带花的瓷碗里装满了圆嘟嘟的“小元宝”。透过薄薄的饺子皮,里面那美味的猪肉大葱馅料隐约可见,单看着就是一种享受了。妈妈把冒着热气的饺子端上桌,饺子那独有的香气立马把我馋得直咽口水。我拿起筷子夹起一个饺子,往妈妈调好的酱汁里一

蘸,整个放到嘴里,软嫩的口感加上猪肉大葱的香醇,真是美味极了。

当然不只是饺子,还有寓意年年有余的红烧大鲤鱼、寓意幸福美满的“全家福”、寓意发财的枣花馒头……饭桌上,老人讲着故事,大人聊着天,小孩儿吃着美食。我认为最好的年味,就是舌尖上的年味。

指导老师:华琳

幸福是什么

■市实验小学六(4)班

何思源

幸福是什么?它仿佛十分神秘,但只要用心感受生活,幸福终会汇成江河湖海,奔流不息。

幸福,是在书的世界尽情遨游。

指尖轻轻滑过泛黄的书页,墨香氤氲入鼻。跟随李白的脚步,我领略了“呼儿将出换美酒,与儿同销万古愁”的豪迈;寻觅王维的足迹,我望见了“大漠孤烟直,长河落日圆”的边塞风光;仰视杜甫的背影,我体会到“安得广厦千万间,大庇天下寒士俱欢颜”中的家国情怀。在书的世界中,情感得以释放、知识得以丰富。每每捧起书本细细品味,我便幸福不已。

幸福,是饱览祖国的大好河山。

泰山日出,金黄夺目,宏伟壮观,使我内心无比震撼。当看到红日穿过层层变换的云雾,在空中闪烁出耀眼的光芒,喜悦之情便油然而生。三亚海边,朵朵清凉的浪花拍打金黄的沙滩,将可爱的贝壳揽入怀抱,海鸥乘着咸咸的海风在空中尽情飞翔,洁白的羽翼不时划过海浪。万里长城如一条巨龙盘旋于翠绿的崇山峻岭之上,一砖一瓦仿佛都在向我倾诉着劳动人民的智慧。

“读万卷书,行万里路。”幸福是什么,我想我已有了答案——它藏于书籍、旅行及平凡的生活里,每每忆起,我便幸福不已。

指导老师:郭普

那一刻,我的心“怦怦”跳

■许慎中学五(7)班

李书乐

今年暑假,妈妈带着我到宝泉崖天下景区游玩。

站在山脚下抬头仰望,架在悬崖峭壁的玻璃栈道好似在云中盘旋,若隐若现,上面的人像一个个小黑点在来回晃动,看得我心底发颤,但依然想要挑战一下。

大山里的空气十分清新,让人心旷神怡。我们沿着蜿蜒的山路来到了玻璃栈道前。和妈妈穿好鞋套走上玻璃栈道,我很兴奋也很害怕。往下望去,山下的人变成了小黑点,越往下看越感到眩晕。我边走边担心万一玻璃碎了,或是一阵大风把我吹走了怎么办?我的双腿渐渐

沉重,心跳加快,呼吸急促。我扭头看身边的人,他们有的害怕得大声尖叫,有的双手紧紧抓住护栏不敢动弹,也有的人胆子很大,稳步向前走着。

“不要往下看,抬头向前看。一直走就行了,不会掉下去的。”妈妈在一旁鼓励我。于是,我深深吸了口气,颤颤巍巍地向前挪步,心跳逐渐平稳。我继续放松心情,勇敢地向前走着。一阵风吹来,我感觉玻璃栈道好像在微微晃动,刹那间,我的心跳再次加快。我站稳脚步,平复心情,慢慢向前走,感觉过了很久我才走完了玻璃栈道,忐忑的心情久久不能平静。

指导老师:郭艳艳

给妈妈的一封信

■郾城实验小学四(10)班

许硕

亲爱的妈妈:

岁月如梭,韶光易逝。转眼间,我已经十岁了。十年来,您用无私的爱呵护我、陪伴我。我有太多感激的话想对您说,今天我就用书信的形式来诉说吧。

妈妈,在生活中您无微不至地关怀我。那天下着瓢泼大雨,我得了流感,吃饭味如嚼蜡,身体也软绵绵的,心烦意乱地躺在床上。您走进房间,温柔地问我想要吃什么。我忽然想到了新玛特旁边的炒板栗,立马两眼放光,脱口而出。您二话没说,扭头就出去了。不知过了多久,您回来了,雨伞“啪嗒啪嗒”地在滴水。您从怀里掏出那袋板栗,热热的、香香的。泪水一下就充满了我的眼眶,嗓子也哽咽了。谢谢您,妈妈。

妈妈,在学习中您更是耐

心陪伴我。已经不记得有多少个夜晚,您在书桌前辅导我写作业。记得那是雪花飘舞的夜晚,我在写数学作业时遇到了“拦路虎”。我绞尽脑汁也不得其解,急得抓耳挠腮。您认真读了题目后慢慢引导我思考。在您的点拨下,我终于找到了解题的方法。带着小小的成就感,我回卧室甜甜地入睡了。第二天早上,我在书桌上看见了一张便利贴,上面写着“宝贝,遇到困难莫着急,办法总比困难多。加油!”简短的两行字瞬间温暖了我的心。谢谢您,妈妈,我的进步离不开您的鼓励。

亲爱的妈妈,我想对您说的话太多太多,千言万语凝聚成一句话:“妈妈,谢谢您,我永远爱您!”

祝身体健康,事事顺心!

您的女儿:许硕

2023年12月14日

指导老师:梁丽辉



市实验小学供图



父母感悟

耕种一亩心田

■安小悠

孩子升入小学四年级后,我几乎每天都处在焦虑中,脾气变得格外暴躁,把原本温馨的小家变成了硝烟弥漫的战场,家人对我也是小心翼翼,唯恐一不小心我就会发脾气。

前天,老师在微信上跟我说,孩子这学期不如以前阳光自信,让我在家多鼓励他。那一刻我才意识到,是我的焦虑、暴躁、打击伤害了他。

那个上午,我放下所有工作给孩子写了一封长信。提笔前,我想起了周杰伦《稻香》里的歌词:“功成名就不是目的,让自己快乐才有意义。”在孩子入学前我还信誓旦旦地说过,要让他做最快乐的孩子。可我什么时候变了呢?

在信里,我诚恳地向孩子道歉,下决心要做回从前那个温柔的妈妈。我告诉他,每个人的心都是一亩田地,你要在心田种草、种花,快乐是最好的养料。每天只要有一件开心的事,学到了新知识、交了新朋友、看到一朵漂亮的云……都值得开心。你照顾好自己心田,它就能为你开一朵花,总有一天你的快乐会让你的心田变成芬芳的花园。



我还告诉他,以后我不再逼迫他做额外的功课,他可以看喜欢的书、练习魔术、踢最爱的足球,可以尝试自己感兴趣的事……写到这里时,我才发现原来他是一个如此多才多艺的少年。我还想送他一个新本子,他可以在上面记录开心的事,也可以在上面吐槽,还可以写自己的愿望。如果不想写字,画画也行。我相信这个普通的本子,会因为他的涂鸦和书写变成世界上最特别的本子。

信的最后,我最想说的一句话是:“在妈妈内心深处,你是最棒的儿子!”

梁晓声的《人世间》里有句话:“孩子若是平凡之辈,那就承欢膝下;若是出类拔萃,那就让其展翅高飞。接受孩子的平庸,就像孩子从来没有要求父母一定要多么优秀一样。”那晚他看完信后,湿润的眼睛里带着些许怀疑:“妈妈,你常教育我要说话算话,我希望你也能说到做到!”我伸出右手,他也伸出右手,“啪”,击掌为誓,绝不出尔反尔。

我改变了自己,不再因为外界干扰而徒增焦虑,按照原定的计划,一步一个脚印地走,不贪多、不冒进、不攀比。我的心境因此也变得愈加平和,就像春风拂过原野,小草探出了头,花也含苞待放,蝴蝶已经在飞来的路上。当天晚上,我在朋友圈更新了一句话:放下焦虑,停止内卷,种好自己的心田。



一月十六日,郾城小学开展了年度优秀社团展评活动。赵维敏 摄



一月十五日,漯河四高举行“妙笔生花送祥瑞”写春联、送祝福活动。曲寒霖 摄

做好心理疏导 健康轻松应考

针对此类学生,教师应该尤其重视其心理健康教育。笔者认为,可以从以下几个方面实施:

帮助学生克服自卑心理,树立“我的智商不比别人差”的信心。告诉他们:“自信是取得胜利的重要力量。有了自信心,就会觉得学习也不会那么难了。同时,要提高心理承受能力。偶尔跌倒不可怕,爬起来,赶上去,一样能跟上同学们前进的步伐。面对困难、挫折和激烈的竞争,只有自强不息、攻坚克难,才能获得成功。”

与学生加强情感沟通,以正向情感体验带动他的学习热情。对性情孤僻又不求上进的学生,教师可以鼓励他大胆与人交往,融入集体,培养其健康、活泼、开朗

的性格。在正向情绪的感召下,逐步培养他们的学习兴趣。同时,批评要适度,尽量给予他们鼓励与表扬。要教给他们调整情绪的方法,使他们尽快摆脱不良心境的影响。

要求学生树立明确合理的目标,正确对待取得的成绩。考前,教师要让学生有一个恰当的目标。如果目标定得过高,学生就会困难以达到目标而增加考试焦虑;如果目标定得太低,就会影响其潜能的发挥。所以,学生在树立目标时最好与自己前期成绩作比较,看是否有进步。

引导学生掌握放松技巧,快乐学习。每个人都有自己的烦心事,但是要懂得放下它,轻松地面对。有意识地转移注意力是减轻心理压力的有效途径。当学生处于

压力过大的状态时,教师要帮助他们转移注意力。比如,想一想让自己开心的事,抬头看一看窗外,喝一袋牛奶,吃一个水果,等等。这些都是好办法。几分钟之后再回来,头脑可能就清醒了,困扰已久的问题也就有了解决思路。

要教导学生学会倾诉和交流。备考期间也是学生人际交往矛盾多发的时期,所以学生尤其要在这段时间里与周围的人维持较为和谐、稳定的关系。只有这样,才能保持健康、积极向上的心态。如果学生在备考期间产生了人际关系方面的问题,教师要引导学生与同学和朋友积极沟通交流,向家人倾诉。无论开心还是焦虑,把这些情绪分享给身边人,会给自己带来积极的心理体验。