

心有阳光 一路芬芳

峨眉文旅综合高中扎实开展心理健康教育

■ 记者 张波 文/图

“我特别喜欢学校的心理咨询室,可以躺下按摩听音乐,可以玩玩沙盘,身心得到放松和舒缓,休息后感觉自己学习动力更足了。”日前,峨眉文旅综合高中普高部高一6班学生曾帅对记者说。

近年来,峨眉文旅综合高中坚持把学生心理健康作为学校守护青少年健康成长的“必答题”,全员、全过程、全方位为学生全面发展和健康成长保驾护航。前不久,该校成功创建为2023年乐山市中小学心理健康教育特色学校。

不断夯实基础 推进心育工作制度化

心理沙盘、音乐放松椅……走进该校心理咨询室,专门的减压设备、功能齐全的心理空间,令人感到温馨舒适。在这里,学生们根据自己的需要,选择不同的心理活动释放压力、调节情绪、放松心情,预防情绪“堵”。

为学子们心里注入阳光的心理咨询室,是该校扎实推进心理健康教育工作的缩影。

近年来,峨眉文旅高中及时发布《心理健康教育三年发展规划》,成立了以校长为“组长”的心理健康教育领导小组,明确各小组和部门的职责,逐渐完善了心理健康工作制度,同时,建立

心理危机预警与干预机制,及时了解学生的心理状况;充分发挥考核“指挥棒”的导向、激励、监督作用,建立心理健康教育考核评价机制,确保心理健康教育工作高效有序运行。

为学生心理健康教育提供科学的场所,2022年,学校投入10余万元,建立心理咨询室,配备了心理筛查软件系统、音乐治疗椅、沙盘、心理图书等设施设备。此外,学校还专门为学生建设了情绪宣泄室,在醒目位置设置心理健康知识专栏,悬挂心理信箱,设置心理热线,从而即时“梳”通情绪,帮助学生解决心理困惑和难题。

建强人才队伍 提升心理服务水平

专业的心理健康工作队伍能够提供科学、有效的心理咨询和辅导,近年来,峨眉文旅高中充分发挥心理专职教师的带动作用、兼职教师的中坚力量、各班班主任的渗透作用,形成协同协作、同向奔赴的心理育人合力。学校现有2名专职心理老师,45名兼职心理健康教师(含班主任)。

同时,学校强化专兼职队伍

培训,提升心理服务水平。积极组织专兼职心理工作队伍以及安保、宿管人员,参加理论学习和心理健康教育公开课、心育经验交流等各级各类心理健康教育的培训、督导,持续提升专兼职心理工作队伍心理工作水平。2022年至今,已开展专题培训10余场,共计1000余人次参训,为构建安全、健康、和谐的校园环境提供有



峨眉文旅综合高中

力保障。由各班主任组成的兼职心理健康教师牵头,组织任课教师,

定期召开碰头会,分析研究重点高危学生的思想状况、心理状况,为高危学生建立心理健康档案,

准确把握学生心理健康状况,以便有针对性地开展心育工作,增强心育工作时实效。

携手助力心育 形成育人合力

4月22日,该校心理教师龚海燕走进高一3班,以《揭开情绪的面纱嫉妒这件事》为题,根据学生的心理发展特点和相关的心理学理论为依据,精心设计了教学环节,注重引导学生进行积极心理体验和自我探索,以饱满的精神状态和专业的心理健康教育素养、精湛的教学技能,呈现了一场别开生面的课堂教学,展现了心理课堂的动心、走心、养心的独特魅力。

近年来,学校针对中学生心理健康特点,充分调动每位教师参与心理健康课程的积极性,由专职心理教师授课《升学与生涯规划》,由班主任教师教授德育课程,科任教师将心理健康教育有机渗透到学科教学中,形成全员育人。共同围绕自我情绪调控、受挫能力、学习习惯与学习方法、交际心理、安全与道德、职业规划等不同的主题,精心组织,梯度呈现丰富多彩的心理

健康教育,提高全体学生的心理健康意识和素养。

学校每学期组织召开各年级家长会,并通过家访、电话、微信等多种途径,及时反馈学生在校的情况。同时邀请专家学者来校讲座,进一步织密关注、关心、关爱学生心理防护网,逐步形成了学校、家庭、社会共同关注、共同参与、共同促进学生心理健康成长的良好氛围。

教育培训事业部总监:黄培
新闻热线:13308138586
邮箱:lsrbjiaoyu@163.com(日报)

校园快递

乐山市草堂高中

开展春季研学活动

本报讯(草堂宣)近日,乐山市草堂高中组织全体高一、高二同学赴峨眉山研学营地开展了以“品读峨眉人文 探秘世界双遗”为主题的2024年草堂高中“珍爱教育”之春季研学活动。

同学们到达峨眉山研学营地,随即举行开营仪式。仪式上,峨眉武术传人为大家献上了精彩的武术表演。表演结束后,开始了研学的第一课——跟随专业峨眉武术教练,学习武术礼仪和拳法套路。同学们在教练带领下,一招一式打出自己的风采,感悟到了峨眉武术传承千年之久的尚武精神。峨眉武术学习结束后,各班在研学导师的带领下,分别前往报国寺、伏虎寺外布金林、峨眉山博物馆和研学营地户外拓展区,开始了全天的研学课程。

乐山市徐家扁小学

科普讲座进校园

本报讯(李雨洁)近日,乐山市徐家扁小学开展了“科学家百人千场进校园”科普讲座活动,将一线工作的科学家请进了课堂。本次活动邀请到了曹成全教授为讲座特邀嘉宾。

曹教授主要从事资源昆虫学研究,是四川省昆虫学会副理事长、四川省动物学会常务理事,天台山萤火虫研究院院长,对中国爬沙虫、萤火虫的养殖和开发利用等方面做出了巨大贡献。

本次活动,同学们进一步探索到科学的奇妙世界,充分感悟创新、求实的科学家精神,看到了科技发展带来的巨大改变和无尽的可能。

乐山市实验中学

阅读交流受欢迎

本报讯(任婧)4月22日,“新华文轩名家天府行”活动携手郭姜燕老师来到乐山市实验小学开展阅读交流活动。

郭姜燕老师用生动活泼的语言给孩子们分享了她在乐山发生的趣事,在孩子们一阵阵阵笑声中,郭老师开启了她作品里的童话世界。郭老师在现场与孩子们频繁互动,孩子们在老师的交流中切身感受到写作的乐趣。郭老师引导孩子们发现身边的小细节,将它们记录下来。郭老师现场指导孩子们如何写好童话故事,并邀请同学上台分享自己的童话故事,鼓励孩子们大胆想象,勇于创作。

乐山市更生学校

举办“字典大王”争霸赛

本报讯(赵倩)近日,乐山市更生学校小学部一年级开展了一场精彩的“字典大王”争霸赛。

随着老师一声令下,同学们快速进入比赛状态。比赛过程中,每位同学都利用手中的《新华字典》,全神贯注地查找每一个汉字,不敢有一丝马虎。孩子们认真地检索生字,寻找需要翻阅的页码,指尖在书页中快速飞舞,搭乘着字典的桥梁,初窥语文的门径。

只见孩子们眼睛紧紧盯住要查找的汉字,聚精会神地查找着音节,时而飞速地翻动着字典,时而一笔一画认真地书写音节、页码和词语。小小的字典,是知识的源泉,是无声的老师。学习时遇到字音不明、字形不辨、字义不清的情况,请教一下这位时刻陪伴左右的知识渊博的“老师”,难题就能马上迎刃而解。

孩子们在查字典的过程中,涌现出了许多“小小字典迷”“查字小高手”。此次活动,激发了更多孩子使用字典的兴趣,提高了孩子独立识字的能力。

快乐一点 无限乐山
下载无限乐山APP 掌握乐山最新资讯

完善学科体系 提高解题能力 保持良好心态

——2024年高考历史学科后期复习备考建议

■ 记者 张力

本期嘉宾:
乐山外国语学校历史备课组长陈祥伟



陈祥伟 受访者供图

目前,高考进入最后冲刺阶段。针对高考历史学科的备考策略,在乐山外国语学校历史备课组长陈祥伟看来,师生配合,谦虚谨慎,不骄不躁,稳扎稳打,按照学习规律进行复习,方能水到渠成,斩获佳绩。

缺并完善知识体系。并可以通过回忆的方式,再现知识与学科结构体系。

在回归教材的同时,为了实现

有效提升,针对高频考点并融合部编教材理念的专题提升是十分必要的。“比如‘五史考察’‘四个自信’‘治国理政’‘多元一体’‘交融互惠’

等主题和理念在高考中高频出现,同学们应在老师的指导下,围绕专题进行知识梳理和建构,提高对历史和现实的认知。”陈祥伟介绍。

总结应试技巧 提高解题能力

“高考主张‘无思维,不命题’,高考试题在思维上可视化、可量化,这是高考试题比其他诊断性试题更适合备考的重要原因。”对此,陈祥伟建议同学们高考冲刺阶段的备考务必以高考试题的训练为主,并科学总结解题思路,构建解题模式。

陈祥伟举例解释说,如2021年全国乙卷41题第(2)题:“根据材料并结合所学知识,分别说明《历史》与《史记》产生的历史背景”。本题的解题思路为《历史》成书于古希腊的古典时代,《史记》成书于汉武帝

时期,首先应分析两个地域与时代的“大背景”;其次,这是两本史书,应分析史学领域的背景,可以称之为“中背景”;再次,这是两位历史学家的代表作,还要考虑到两位作者的人生背景,可以称之为“小背景”,以关注到细节处。

“‘大背景—中背景—小背景’‘宏观—微观’,这就是建模解题。而不少学生在分析历史问题的时候,往往仅有宏观,忽视细节,造成感觉良好,得分不高。”陈祥伟指出,同学们在后期复习时,务必注意主

观题解题的多角度、多层次,多角度让答案有广度,多层次让答案有深度。

“得选择题者得天下”,高考历史选择题既强调知识的精准又强调逻辑的严密。陈祥伟建议,大家在高考进入倒计时30天时,以高考试题为主,选择题要每日一练,练出手感,练出悟性,保持状态;主观题要注意书写的规范性,答案点要多、面要广、字要少;开放型试题灵活多样,务必按要答题,阐述要保证逻辑和时序,并有良好的成文效果。

调控情绪波动 保持良好心态

“高考既是考知识、能力和素养,也是考心理心态。与其他高考学科相比,历史学科并不难,从近几年高考来看得分率并不低,同学们要对历史学科考出好成绩充满信心。”陈祥伟表示,信心源于扎实的必备知识,“手中有粮,心里不慌”;

源于教师的引领,“师生搭配,学习不累”;源于对高考这个“对手”的了解,“知己知彼,百战不殆”。然而,历史学科记忆力很强,同学们稍有一段时间的松懈,成绩就会出现波动,因此需要狠抓不懈。

“高考日益临近,紧张与焦虑在

所难免,适度紧张还可能激发出冲刺的动力。同学们要有恒心和耐心,明确复习计划,掌控复习节奏,调整作息时间,加强体育锻炼,保证身体和心理的健康。信心、恒心、耐心‘三心’助力,相信大家高考一定会有所收获。”陈祥伟介绍。

落实必备知识 完善学科体系

“‘树根扎得越深越牢,树才能长得越高越稳’,历史考试也是如此。如果根基不稳,必备知识掌握不扎实,成绩的波动性就会很大。因此,同学们在后期复习中务必回归教材,精准掌握历史时空和阶段特征,完善学科体系,形成点线面全方位覆盖的知识结构,做到‘既见树木,又见森林’。”陈祥伟说。

他建议,同学们应打通“狂练”与“狂背”之间的界限,通过知识掌握的精准化来提高练习的正确率,通过大量练习来查漏补缺

五通桥区: 举行中小小学生合唱比赛

本报讯(记者 张力)近日,五通桥区2024年课后服务成果展示中小小学生合唱比赛决赛在乐山东辰外国语学校举行,来自全区17所进入决赛的学校优秀课后服务合唱社团展开激烈角逐。

本次决赛分为小学组、中学组分别进行。比赛中,各合唱社团成员统一盛装出席,大家精神饱满,伴随着阵阵钢琴伴奏和声,用心用情

演绎《渔歌子》《山童》《声声慢》《早发白帝城》《春夜喜雨》《春晓》《踏雪寻梅》《出塞》等一首首经典诗篇,感受着中华文化的魅力。

据悉,今年是五通桥区举办的第三届中小小学生合唱比赛,本次比赛以“颂华夏诗韵 唱时代赞歌”为主题,展示了全区学校课后服务社团建设成效,积极推动了各该校美育改革发展,促进了学生综合素质的提升。

夹江县: 纸乡书法教研 共享翰墨飘香

本报讯(记者 张力)近日,夹江县2024年春季中小学书法教研活动在夹江一小举行,来自全县中小学生的近40名书法教师参与。

在教学展示环节,夹江一小教师张艺带来了一节《集字练习——天府宝地》毛笔书法技课。她引领学生欣赏夹江风景名胜千佛岩崖壁上的经典书法作品,通过讲解范写“宝”字助学生突破本课难点,让学生分小组研讨分析另外三

个字的结构特点,并借助专家书写“宝”字的视频助力学生学习。其教学设计富有新意,教学素养出色,整个课堂节奏张弛有度,师生互动良好,学生作品效果好。

活动中,大家集中观摩了网络优秀书法课例视频《集字练习——明月松间照》,通过专业书法教师的集字练习课,大家对书法技课的教学设计思路、教学方法,尤其是如何落实技法训练的重难点、切实提

高学生的书写技能有了更清晰而深入的了解。夹江一小教师王林祥作了《重视审美 强化技能——书法课堂教学策略》专题讲座,讲座结合具体的案例分析,内容厚实,让大家获益匪浅。

在教学研讨环节,听课教师代表围绕教学展示课的内容进行积极发言。县书法教研员李雪梅就如何提高学生汉字书写水平、守好书法阵地作了分享。