



关注盐城晚报小记者  
微信公众号了解详情

报名通道

父母要成为孩子成长的能量源

# 盐城市家长学校总校十一月课堂开讲

本报讯(记者 唐承兵)孩子不爱学习、不肯阅读、做作业时磨磨蹭蹭、自觉性不够、成绩差、懒散……这些都是孩子成长过程中非常容易出现的问题。这些问题极易触发家长最敏感的情绪,甚至会让家长陷入焦虑的情绪当中。如何帮助孩子摆脱焦虑,积极地处理问题,11月30日,市家长学校总校十一月课堂开讲,著名儿童青少年心理健康教育专家、华东师范大学心理健康教育与咨询中心特约咨询师陈默,以“远离焦虑,做淡定父母”为主题,作了一次专题辅导。讲座采用线上线下同步直播方式进行,家长在线观看141.4万人次,点赞量51.6万次。

在此次家长课堂中,陈默围绕“远离焦虑,做淡定父母”这个主题,阐述了家庭教育中父母情绪稳定的重要性。针对父母如何自我调整,选择正确的价值取向,提出了切实有效的建议。陈默认为,孩子学习动力不好,很大程度上取决于家长,做个“定海神针”型的爸爸妈妈,给孩子的学习和成长营造良好的环境,是值得每个

父母去努力的事情;不要用成年人的目标和标准来度量孩子,要多感受孩子的思想;确立正确的育儿观,给孩子提供成长能量;陪着孩子做作业的时候,不要去当老师或者监工。回家之后,孩子只需要陪着他、理解他、关心他的爸爸妈妈。

陈教授介绍,现在家庭教育最大的问题就是焦虑,高焦虑的孩子就会有高竞争感,但不代表会有高竞争力。如果孩子没有阳光心态,没有积极的进取意识和抗挫折能力,在遇到问题时就会自我否定,畏缩不前,焦虑迷失自我。陈默用理论与实践相结合的方法向家长们传授在教育孩子的过程中应该注意的事项和教育方法,让孩子们意识到父母的淡定心态对孩子的心理成长影响重大,父母作为孩子

的第一任老师,只有调整好自己的心态、明确自己的角色功能、不断自我成长,才能持续为孩子保驾护航,使孩子获得更多的能量,父母应该成为孩子成长的能量源。

讲座结束后,陈默和家长们现场还



陈默老师在上课。

进行了互动,就家长提出的如何帮助孩子度过叛逆期、孩子边写作业边听音乐可取不可取、孩子平时死不认错怎么办等问题进行了解答,并给出了可行性方案和指导意见,家长们也是收获满满,满意而归。

人物链接:陈默老师,从事心理健康教育和儿童、青少年心理咨询工作

已有三十余年,她综合运用预防法、诊断矫正各类学生学习障碍和心理障碍,积累了上万人的个案咨询记录;深入家庭内部以平衡家庭结构,改善夫妻关系,调适学生人格,为儿童、青少年、职场人士等各类心理问题提供专业性的帮助支持,积累了丰富的经验。她应邀来盐城也作过多次专题辅导。

## 溧阳蒋亚芳名班主任工作室 来滨海实小推进校际交流

本报讯(王彤 王会)为进一步深化南北教育结对共建工作,充分发挥名班主任的影响力和辐射力,努力打造一支适应时代要求的智慧型班主任队伍,11月30日上午,溧阳市外国语学校蒋亚芳名班主任工作室团队来到滨海县实验小学人民路校区开展校际交流活动。

本次活动共三个环节,首先由滨海县实验小学人民路校区王治佩老师执教班会课《劳动创造快乐》。王老师聚焦“劳动”,用生活中发现的真问题为抓手,充分肯定每一个孩子的想法。第二节是溧阳市外国语学校老师夏晓梅执教班会课《劳动焕彩 梦想扬帆》。夏老师的课立足核心素养,实现了有情境、有温度、有深度的教学样态。第二个环节由溧阳市外国语学校蒋亚芳老师作题为《劳动砺心智 实践促成长》的报告,蒋老师为班主任们带来了一场知识的盛宴。第三个环节是蒋亚芳名班主任工作室成员交流会,滨海实小校长陆立海对两位老师的课堂进行点评,工作室成员也积极踊跃发言,分享经验。

教育因携手而相融,发展因互通而共进。本次校际交流活动,促进了教育教学资源的共享和育人智慧的分享,同时也走出一条溧阳·滨海教育高质量发展的特色之路。

## 全国青少年模拟飞行锦标赛 盐都选手踊跃参赛



比赛现场。

本报讯(记者 唐承兵)12月3日,2023年“飞向北京、飞向太空”全国青少年航空航天模型教育竞赛和全国青少年模拟飞行锦标赛盐都预选赛在盐城市科创城小学开赛,来自盐都区18所中小学校的360多名参赛选手,在盐城动力扑翼飞机、弹射滑翔机、遥控电动直升机障碍、第一视角无人竞速赛、无人机足球赛、红牛耐力竞速赛等10项赛事中一决高下。

南师盐城实验学校此次组织了15名中学生参加了技术含量较高的一级橡筋动力飞机、水火箭、模拟器等项目,带队教练提前规划,精心组织,有条不紊地带领学生在室内室外两个赛场之间轮流参赛。作为主场“作战”的科创城小学,发扬了“友谊第一,比赛第二”的体育精神,在比赛人数较多的项目中,主动将时间让给外校学生,成为最后一支比赛结束离场的运动队。

在户外体育操场上,水火箭项目是最热闹的,参赛选手有条不紊地往水火箭中装入适量的水,随后将其固定在发射器上。随着倒计时进行,参赛选手奋力打气,周围学生呐喊欢呼;按下发射器,伴随着一阵响亮的爆破声,现场水花四射,火箭在众人瞩目之下发射出去,现场一片欢呼雀跃。

最神奇的还是飞翼滑翔机项目,一个简单的纸飞机,通过空气原理,就能实现长时间“滑翔”。飞翼滑翔机项目是需要长时间的刻苦训练才能做到悬浮飞行的,但当天的参赛选手个个神情专注,用手或者纸板推着空气,制造上升气流,按照赛道路线,勇毅前行,真是太精彩了。

在这次比赛中,许多学校认真组织、严格训练,既保证了参赛队伍的规模,又保证了参赛项目和比赛质量。最终,科创城小学、东进路小学、楼王小学、吴拾路小学、龙凤小学、腾飞路小学等代表队获得了“优秀组织奖”;南师盐城实验学校、秦南小学、尚庄小学、大冈小学、盐城市高新区实验初中、腾飞路初级中学等代表队获得了“道德风尚奖”。

## 我市七个“双减”案例成为省级典型

本报讯(记者 倪静)教育是国之大计、党之大计。2021年,中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》,在教育领域引发深层次变革。“双减”政策实施,我市做好科学教育加法、信息技术赋能监管。今年上半年,我市已有七个典型案例入选省“双减”工作每日快报,这充分肯定了我们在“双减”和中小学科学教育工作上取得的积极进展和特色亮点。

“双减”工作开展以来,我市各地教育部门加快构建优质均衡的基本公共教育服务体系;中小学校因地制宜构建高质量的作业管理和课后服务体系;校外培训机构特别是学科类机构把“合法办学、规范经营”作为持续健康发展的生命线;学生家长切实履行家庭教育主体责任,让家庭成为滋养孩子健康成长的沃土。

今年上半年,我市入选的七个省“双减”工作典型案例分别是:建湖县教育局立足源头治理,实施“1234”策略强化学校责任,不断夯实校外培训治理成果,推进“双减”工作落地见效;滨海县为进一步巩固校外培训机构治理成效,积极创建学校网格化治理模式,不断推进“双减”工作走深走实;新都路小学将传统文化教育融入作业设计,经过近两年探索,以“古为源泉以润铸——今为枝蔓以延续——明为沃土以丰厚”为作业设计脉络,创塑“小小文化传承人”特色作业品牌,帮助学生培养文化自信;建



新都路小学的学生在上陶艺课。

湖县教育局始终将劳动教育融入立德树人全过程,依托“一套方案、两处基地、三条路径、四个走进”让劳动教育回归本源,推动学生核心素养持续提升,促进“双减”工作提质增效;射阳县“双减”工作联席会议办公室把校外托管专项治理作为2023年度督查工作重点,深入推进相关治理工作;亭湖区构建全链条课后服务体系,助推高品质区域教育发展;东台市洋镇中学建构科学教育“三级课程体系”,形成“基地有科学文化,课堂有科学实践,课后有科学活动”立体式科学教育形态,努力探索出一条适合农村学校实际的科学教育新路子。

胸怀“国之大者”,回应“民之所

盼”,盐城教育以新使命谋划教育发展,以新举措落实根本任务,以新姿态激发内生动力,坚持校内校外系统推进、同向发力,注重纵向联合、上下联动,加速基础教育生态持续向好,遏制校外培训乱象,描绘出一幅减负惠民、暖心润心的动人画卷,形成了多项走在前、做示范的典型经验。

在“双减”工作取得成绩的同时,盐城教育将在提升校内教育教学上谱写新篇章,在深化教育综合改革上闯出新路子,在推进数字教育战略上彰显新担当,在加强社会宣传引导上开拓新局面,加强政策宣讲解读,凝聚家校社协同育人的合力,并引导培训机构做好学校教育的有益补充。

## 迎宾路小学

### 学生走进“田间课堂”感受劳动乐趣

□杨三明 倪同岭 记者 倪静

走进盐城市迎宾路小学的校内蔬菜园,学生在各班老师的指导下认识幼苗,了解各类蔬菜的生长周期和培育方法。教师们带领学生深入“田间课堂”,开垦、松土、播种、施肥……挥洒汗水,绽放笑容,沉浸式课堂为学生们解锁了劳动的快乐。本学期,盐城市迎宾路小学的系列劳动教育实践活动,校内校外齐联动,让劳动成为孩子们学习生活日常。

#### 在实践中体会父母辛苦

劳动是成长的必修课,如何上好这节课,盐城市迎宾路小学交出了满意的答卷。该校立足学校教学特色与实际,坚持教育同生产劳动和社会实践相结合,打造劳动教育实践基地,不断挖掘各学科课程蕴藏的劳动元素,搭建科学知识与实践的平台,鼓励同学们亲自动手,亲身实践,让劳动教育“实”起来、“活”起来。

劳动从身边小事做起,自己的衣服自己洗。通过召开主题班会,每一个学生都能熟悉洗衣的步骤,并且用一周时间,老师指导学生分类清洗自己和家人的衣物,从筒到繁,由扶到放,孩子们学得认真,洗得专心。看,他们一个个弯下腰,认真地清洗着脏衣服,先把洗衣液倒在水盆里,来来回回地搓洗,一遍遍漂洗干净泡沫……在这次洗衣

服的劳动实践活动中,迎宾路小学的孩子体会到父母在工作之余照顾家庭的辛苦。

#### 走进田野弘扬劳动精神

夏天的时候,学校组织学生参加插秧活动,带孩子们体验农事乐趣。同学们按照老师的指导进行劳作,送苗的、插秧的,分工明确,各司其职。田间地垄,到处是学生辛勤劳作的身影,烈日炎炎,却丝毫没有减弱孩子们劳动的热情。学生不仅学到了实用的农业技能,更深刻体会到了农民劳作的辛苦。每一棵秧苗都承载着孩子们的梦想,他们将包裹着泥土的秧苗,小心翼翼地插在田地里,呵护着幼苗,享受劳动乐趣,期待丰收。六年级学生孙子乔说:“这样的活动意义非凡,劳动的艰辛与光荣激励着我们每一位学生,我们在实践中提升了动手能力,增加了生活常识,更增强了珍惜粮食的意识。”

到了收获的季节,迎宾路小学的师生们又来到田野,同学们走下田埂,通过看一看、闻一闻、摸一摸的方式,用各种感官去探索和感受稻谷。“大家割的时候先用手抓住稻谷上方,离得稍微远一些,用小镰刀轻轻一拉就能把水稻割下来了……”现场,老师们手把手指导学生割稻谷。活动刚开始,孩子们就已做得有模有样,有的俯身弯腰收割稻谷,有的负责运送稻谷,不一会儿,一张

张小脸上沁出汗珠。还有的孩子低着头,弯着腰,在已收割的稻田里寻找掉落在田里的稻穗。当他们拾到一颗颗遗落在田里的稻穗时,就像找到宝贝一样。他们用自己的方式与大自然交流着、感受着。他们又在农民伯伯的指导下有条不紊地打起稻谷来,这是一个全新的体验,用传统的方式打谷子,对于孩子们来说是一件新鲜事。

#### 以劳健身回归教育本真

“和老师、同学一起快乐劳作,在校园丰收节上品尝到自己的劳动果实,这真是太有意思了。”五年级陈浩源同学在蔬菜园劳作完后,一边清洗手上的泥巴一边由衷地说道。校内劳动基地的建立,进一步点燃了学生的劳动热情,提升了学生的农耕知识和技能,完善了学校劳动教育课程体系,为实现“以劳树德,以劳增智,以劳强体,以劳育美”的劳动教育目标打下坚实基础。

“学校进行丰富多彩的劳动教育活动,涵盖德、智、体、美、劳等领域,学校把课堂延伸到田间地头,通过收稻谷、打谷子、拾稻穗、晒谷子等农事体验,培养学生的动手实践能力和吃苦耐劳的品质,增强学生珍惜粮食的节约意识。”校长邵建国介绍,迎宾路小学在“双减”背景下强化立德树人思想,以劳健身,将劳动教育从课本回归生活,回归教育本真。

## 建湖公安

### 开展全国交通安全日宣传



活动现场。

本报讯(商冬荣 孙倩)2023年12月2日,是第十二个“全国交通安全日”,今年的宣传主题是“文明交通 你我同行”。为切实提高群众交通安全意识,有效预防道路交通事故,建湖县公安局交巡警大队结合冬季交通安全实际,组织开展主题宣传活动。这一场别开生面的交通安全宣传活动吸引了不少市民参加。

“妈妈,这个警察小熊真漂亮,快帮我答题参加活动!”活动现场,采用互动体验、打卡集章等方式进行,吸引了不少市民前来打卡。虽然天气十分寒冷,但参与活动的市民都表示收获不小。

活动现场,共设置“一盔一带保安全”“新国标更安全”“生命无价酒后禁驾”“汽车盲区要远离”四个交通安全体验区,市民在四个区域分别参加学习、答题进行打卡,四个体验区签章集满后,至有奖问答区域参与一次随机问答,答题正确可抽取奖品。既有知识普及也有游戏体验,寓教于乐,市民通过参与打卡活动,真实感受交通安全的重要性。

“虽然我是一名老驾驶员,但我也只是今天体验了一次‘酒后驾车’的感觉,体验后才更能理解为什么不能酒后驾驶,真的是害人害己啊!”经过VR酒驾体验的市民吴先生如是说。他不仅要自己遵守交规,也要让身边的家人、朋友遵守交

规,杜绝酒后驾车,现身说法成为交通安全的宣传员。

“汽车盲区要远离”特别受孩子们喜爱。参与游戏的孩子们摆弄汽车模型,真实感受什么是汽车盲区。“小朋友们,一旦蹲在车尾或者车头玩耍,驾驶员视线内看不到,极易造成事故的发生。”民警商冬荣耐心介绍,提醒小朋友不要在车辆附近玩耍的同时,也提醒驾驶员一定要多观察车边周围情况,避免造成意外事故的发生。

“市民回答问题获得奖品,既能娱乐又能学习知识。”活动现场,民警围绕“一盔一带”等方面进行现场提问,正确答题的市民可通过幸运大转盘的方式获得头盔、警察小熊等精美礼品。市民们踊跃回答,现场氛围十分热烈。

此外,民警还向现场市民耐心讲解了骑乘摩托车佩戴安全头盔、驾乘汽车系好安全带、拒绝酒后驾驶机动车等交通法规的重要性,普及交通安全知识,号召大家从我做起,从现在做起,争做文明交通人,共创良好交通环境。

文明交通,你我同行!下一步,建湖县公安局交巡警大队还将继续通过美丽乡村行、知危险会避险、小手拉大手等主题宣传活动,广泛宣传交通安全法律法规,交通安全常识,切实提高全民交通安全意识。

## 射阳县公安局

### 集中宣传全民反诈



反诈活动现场人气火爆。

本报讯(徐红丽 高成波 唐超和)为持续深化防范电信网络诈骗宣传教育预防活动,近日,射阳县公安局“鹤小警”法治宣传志愿服务队,在恒隆广场开展全民反诈集中宣传活动,进一步提升群众的识骗、防骗能力,切实守护好百姓“钱袋子”,营造全民反诈的浓厚氛围。

活动中,民警结合近期案例进行剖析讲解,并指导大家下载“国家反诈中心”App,开启预警来电提示,手把手教学,让老百姓“人人参与反诈,人人都懂反诈”。

“我前段时间接到过诈骗电话,客服称我有一个快递包裹,说要返

还给我,但是怕影响征信要求我进行扫码,正准备扫码进群,就接到了警察同志的预警电话,我才反应过来被骗了,就赶紧挂掉了。”王大坤现身说法告诉大家,还提醒围观群众不要随便扫码转账,有问题及时拨打96110进行询问。

活动现场,还通过有奖知识抢答、手持反诈宣传标语拍照转发朋友圈点赞等活动与现场群众进行互动,现场民警、网格员及志愿者们通过展板解说、沿街商铺传单发放等向群众介绍反诈防范知识技能,共计发放宣传传单5000余张,宣传品300余份。

## 盐城市解放路第二附属幼儿园

### 体育游戏让幼儿在运动中寻找快乐



图为幼儿练习传统游戏“竹竿舞”。

秋冬季节,盐城市解放路第二附属幼儿园每天坚持开展各具特色的晨间户外体育游戏。在游戏中提高幼儿主动参与体育锻炼的兴趣,在竞争中发展体能,在游戏中寻找快乐,让幼儿园成为孩子们的乐园。李利华 摄