



东北师大附中明珠校区

MIDDLE SCHOOL ATTACHED TO NORTHEAST NORMAL UNIVERSITY

教育文摘

2019-2020 学年（下）

第 1 周（2 月 24 日—3 月 1 日）

东北师大附中明珠校区 研究室制

目 录

一、政策文件解读	4
1. 各学校注意:疫情防控要这样做	4
2. 新时代公民道德呼唤语言道德	9
3. 加拿大:中小学教师专业标准有哪些	11
二、教育理论	16
4. 用苏格拉底式提问法训练批判性思维	16
三、课程与课堂改革	19
5. 变革学习方式	19
6. 被疫情加速的课改认知	21
四、线上教学	26
7. 抓住契机构建师生在线学习共同体	26
8. 线上学习如何高效开展?	28
9. 变“督”为“导”指导线上学习	32
10. “停课不停学”学什么	34
11. “停课不停学”须综合设计	37
12. “九结合”提效线上教学	39
五、疫情教育	41
13. 疫情告诉我们什么	41
14. 战“疫”,正是生命教育好时机	43
15. 把战“疫”淬炼为生命成长的课堂	45
六、班主任专题	47
16. 从管理者走向教育者	47
17. 智慧带教,勤奋研学	49
七、读书专题	51
18. 疫情之下,用经典疗愈身心	51
19. 向着理想的“瓦尔登湖”出发	53
20. 建一个微信群,共读一本书	59
八、劳动教育	61
21. 发挥居家劳动的独特育人价值	61
九、居家锻炼	64
22. 锻炼身体战疫情 如何有趣又安全	64
十、家校合作	66
23. 家校合力让在家上学效果最大化	66
24. 特殊时期应激活家长教育主体作用	68
25. 帮助孩子获得战“疫”的深刻体验	70

十一、教育展台	72
26.以善为核治教 博爱志公育人.....	72
27.砥砺前行守初心 立德树人开新境.....	76

● 政策文件解读

国务院联防联控机制发布新冠肺炎防控技术方案

各学校注意:疫情防控要这样做

托幼机构新冠肺炎防控技术方案

一、托幼机构开园前

1.制定本园疫情防控工作方案,包括疫情防控工作领导小组、各岗位工作责任制度(第一责任人、各部门、各班级、各老师)、疫情防控工作流程、信息上报流程、家长沟通机制、应急处置预案等,制度明确,责任到人,并进行培训和演练。托幼机构主要负责人是本单位疫情防控第一责任人。

2.每日了解教职员工及儿童健康情况,实行“日报告”、“零报告”制度,每天根据防控要求向主管部门报告具体情况。

3.根据上级主管部门要求和最新版新冠肺炎防控方案对全体教职员工进行制度、知识和技能培训。

4.开园前对园区进行卫生清洁和预防性消毒。

5.所有外出的教职员工和儿童,返回居住地后应当居家隔离 14 天,健康者方可入园。

6.做好防控工作的相关物资储备,准备充足的洗手液、手消毒剂、口罩、手套、酒精、消毒液、体温计、呕吐包、紫外线消毒灯等。

7.设立(临时)隔离室,位置相对独立,以备人员出现发热等情况时立即进行隔离使用。

二、托幼机构开园后

8.每日了解教职员工及儿童健康情况,实行“日报告”、“零报告”制度,每天根据防控要求向主管部门报告具体情况。

9.对各类生活、学习、工作场所(如活动室、睡眠室、盥洗室、教师办公室、音乐室、洗手间等)加强通风换气,每日通风不少于 3 次,每次不少于 30 分钟。

10.对园区进行日常消毒。地面和公共区域设施可使用含氯消毒剂(有效氯 250mg/L-500mg/L)擦拭,作用 30 分钟后用清水擦净。公共上课场所(如音乐室、舞蹈室、活动室等)每批学生进入之前都要进行一次消毒。

11.加强物体表面清洁消毒,每天定期消毒并记录。对门把手、水龙头、楼梯扶手、床围栏等高频接触表面,可用有效氯 250mg/L—500mg/L 的含氯消毒剂进行擦拭。每日“三餐两点”前对儿童就餐桌面常规消毒。

12.加强餐(饮)具的清洁消毒,餐(饮)具应当一人一具一消毒。餐(饮)具去残渣、清洗后,煮沸或流通蒸汽消毒 15 分钟;或采用热力消毒柜等消毒方式;或采用有效氯 250mg/L 的含氯消毒

剂浸泡 30 分钟，消毒后应当将残留消毒剂冲净。

13.卫生洁具可用 500mg/L 的含氯消毒剂浸泡或擦拭消毒，作用 30 分钟后，清水冲洗干净，晾干待用。

14.加强垃圾分类管理，及时收集清运，并做好垃圾盛装容器的清洁，可用有效氯 500mg/L 的含氯消毒剂定期对其进行消毒处理。

15.建议教师授课时佩戴医用口罩。

16.教职员工和儿童每天入园时测体温，严格落实儿童晨午晚检和全日观察制度。晨检时工作人员要佩戴口罩和一次性手套。

17.严格落实教职员工及儿童手卫生措施。儿童出现以下情况必须洗手：入园后、进食前、如厕前后、从户外进入室内、接触污渍后、擤鼻涕后、打喷嚏用手遮掩口鼻后、手弄脏后等。

18.严格执行家长接送儿童不入园制度。

19.加强因病缺勤管理。做好缺勤、早退、病事假记录，发现因病缺勤的教职员工和儿童及时进行追访、登记和上报。

20.不宜组织大型集体活动。

21.通过各种形式面向教职员工、儿童和家长开展新冠肺炎预防的宣传教育。教会儿童正确的洗手方法，培养儿童养成良好卫生习惯，咳嗽、打喷嚏时用纸巾、衣袖遮挡口鼻。指导家长在疫情防控期间不带儿童去人员密集和空间密闭场所。

三、出现疑似感染症状应急处置

22.教职员工出现发热、干咳、乏力等症状，嘱其立即佩戴口罩去辖区内发热门诊就诊。

23.儿童出现发热、干咳、乏力等症状，应当立即使用（临时）隔离室，对该儿童采取有效的隔离措施，同时通知家长领返，带儿童去辖区内设有儿科发热门诊的医疗机构就诊，并做好防护。

24.对共同生活、学习的一般接触者进行健康风险告知，如出现发热、干咳等呼吸道症状以及腹泻、结膜充血等症状时要及时就医。

25.安排专人负责与接受隔离的教职员工或儿童的家长进行联系，了解教职员工或儿童每日健康状况。

中小学校新冠肺炎防控技术方案

一、中小学校开学前

1.学校每日掌握教职员工及学生健康情况，实行“日报告”、“零报告”制度，并向主管部门报告。

2.学校对全体教职员工开展防控制度、个人防护与消毒等知识和技能培训。

3.开学前对学校进行彻底清洁，对物体表面进行预防性消毒处理，教室开窗通风。

4.所有外出或外地的教职员工和学生，返回居住地后应当居家隔离 14 天后方可返校。

5.做好洗手液、手消毒剂、口罩、手套、消毒剂等防控物资的储备。

6.设立（临时）隔离室，位置相对独立，以备人员出现发热等症状时立即进行暂时隔离。

7.制定疫情防控应急预案，制度明确，责任到人，并进行培训、演练，校长是本单位疫情防控第一责任人。

二、中小学校开学后

8.每日掌握教职员及学生健康情况，加强对学生及教职员工的晨、午检工作，实行“日报告”、“零报告”制度，并向主管部门报告。

9.妥善保管消毒剂，标识明确，避免误食或灼伤。实施消毒处理时，操作人员应当采取有效防护措施。

10.各类生活、学习、工作场所（如教室、宿舍、图书馆、学生实验室、体育活动场所、餐厅、教师办公室、洗手间等）加强通风换气。每日通风不少于3次，每次不少于30分钟。课间尽量开窗通风，也可采用机械排风。如使用空调，应当保证空调系统供风安全，保证充足的新风输入，所有排风直接排到室外。

11.加强物体表面清洁消毒。应当保持教室、宿舍、图书馆、餐厅等场所环境整洁卫生，每天定期消毒并记录。对门把手、水龙头、楼梯扶手、宿舍床围栏、室内健身器材等高频接触表面，可用有效氯250mg/L—500mg/L的含氯消毒剂进行擦拭，也可采用消毒湿巾进行擦拭。

12.加强餐（饮）具的清洁消毒，餐（饮）具应当一人一具一用一消毒，建议学生自带餐具。餐（饮）具去残渣、清洗后，煮沸或流通蒸汽消毒15分钟；或采用热力消毒柜等消毒方式；或采用有效氯250mg/L的含氯消毒剂浸泡30分钟，消毒后应当将残留消毒剂冲净。

13.卫生洁具可用有效氯500mg/L的含氯消毒剂浸泡或擦拭消毒，作用30分钟后，清水冲洗干净。

14.确保学校洗手设施运行正常，中小学校每40—45人设一个洗手盆或0.6m长盥洗槽，并备有洗手液、肥皂等，配备速干手消毒剂，有条件时可配备感应式手消毒设施。

15.加强垃圾分类管理，及时收集清运，并做好垃圾盛装容器的清洁，可用有效氯500mg/L的含氯消毒剂定期对其进行消毒处理。

16.建议教师授课时佩戴医用口罩。

17.严格落实教职员及学生手卫生措施。餐前、便前便后、接触垃圾后、外出归来、使用体育器材及学校电脑等公用物品后、接触动物后、触摸眼睛等“易感”部位之前，接触污染物品之后，均要洗手。洗手时应当采用洗手液或肥皂，在流动水下按照正确洗手法彻底洗净双手，也可使用速干手消毒剂揉搓双手。

18.加强因病缺勤管理。做好缺勤、早退、请假记录，对因病缺勤的教职员和学生及时追访和上报。

19.不应组织大型集体活动。

20.对教职员、学生和家長开展个人防护与消毒等防控知识宣传和指导。示范学生正确的洗手方法，培养学生养成良好卫生习惯，咳嗽、打喷嚏时用纸巾、衣袖遮挡口鼻。

三、出现疑似感染症状应急处置

21.教职员工如出现发热、干咳、乏力、鼻塞、流涕、咽痛、腹泻等症状，应当立即上报学校负责人，并及时按规定去定点医院就医。尽量避免乘坐公交、地铁等公共交通工具，前往医院路上和医院内应当全程佩戴医用外科口罩（或其他更高级别的口罩）。

22.学生如出现发热、干咳、乏力、鼻塞、流涕、咽痛、腹泻等症状，应当及时向学校反馈并采取相应措施。

23.教职员工或学生中如出现新冠肺炎疑似病例，应当立即向辖区疾病预防控制部门报告，并配合相关部门做好密切接触者的管理。

24.对共同生活、学习的一般接触者进行风险告知，如出现发热、干咳等疑似症状时及时就医。

25.专人负责与接受隔离的教职员工或学生的家长联系，掌握其健康状况。

大专院校新冠肺炎防控技术方案

一、大专院校开学前

1.学校每日掌握教职员工及学生健康情况，实行“日报告”、“零报告”制度，并向主管部门报告。

2.学校对全体教职员工开展防控制度、个人防护与消毒等知识和技能培训。

3.开学前对学校进行彻底清洁，对物体表面进行预防性消毒处理，教室开窗通风。

4.所有外出的教职员工和学生，返回居住地后应当居家隔离 14 天，健康者方可返校。

5.做好洗手液、手消毒剂、口罩、手套、消毒剂等防控物资的储备。

6.设立（临时）隔离室，位置相对独立，以备人员出现发热等症状时立即进行暂时隔离。

7.制定疫情防控应急预案，制度明确，责任到人，并进行培训、演练，校长是本单位疫情防控第一责任人。

二、大专院校开学后

8.每日掌握教职员工及学生健康情况，加强对学生及教职员工的晨、午检工作，实行“日报告”、“零报告”制度，并向主管部门报告。

9.加强物体表面清洁消毒。应当保持教室、宿舍、图书馆、学生实验室、体育活动场所、餐厅等场所环境卫生整洁，每日定期消毒并记录。对门把手、课桌椅、讲台、电脑键盘、鼠标、水龙头、楼梯扶手、宿舍床围栏、室内健身器材、电梯间按钮等高频接触表面，可用有效氯 250mg/L—500mg/L 的含氯消毒剂进行喷洒或擦拭，也可采用消毒湿巾进行擦拭。

10.加强重点场所地面清洁消毒。应当加强学校食堂、浴室及宿舍地面的清洁，定期消毒并记录。可使用有效氯 500mg/L 的含氯消毒液擦拭消毒。

11.各类生活、学习、工作场所（如教室、宿舍、图书馆、学生实验室、体育活动场所、餐厅、教师办公室、洗手间等）加强通风换气。每日通风不少于 3 次，每次不少于 30 分钟。课间尽量开窗通风，也可采用机械排风。如使用空调，应当保证空调系统供风安全，保证充足的新风输入，所有排风直接排到室外。

12.加强餐（饮）具的清洁消毒，餐（饮）具应当一人一具一用一消毒，建议学生自带餐具。餐（饮）具去残渣、清洗后，煮沸或流通蒸汽消毒 15 分钟；或采用热力消毒柜等消毒方式；或采用有

效氯 250mg/L 的含氯消毒剂浸泡 30 分钟，消毒后应当将残留消毒剂冲净。

13.宿舍要定期清洁，做好个人卫生。被褥及个人衣物要定期晾晒、定期洗涤。如需消毒处理，可煮沸消毒 30 分钟，或先用有效氯 500mg/L 的含氯消毒液浸泡 30 分钟后，再常规清洗。

14.加强垃圾分类管理，及时收集清运，并做好垃圾盛装容器的清洁，可用有效氯 500mg/L 的含氯消毒剂定期对其进行消毒处理。

15.加强个人防护。校门值守人员、清洁人员及食堂工作人员等应当佩戴一次性使用医用口罩或医用外科口罩。食堂工作人员还应穿工作服，并保持工作服清洁，工作服应当定期洗涤、消毒。可煮沸消毒 30 分钟，或先用 500mg/L 的含氯消毒液浸泡 30 分钟，然后常规清洗。清洁消毒人员在配制和使用化学消毒剂时，还应做好个人防护。

16.严格落实教职员工及学生手卫生措施。餐前、便前便后、接触垃圾、外出归来、使用体育器材及学校电脑等公用物品后、接触动物后、触摸眼睛等“易感”部位之前，接触污染物品之后，均要洗手。洗手时应当采用洗手液或肥皂，在流动水下按照正确洗手法彻底洗净双手，也可使用速干手消毒剂揉搓双手。

17.加强因病缺勤管理。做好缺勤、早退、请假记录，对因病缺勤的教职员工和学生及时追访和上报。

18.不应组织大型集体活动。

19.设立健康宣教课堂，由专人定期对学校内的教职员工和学生进行个人防护与消毒等防控知识宣传和指导。指导教职员工和学生在疫情防控期间避免到人群聚集尤其是空气流动性差的场所，减少不必要的外出。如果外出，应当做好个人防护和手卫生，去人口较为密集的公共场所、乘坐公共交通工具及厢式电梯等必须正确佩戴医用口罩。

三、出现疑似感染症状应急处置

20.教职员工如出现发热、干咳、乏力、鼻塞、流涕、咽痛、腹泻等症状，应当立即上报学校负责人，并及时按规定去定点医院就医。尽量避免乘坐公交、地铁等公共交通工具，前往医院路上和医院内应当全程佩戴医用外科口罩（或其他更高级别的口罩）。

21.如学生出现发热、干咳、乏力、鼻塞、流涕、咽痛、腹泻等症状，及时向学校报告并采取相应措施。

22.教职员工或学生中如出现新冠肺炎疑似病例，应当立即向辖区疾病预防控制部门报告，并配合相关部门做好密切接触者的管理。

23.对共同生活、学习的一般接触者进行风险告知，如出现发热、干咳等呼吸道症状以及腹泻、结膜充血等症状时要及时就医。

24.专人负责与接受隔离的教职员工或学生的家长进行联系，掌握其健康状况。

[原载于《中国教育报》2020.02.26.第 02 版.](#)

[返回目录](#)

● 政策文件解读

新时代公民道德建设呼唤语言道德，“修辞立其诚”就成为一条为人为文的根本性的语言道德原则

新时代公民道德呼唤语言道德

王秀云 石钊

《新时代公民道德建设实施纲要》（以下简称《纲要》）是新时代加强公民道德建设的行动指南。《纲要》强调共建共享与新时代相匹配的社会文明，坚持道德建设为了人民、依靠人民、建设成果由人民共享。这体现了共享发展的理念，体现了中国特色社会主义的本质要求。

“道德”和“语言”都是一种共建共享的社会现象。语言道德建设是公民道德建设的重要内容和驱动力，本质上也是全民共建共享的事业。语言道德包括说话的口德和为文的文德。讲语言道德既是公民有道德的体现，又能促进公民道德建设。《纲要》提及的文明用语、行为准则、校训、家庭教育语言、网络媒体语言、广告牌语言景观等都属于语言道德建设的范畴。语言道德在继承中华优秀传统文化、传承民族精神、适应现代文明、建设家庭社会道德、立德树人等方面都具有十分重要的作用。

《纲要》指出，要研制继承中华优秀传统文化、适应现代文明要求的文明用语规范；修订完善市民公约、乡规民约、学生守则等行为准则，更好发挥其规范、调节、评价人们言行举止的作用；要用校训励志，营造修德立身的良好氛围。这都是全社会或特定人群共同遵守的道德规范，也是重要的语言产品，研制和修订完善这些语言产品，可以提升公民道德境界。承载这些语言产品的宣传栏、显示屏、广告牌等媒介，既能营造明德守礼的文明氛围，也是重要的语言道德景观。增强语言道德的文明用语规范，既可引导人们重礼节、讲礼貌，也能在对外交流交往中展示文明素养、维护我们的国际形象。《纲要》指出，要弘扬古圣先贤、民族英雄、志士仁人的嘉言懿行，让中华文化基因更好植根于人们的思想意识和道德观念；依法依规严肃惩戒污蔑诋毁英雄、伤害民族感情的恶劣言行；及时批驳违反社会道德、背离公序良俗的言行和现象。文以载道、文以传情、文以植德，坚决抵制社会上和文艺作品中的低俗、庸俗、媚俗现象，清除“三俗”中包含的丑言恶语，可以增强人们的语言道德意识。治理造假欺诈、不讲信用的现象，剔除谎言，有助于树立讲诚信的语言道德观和防治语言腐败。弘扬中华民族历史上的嘉言懿行，可以传承传播优秀传统美德和文化。《纲要》指出，家庭美德建设需要父母以身作则，言传身教。父母的语言道德素养直接影响孩子的语言道德水平。科学研究证实，父母对孩子大声吼叫、严厉斥责，甚至使用贬低和侮辱性的词句，实际上就是一种语言暴力，会对孩子的大脑结构造成永久性的伤害，会在精神心理甚至生理上造成不可逆的损伤。因此，在对孩子的家庭教育中，父母用语言教知识、育品德时，必须提高自身的语言道德水平。孩子耳濡目染父母良好的语言道德，才更有可能成长为有语德、讲道德的好公民。

《纲要》强调要抓好网络空间的道德建设，清理网络欺诈、造谣、诽谤、谩骂、歧视、色情、低俗和暴力等内容。网络媒体中的虚假、不健康的语言是网络媒体语言道德失范的表现，势必严重危害公民道德建设，加强网络空间的语言道德建设确有必要。语言作为人类思维和文化的载体，体现着个人或社会的道德意识、道德标准与评价取向，具有提高社会公众文明素养的道德价值，承载

着实现社会道德理想的责任。网络媒体传递信息及时、审美示范效应大，已经成为道德社会化的主要阵地，其语言更是道德信息的载体、道德传播与教化的工具，重视网络空间的道德建设，对于公民道德建设意义重大。

《纲要》多次提及“诚信”，语言道德的核心就是讲诚信，“修辞立其诚”就是语言道德和诚信建设需要遵循的基本原则。修辞、诚信和道德水乳交融，修辞对人生、社会和国家发展极为重要。《易传·文言》的名言“修辞立其诚，所以居业也”，最早使用“修辞”一词，古人把修辞置于创造、治理、经营事业的高度，足见其重要性。刘向在《说苑》中不仅赞同子贡的“出言陈辞，身之得失，国之安危”的观点，更是提出“辞不可不修，说不可不善”的告诫，认为修辞是君子立身处世的关键，主宰事情成败和人身荣辱，是尊君、重身、安国、全性、自通的途径和方法。修辞既是在修饰文辞，也是在修炼德行，更是在保护和成就自己、他人和社会，修辞能力是一个人最为核心的竞争力，而“立诚”是提升修辞能力的关键。

中华优秀传统文化提倡修辞即做人，首要是立诚，特别重视语言修辞与道德修养的关系，认为作为客体的语言与作为主体的人，本质上是一个和谐的整体，修口、修心、修文德具有本质的贯通性。从认识论角度来说，中华优秀传统文化中的“诚”与“信”是一体两面的关系，孟子就认为“诚”是“天之道”，“信”（思诚）是“人之道”，天人合一，天道人道互通。从语言道德的角度来说，“诚”指“内诚于心”，是真诚的内在道德品质，就是真实无妄，做实事，反对虚伪；“信”指“外信于人”，是内诚的外化，言论既要真实，反对假话、大话、空话，还要求真理、立真理。可见“诚”与“信”在基本概念上同义等值，都是指人的诚实无欺、言行相符、内外兼修，诚信就成为传统的伦理行为规范和传统文化对做人的道德要求。孔子提倡“有德者必有言”，荀子强调“不顺礼义，谓之奸言”，都是要求言辞与道德修养相结合。《周易》主张“言有物”，老子提倡“言有宗”，都是要求言辞要有信实的内容。古人讲言为心声，只有道德高尚的人，才能说出感人、动人的言辞，才能表达“信言、善言”。总之，新时代公民道德建设呼唤语言道德，“修辞立其诚”就成为一条为人为文的根本性的语言道德原则。

（作者单位：湖北大学文学院，石钺为该院二级教授、博士生导师）

[原载于《中国教育报》2020.02.27.第 05 版.](#)

[返回目录](#)

● 政策文件解读

加拿大：中小学教师专业标准有哪些

——《不列颠哥伦比亚省教育者专业标准》解读

任志宏 编译

加拿大没有全国统一的教师专业标准，各省之间的教育制度也存在差异。不列颠哥伦比亚省是加拿大教育强省之一，对于教师的入职选拔有着严格的标准，在加拿大教师教育和教师专业化发展过程中发挥着示范引领作用。本期对加拿大不列颠哥伦比亚省的教师专业能力标准进行解读。

加拿大以优质教育享誉世界。近年来，该国学生在国际测试中的表现令人瞩目，在 2019 年经济合作与发展组织公布的 2018 年国际学生评估项目测试结果中，加拿大中学生的各科测试分数均高于经济合作与发展组织成员国平均分，稳稳排进前十。促使加拿大教育成功的因素有很多，教师培养与培训的改革和发展、严格的高质量教师选拔标准是重要因素之一。

但是，加拿大并没有全国统一的教师专业标准与要求。加拿大的教育体制比较特殊，没有全国统一的教育制度，教育实行的是省负责制，即联邦政府没有教育部这一级别的全国性教育管理机构，加拿大全国共 10 个省 3 个地区分别有各自的教育体系，按照加拿大宪法，教育是各省自己的义务，各省均设有教育部，负责全省的教育事业。因此，加拿大各省之间的教育制度有相对的差异，但整体来说，加拿大全国的教育水平还是统一在相当高的水准。

不列颠哥伦比亚省是加拿大教育强省之一，在加拿大教师教育和教师专业化发展过程中发挥着示范引领作用。同时，该省对于教师的入职选拔有着严格的标准。不列颠哥伦比亚省教育部指出，优秀教师是学生收获出色学习经验的关键，随着教育的不断发展，教师正在从信息提供者转变为学生学习协助者——帮助学生学会如何学习，以发展他们的个人潜力并获得所需的知识、技能和能力。

针对教师团体的专业能力，不列颠哥伦比亚省从 20 世纪 90 年代起，不断颁布和修订相关法案与文件，以应对社会对教师提出的要求。

中小学教师九大专业标准

阐明教师工作价值和特点，为教师成长提供强力支撑

2019 年 6 月，由不列颠哥伦比亚省教师委员会和独立学校教学证书标准委员会制定的《不列颠哥伦比亚省教育者专业标准》（简称《标准》）正式生效。这是自 2008 年以来，为了适应教育系统变化和课程改革，使不列颠哥伦比亚省中小学教育系统能够更加有效地运行，经过面向社会公开咨询、获得反馈进而更新的教师专业标准，同时也是对原有中小学教师专业标准的更新和修订。九条标准的具体内容如下：

一、教师要重视所有学生的成功，关心学生，为学生的最大利益服务。

作为公共教育服务人员，教师应该尊重和重视课堂、学校和社区的多样性，包括尊重来自不同民族和文化背景的人的世界观和态度。教师提供和提倡有助于生理、社会、文化和情绪安全的教学环境。教师要积极促进学生的个人和文化认同、身心健康、社会和个人责任感及智力发展，进而促进社会发展。要引导学生进行有意义的自我学习。教师要知道保密的重要性，保护学生隐私，除非

法律要求披露。教师不得滥用、剥削或损害学生的个人、性、意识形态、物质或其他利益。教师对学生的身体、情感和心理安全负责。给予学生平等、认可、尊严和尊重是教师职业道德的基本要求。

二、教师要遵守道德规范，保持职业操守、信誉和声誉。

教师作为学生的模范和榜样，要时刻以更高的标准要求自己。无论是教学期间还是下班之后都要对自己的行为负责。教师对与其职业相关的法律要有所了解。教师良好的个人行为有助于形成良好的行业整体形象。

三、教师要能够理解并应用关于学生成长和发展的知识。

教师要了解儿童、青少年作为学习者和社会个体是如何发展的，了解学生个体的学习差异和需求，因材施教。教师应该认识文化认同、生活方式和世界观与学生学习的联系及其重要性，要利用这些知识为有关课程、教学和评估的决定提供依据。教师要努力创造积极、安全和包容的学习环境，以最大程度满足学生的个性化需求。

四、教师要重视父母/监护人、家庭和社区在学校活动中的参与和支持。

教师理解、尊重和鼓励家长/监护人和社区参与学生的学习与发展，与学生父母或监护人进行有效和及时沟通。

五、教师要实施有效的课堂管理、计划、指导、评估、评价，撰写有效的报告，为学生的学习和发展创造相互尊重和包容性的环境。

教师应该掌握促进学生学习的知识和技能，包括反映个人背景和当地环境的学习经验。要认识、理解教学和学习各个方面的相互联系，并采用各种教学和评估策略，重视协作实践，知道在什么时候开展教学实践并为学生的学习提供支持。能够用英语或法语进行有效的沟通交流。

六、教师要对所教学科领域有广泛的知识基础和理解。

教师要掌握所教学科领域的课程和教学方法，能够从不同的角度理解课程。教师要培养学生的跨文化理解能力以及同理心和相互尊重的能力。教师应从加拿大原住民和全球视角讲授相关课程。教师应培养学生民主与包容性社会的价值观、信仰和知识。

七、教师要参加专业学习。

教师要参加专业学习、教学实践和教学反思以支持自身的专业化发展。教师要确定自己的专业需求并通过各种各样的学习机会来满足，发展和完善个人的教育理念、教学实践、学习发展。教师要根据研究、实践和教师标准，发展和优化个人的教学理念、教学实践。

八、教师要有职业奉献精神。

教师通过支持、指导或鼓励其他教育者和准备进入该行业的人员尊重教师这一职业。教师要以各种方式分享专业知识，包括学校、地区、专业组织、大专院校和社区提供的机会。教师要促进合作文化的发展。

九、教师要尊重和重视加拿大各民族的历史及其对现在、未来的影响。

教师要批判性地审视自己的偏见、态度、信念、价值观和做法，以促进变革。教师要重视并尊重原住民、梅蒂斯人和因纽特人的语言、遗产、文化、认知和生存方式。为澄清真相、促进和解与复原初始的和谐关系作出贡献，促进各民族历史和文化的更深层次理解。教师要专注于与自己、家

庭、社区、语言、文化和自然世界的联系，明白这些联系所带来的力量。教师应将原住民、梅蒂斯人和因纽特人的世界观、看法融入学习环境的营造中。

不列颠哥伦比亚省的教师专业标准概括了该省中小学教师的专业能力要求，为教师的成长提供强力支撑，阐明了教师工作的价值和特点。只有达到这些标准，才能取得并保持教学资格。

教师专业的变化

重视包容性，强化专业素养，强调专业化发展

不列颠哥伦比亚省原有标准全名为《教育者的教育程度、专业能力、专业行为标准》，内容主要是对教师提出的 8 条专业要求，大致要求如下：（1）关注学生，一切以学生利益为本；（2）为学生树立道德和诚实正直的模范；（3）理解和应用学生成长和发展的知识；（4）重视父母/监护人、家庭和社区对于学校的参与和支持；（5）教师实施有效的课堂管理、计划、指导、评估、评价，撰写有效的报告；（6）对所教学科领域有广泛的知识基础和理解；（7）教师是一个终身学习的职业；（8）有职业奉献精神。

这 8 条标准涉及教师需要具备的专业知识、能力、信念。2019 年颁布的新标准在原有标准的基础上进一步强调了教师的专业化发展，提高自身的教学理论与教学实践能力，强化专业素养；增强职业贡献意识；关注每个学生的学业成就，重视培养学生对于历史和世界的理解，鼓励教师创造多样性、多元化和包容性的课堂，培养学生的批判精神，使其能够理解并尊重他人思想和观点。

与旧标准相比较，新标准的变化主要表现在三个方面。

一是新标准的每一条阐释都更加详细和具体。从内容上看，新标准重视教师在教学过程中对学生主体性的认识和尊重；突出教师职业操守的重要性，遵守相关的职业道德准则；强调教师应该拥有渊博的知识和精深的专业性知识，这是为师之本。

同时，新标准还要求教师具有开放、包容、公平、合作的理念及态度，要在工作实践中进行专业学习，在反思中总结经验，使个人的知识素养和教学技能不断提高，实现终身持续不断的专业化发展。

二是标准更加与时俱进。作为优秀教师的专业基准，新标准综合考虑了不列颠哥伦比亚省的移民、多元文化的宏观教育环境、个性化学习、课程改革等因素对教师提出的挑战，使用能够体现时代需要的措辞阐释标准。充分体现了 21 世纪教师需要承担的不同于以往的角色和职责，“教师是学习的促进者和协助者”“教师应该尊重多元文化、满足不同学生的个性化需求”“教师是具有专业性的职业”等陈述反映了新标准对 21 世纪教学复杂性的积极应对。

三是更加重视教育的包容性。新标准在原有 8 条标准的基础上新增了一个标准，该标准要求教师尊重和重视加拿大各民族的历史及其对现在和未来的影响，努力做到克服偏见、增进文化间的理解。这一标准充分尊重“加拿大真相与和解委员会”2012 年的《呼吁采取行动》报告以及 2007 年联合国大会通过的《土著人民权利宣言》。

《呼吁采取行动》报告呼吁“在这个国家的土著人民和非土著人民之间建立和维持相互尊重的关系，必须认识过去，承认已经造成的伤害，并采取行动改变行为”。在教育领域要“消除土著居民与非土著加拿大居民之间的教育和就业差距”“提供必要的资金帮助教师在课堂中更好地融入土著知识和采用适当的教学方法”。

《土著人民权利宣言》要争取实现的目标包括“土著人有权建立和掌管他们的教育制度和机构，

以自己的语言和适合其文化教学方法的方式提供教育。儿童有权不受歧视地获得国家提供的所有程度和形式的教育”。新增的标准承载了不列颠哥伦比亚省教师争取真理与和解的愿望，承认了加拿大土著人的历史和贡献，并确认了教师对所有学生的成功而作出的承诺。

教师专业标准的特点

为教师树立良好形象，提高教师社会地位

《标准》文本包括“前言”“制定意义与目的”“教育者专业标准”“词汇概念汇编与解释”等部分。在前言部分提出了“相信所有学生的成功是《标准》的核心”的信念。《标准》传达了教师工作所需的知识、技能、态度和价值观。它把培养公众的信心作为教师的工作职责之一，并强调教育工作者工作的复杂性和多样性。这些标准还反映出，教师应该为追求真理、促进不同文化之间的相互理解作出贡献。

在贯彻以上标准的过程中，教师要尽力做到满足每位学生的学习需求，并促进建立一个反映所有学生需要的多样性和包容性的适宜学习环境。《标准》的内容是复杂交织的，甚至能够看到条理的不清晰，但是通过分析可以看出，具体呈现以下特点：

一是以学生为本。“以学生为本”是人本主义的主张，该主张认为教师只是“一个方便学习的人”，扮演学习“促进者”的角色。时至今日，越来越多的人开始意识到“输入式学习”的弊端，世界各地的教育改革纷纷进行，在各式各样的创新教育方法中，“以学生为中心”常常被提及，许多人试图以此革新传统课堂，让教学设计和教学活动以学生的获得为目的。

《标准》的第一条和第三条都提出了对于学生的关注。重视教师对学生主体性的认识和尊重。学生的主体性就是学生在教育活动中表现出来的自主性、能动性和创造性，教师要通过启发、引导学生的内在教育需求，创设和谐、宽松的教育环境，有目的、有计划地组织教育活动，从而把学生培养成自觉能动、独立自主、积极创造地进行认识和实践活动的学习主体。

提出尊重学生就是要尊重学生的人格，人格在法律上是一种权利，教师不能剥削和虐待学生；人格在道德上是一种尊严，教师要培养学生的自我认同感；人格在心理上表现为能力、气质、性格、需要、动机、兴趣、价值观和体质等方面的整合，所谓尊重学生就要在法律上予以保护，在道德上予以尊重，在心理上予以理解与关怀，促进学生心理和身体的健康发展。

此外，教师要引导学生学会学习。要引导学生进行有意义的自我学习，其前提是教师要了解儿童和青少年作为学习者和社会个体是如何发展的，了解学生个体的学习差异和需求，掌握相关的基本理论，把握学习活动的基本规律，将教育教学领域的研究成果充分运用到教学实践中，以达到有效引导的目的；充分考虑学生群体的多样性，为学生设计积极、包容的教学和学习情境，能够根据学生的特点因材施教。

二是强调教师的专业发展。首先，强调教师要不断进行专业学习，教师不能养成一劳永逸的习惯，不思进取，不注重知识的更新。因此，教师不仅要在入职前接受培养，提高教学基本功和教学技能，而且要在教育活动中不断积累工作经验，在入职后参加继续教育培训，提高所教学科的专业知识素养和技能，不断增强职业意识，在职业生涯中不断进取和创新，让工作充满活力。

其次，更具体突出了掌握和应用专业知识与技能的重要性。专业知识与专业技能是教师专业发展的基础，教师专业知识包括学科知识、教育学和心理学知识、实践性知识等。教师专业技能是指教师在一定教育理念的指导下，在已有知识经验的基础上，通过实践练习、反思而形成的教学行为方式和心智活动方式。

面对复杂的学习主体和教学环境，教师要能够把握整个教学环节，选取符合学生能力发展的教学策略，帮助学生克服困难、获取知识。另一方面，要尊重每位学生的学习需要，在多元的文化环境中，在全球视野的基础上，充分考虑学生的特性，培养学生的跨文化理解能力，让学生形成正确的价值观。

最后，《标准》的专业发展还包括专业伦理和专业精神，教师要有道德操守，为学生树立榜样并且要有职业奉献精神。教师专业伦理表现为：为人师表、客观公正、有责任感、至真至善。教师专业精神指教师对自己所从事教育事业的尊敬和自豪，对社会和学生有强烈的责任意识，对教育工作有精益求精的态度，专业自律和奉献精神。其意义在于为教师树立良好形象，提高教师的社会地位。

三是体现社会文化背景。加拿大是一个传统移民国家，聚集了各种不同种族的人群，拥有多元、包容的文化氛围。不列颠哥伦比亚省作为加拿大西部的一个大省，其人口构成也体现高度的多元化。该省生活着 40 多个原住民文化群体，省内有大量的居民来自亚洲，也有不少德裔、意大利裔和俄裔。各个种族共同创造了多样的文化，这种多元的社会文化背景必然会给教育带来极大的挑战。

为了使不同种族的儿童都能够拥有受教育权、能够享受公平而有质量的教育，《标准》对于教师的要求是批判性地审视自己的偏见、态度、信念、价值观和做法，重视并尊重各民族的语言、遗产、文化、认知和生存的方式，促进各民族历史和文化的更深层次理解。教师只有始终保持这种不带偏见、包容开放的态度，才能更好地培养来自不同文化背景的学生。

总之，《标准》的制定和颁布有着巨大的作用和特殊意义。对于教师来说，该标准可以指导他们在职业生涯中实现持续的教学实践发展和专业成长；对于教师资格的认定机构来说，该标准可用于评估个人是否适合从事教育工作，以获得教师资格证书；该标准建立了一个监管框架，指导决策者作出与教师教育培养计划、认证、执业资格和执业教师纪律有关的决策；对于公众来说，通过《标准》以了解教育工作者的工作和作用，并能够对《标准》提供相关反馈。

（作者单位系北京师范大学国际与比较教育研究院）

[原载于《中国教师报》2020.02.26.第 03 版.](#)

[返回目录](#)

● 教育理论

用苏格拉底式提问法训练批判性思维

蒋佩蓉

为人父母最重要的任务，就是保护孩子的想象力及探索未知事物的欲望。当他们发问时，首先肯定他们“这是一个很好的问题”，接着用苏格拉底式提问法引导他们远离那些简单的非黑即白的问题，训练他们能够逐渐问出有质量和深度的问题。一旦养成勤于发问的习惯，孩子的自信就能得到巩固，在未来的生活中才能问出更多好问题。

苏格拉底式提问法并不直接提供答案，而是提出富于启发性的问题引导孩子思考，即使孩子回答错了也不直接纠正，而是继续提问引导孩子花时间独立思考，从而一步一步自己得到答案。苏格拉底式提问法被公认为一种伟大的教学方法，因为回答富于启发性的问题需要花时间去专心地全面思考，大脑需要创建新的神经元连接并且深化原有的神经元连接。当孩子最终自己得出答案时，他便能“内化”这份感悟，使知识变成自己的“洞察”。

一只蚊子引发一次科学探寻之旅

有一次，我的小儿子凯安对飞进屋子的蚊子深恶痛绝，问我为什么上帝会造出这种毫无正面存在意义的生物。当时我们正沉浸于大富翁游戏，没有精力去思考这个问题，但我们不是简单地跳过不提，而是把问题记在我们家的思考“停车区”，后来凯安和我有了一轮讨论。

我们首先质疑了“蚊子没有正面作用”这一假设，通过查询资料，我们发现，蚊子对于植物的授粉有积极意义，而且在食物链上是其他昆虫和青蛙的食物，蚊子的灭绝会破坏食物链，引发一系列严重后果。让人惊讶的是，世界上蚊子的种类超过了 3500 种，而会叮人的蚊子只占一小部分，且这些都是雌蚊子。

我们之前假设蚊子叮人是将人血当成食物，但调查发现蚊子叮人是需要血液中的蛋白质分子产卵，而最佳血液是老鼠或水牛的。因为城市中人类的数目远远超过老鼠与水牛，所以它们选择叮人。被蚊子叮咬后我们之所以会觉得痒，是因为蚊子吸血时唾液会混在血液里，阻止血液凝结，痒的感觉是人体肌肤启动免疫系统，保护我们免受外来物的入侵。

查证分析的过程推翻了“蚊子的叮咬只会带来负面作用”的认知。凯安一直兴致盎然，又提出了新的问题——为什么其他的昆虫没有这个能力？为什么雌蚊子非要选择这种方式产卵？为什么蚊子不叮咬其他生物呢？后来凯安做拔罐治疗时皮肤上出现了黑色的淤血，想起他的研究并没有涵括蚊子吸血后遗留在人身上的唾液与人体皮肤之间的反应情况。他很好奇如果被叮后马上把蚊子的唾液吸出来，能否及时回避蚊子唾液产生的反应，不产生痛痒的感觉。他买了一套拔罐用具来实验，结果兴奋地发现真的有效！

凯安用拔罐的方法来消除蚊子叮咬带来的痛痒感，整个过程切实遵循了科学的实验方法：首先提出一个假设，随后制定步骤来检验这个假设，而最终的实验证实了假设的可行性。

如果我只是简单地递给凯安一瓶清凉油，制止他对蚊子叮咬的抱怨，就不会有后来一系列的学习和调查了。一个小小的蚊子叮咬问题引导凯安深入探究并找到解决问题的科学方法，这样的学习似乎对提高学习成绩没有直接帮助，也不能体现在大学申请表格中，但是对塑造孩子的思考能力和细微观察生活的能力，绝对有所裨益。

把导向性问题转变为开放性问题

一般说来，人们会比较抵触他人的说教，但同样的道理如果是自己感悟或发现的，却往往兴奋难忘。因为发现和感悟无法通过说教而要通过思考才能获得。最能启发人思考的方式是提问。提问能引起好奇心，而好奇心会成为思考的动力。

著名作家米兰·昆德拉曾经说过：“人们的愚蠢来自对每件事都有一个答案。学习大师的智慧来自对每件事都有一个问题。”

父母跟孩子说话时，大多问的是导向性问题而非开放性问题。导向性问题更像是说教，问题后面会有标准答案的目的和导向，对方只能回答“是”与“不是”。而开放性问题没有标准答案，对方可能会有我们没有预料到的回答和收获。做父母最大的功课，就是要改掉说教的坏习惯，练习提问的技术，从问导向性问题转变成问开放性问题。

问开放性问题的关键，是提问时心态是开放的，而不怀着具体的期待。比如当我们问孩子：“这是你最喜欢的口味吗？”孩子很可能会按照我们的暗示或者为了讨好我们而认同我们的建议。但是当我们问孩子“你最喜欢的口味是什么”的时候，孩子就有自由诚实地分享他最喜欢的口味。

再比如孩子从学校打电话说作业忘在家里了，大部分父母本能的反应往往是“你怎么这么糊涂？”“我今天很忙，你要我怎么办？”这样的导向性提问显然有说教和责备的成分。如果反问孩子“这是一个很有意思的问题。你觉得你能做什么呢？”这个开放性问题里面没有期待，也没有说教或责备，只有好奇，也不假设你回家拿作业给孩子送去才是唯一的答案，目的是帮助孩子思考和发现自己的答案。

导向性问题很容易介入偏见，当我们问孩子“现在班上的情况严重到了什么样的程度？”孩子只能给我们负面的回答，从而更加确定我们偏见的假设。但如果问“现在班上的情况怎么样？”，孩子就有自由给我们正面或负面的回答。

当然开放性问题也有缺陷，问题问得太开放太广泛，得到的回答也会停留在肤浅层面而无法深入探索。因此要注意限制提问的范围，以进入更有意义的讨论。

提问的过程就是批判性思考的过程，批判性思维最基本的一步就是探讨问题之前先收集所有的相关资料和信息，回答 5W+H（谁？什么？何时？何处？为什么？如何？）这 6 个基本问题。从幼儿园阅读绘本开始，孩子就可以从故事书里的内容回答这 6 个问题，到了大学遇到的问题复杂了，但基本上还是用这个框架来提问。

鼓励孩子提问培养好奇心和兴趣

在家庭生活中，帮助孩子培养批判性思维有很多技巧，其中最重要的就是培养孩子的好奇心和兴趣，比如在他提出问题时，不妨多跟他善意地唱唱反调，因为这能帮助他们将自己的想法理清逻辑，变得条理清晰，并反思自己到底为什么会这样想。

在我们家有个共识，没有问题是愚蠢到不能问的。我记得儿子们曾经问过我：蠕虫会打哈欠吗？眼镜蛇张开嘴时会不会比我的手掌大呢？鱼是如何睡觉的……这些问题实在超过了我们的回答能力，在搜索答案之前，我们往往鼓励孩子首先提出自己的答案，比如说，你为什么认为鱼需要睡觉呢？你认为鱼是如何睡觉的……引导他提出假设，最后通过研究找寻答案。如果最后他的假设被证明是对的，成就感就会油然而生，也许还会衍生一些新的问题。

如果孩子有一个新想法或者假设时，试着让他运用批判性思维能力，想想这个假设有几种不成立的可能。科学方法的存在意义是为了证明事情是错误而不是正确的。如果孩子试遍了所有的实验方法都没

能证明他的观点是错误的，那么可能他的假设是站得住脚的。这类练习与发散性思维有关，又叫作“头脑风暴”，这样孩子遇到挑战时就不会一开始就乖乖认输。

培养批判性思维能力，就要给孩子独立做决定的机会，并教育孩子在做决定之前三思而后行。懂得种什么因结什么果，懂得如何做出明确决策，不但能增强孩子的品格和个人信念，还能对孩子的未来产生重大影响，并最终决定孩子在家庭、社会、国家中的影响力。

比如孩子如果问“我能不能先玩一会儿电脑再做作业？”你可以与孩子一起估算并统计出完成作业、吃饭、读故事、洗漱及其他不确定活动所需要的时间，从上床时间开始往前倒着推算，让孩子自己决定哪些活动是没任何商量余地的、哪些是可以灵活分配的。这个历练远比简单地说“不”更有意义，父母要扮演好引导者的角色，将孩子推到主导地位，用合适的问题引导孩子不断思考，寻找解决方案。

（作者系美国麻省理工学院原中国区总面试官，著有《丰盈心态养孩子》）

[原载于《中国教育报》2020.02.27.第 07 版.](#)

[返回目录](#)

● 课程与课堂改革

变革学习方式

何勇

学习方式的转变是课程改革的突破口，也是创新人才培养的着力点。怎样的学习方式更有利于学生创新思维的激发？我们展开了积极探索。布鲁姆把认知能力分为六个层次：记忆、理解、应用、分析、评价、创造，前三个层次为初级认知，后三个层次为高级认知，对应的是初阶思维和高阶思维。虽然我们对学生的认知能力也有全面的要求，但对纸笔测试而言，学生只要对知识理解、记忆和运用（解题）达到熟练程度的话，就可以取得很好的学业成绩。尽管我们的教学改革如火如荼、经验频出，但不能不说，改革主要影响的是认知领域的记忆、理解和应用的教学。我们的教学往往满足于学生取得优秀的学习成绩，其认知也停留在初级认知层次，丧失了培养创新意识、创新思维的机会。因此，我们希望把学生的认知与思维引向更高层次，开展“深度学习”。

深度学习是对“学什么”“怎么学”的重新解读。相较于重知识掌握的传统学习方式，深度学习强调理解和分析知识、整合和转化知识、运用知识解决实际问题，以及创生新的知识，认知目标指向于布鲁姆的高层次目标。

关于“学什么”，学校自主的空间并不是很大，但“怎样学”却是学校可以主导的。为实现合作学习，我们与合作高校成立学研小组，由学生根据兴趣爱好，3至5人进行自由组合。学研小组整合课程学习与课题研究，学习策略是“双线并进，双重学研”——课程学习线学习策略为“自主学习，同伴互助，教师指导”；课题研究线学习策略为“导师引领，团队促进，小组合作”。学研小组加入导师的课题研究团队中，建立“导师+研究生+本科生+高中生”的“学研共同体”。高中生在团队中向本科生、研究生学习，承担力所能及的科研任务，得到导师、学长的贴身指导。学生将在研究中养成的科学态度、创新思维、研究方法迁移于课程学习，进一步提高学习效率和学业成绩。如此，课程学习与课题研究齐头并进，在凸显学生创新素养的同时，促进其学业成绩的提高，由此形成了“小组学研双机制”的学习方式。

实践证明，这种学研方式促进了学生学习认知水平的提高。第一是变被动为主动，无论是课程学习还是课题研究，都自己学习、自己选择研究的切入点，然后和同伴互动，获得教师团队的指导。学生会了管理自己的时间，安排自己的学研计划。第二是学生的团队意识明显提升，每个人都是团队的一员，分工合作，共同分享，相互促进。第三是解决问题意识增强，在研究的过程中，提出假设，实验探索，数据分析，反思改进，接受质疑，学生自主探索的动力明显增强。第四是学生的创新能力逐渐提高。像学生做的“捕蝇草”捕蝇机制的研究，整整研究了一年半，切片做了一千多张，实验方案多次调整，在多次失败中坚持，最终完成了课题研究。最终，他们的研究通过重重答辩，获得丘成桐科学奖（生物）金奖。

教师在执行指向深度学习的教学中扮演着非常重要的角色。教师和学生构成学习共同体，与学生一起学习。他们可以从学生的视角观察学生的学习进程，及时了解教学策略和学习策略是否达到预期目标；

在学生面临学习挑战时能提供高质量的反馈并及时予以鼓励；能够充分运用各种教学策略和数字化工具，成为促进学生深度学习的积极推动者、有效学习体验的设计者和学习过程中的合作者，最终实现教学相长的双赢。

[原载于《中国教育报》2020.02.26.第 06 版.](#)

[返回目录](#)

● 课程与课堂改革

被疫情加速的课改认知

疫情之下，教和学的形态在加速重构。我们越发认识到，启动课改的意义和深度课改的紧迫性。疫情背后，考量学生的是自主学习习惯和自我管理能力，考量教师的是媒介素养和课程开发能力。当疫情来袭，学习方式、学习内容都将发生深刻变化的时候，给我们带来的思考有哪些？

课堂革命的新契机

王红顺

停课不停学，使开设网课成为学习新样态。而摒弃灌输式网课，以课改理念开展网课则是必然选择。课改学校的教师更应该有责任引领这一趋势，上出网课新样态，掀起一次真正的课堂革命。

网课新样态可以参照以下四个切入点：

第一，学习组织形态上，要从过去的行政组织走向自组织。

居家分散式的个体学习，更需要建立伙伴共学小组，相互勉励、相互支持，甚至走向自组织的学习。授课教师可以发动学生自我结对，在结对的基础上建立网络互助学习小组，整个学习以小组的方式开展，逐步走向在线学习的自组织。

第二，授课方式上，从过去的讲授式走向自主学习。

从过去课堂上由教师引导的自学走向真正的自主学习，即学习目标、时间、内容、路径、顺序、方式、方法、工具、结果呈现、考评方式等皆由学生自主决定，让学生借助思维导图、学习导图、鱼骨图、高效阅读等工具自学；让学生借助学科学习方法、学科思维方法自学；让学生将知识在实践运用中自学，借助网络资源如慕课进行自学，这就是放大自学，放开自学。

这里所说的自主学习包括四个要素：建立在学生具有内在动机基础上的“想学”，建立在学生自我意识发展基础上的“能学”，建立在学生掌握了一定的学习策略、学习评价基础上的“会学”，建立在学生意志努力基础上的“坚持学”。

第三，课堂形态上，倡导翻转课堂和基于思维发展的课堂理念。

教师要从课程设计的角度、学生发展的角度、素养的角度做好网络课堂的课程设计，积极探索网课背景下的教学模式改革。

线上翻转课堂基本流程：先出示学习目标及学习流程、资源、平台、工具；出示预习提纲，教师提出问题，引导学生提出个性问题，尝试建立问题系统及解决程序、思路卡；提供微课视频，学生借助暂停、重放功能选择观看，尝试解决相关问题；建立小组微信群分享交流；小组提出共性问题，教师点拨答疑；学生利用思维导图、学习导图，围绕知识、方法、元认知三个维度自主进行课

后小结；课后达标检测。

基于思维发展的课堂基本流程：一是思维激发，提倡能与学生生活关联的真实情境导入。二是思维导引，搭建脚手架。关注结论更要关注过程，借助疑与探、问与思，从目标、结构、路径、方法、核心知识对本节探究主题进行多元导引。三是思维的表征，提供混合学习区，让学生选择适合自己的个性化学习目标、学习方式。四是思维的迁移，“是什么”的简单记忆模仿问题少些，变式、理解、应用等综合思维、创新问题多些。五是思维的内化，借助冥想、思维导图等构建本节知识树。六是思维的觉察，反思顿悟个体思维、团体思维的增量，内省、觉察思维改变、思维生长及元认知改善。

第四，学习内容选择上，提倡真实情境的跨学科整合的项目学习、STEAM 学习。

教师以“事实—主题—概念—原理和规律—理论”为线，组织跨学科多元理解的深度学习。比如，有专家建议围绕下列主题：了解神秘病毒、细胞、人体；如何面对生命与死亡；面对同一事件不同信息，如何提升自己的批判性思维及媒介素养；疫情变化的数字背后藏着怎样的秘密。

这次疫情对课改来说既是一次危机，更是一次契机。而学生居家自主学习是对课改效果的一次实战检验，也是课改真实场景的实验田。疫情期间课改不按暂停键，有识之士要引领促进网上学习新常态，掀起一次课堂革命。

（作者系河南民办教育共同体理事长）

在线学习的“冷思考”与“热操作”

马东贤

新冠肺炎疫情让全国进入了最严防控紧急状态，居民宅家、工厂延工、学校停课，整个国家除了全面防控疫情外全都按下了暂停键，这一切都是为了切断病毒的传播源，早日战胜疫情，恢复正常的生活秩序。

面对学校延期开学，从教育部到地方教育行政部门都纷纷出台了“停课不停教，停课不停学”的工作部署；各类线上培训机构到处发布信息，推出网络直播课程，抢占学生在家上学的“C 位”；电视课堂、教材快递等地方性“招数”也陆续跟进。

非常时期，如何应对？这是给每所学校提出的新课题。我们提出要“冷思考”“热操作”。所谓“冷思考”，就是要冷静思考，理性面对。思考为什么要做和怎么做，分析在家上学与学校上学的不同点，研究开什么样的课程，如何运用技术等一系列问题。所谓“热操作”，就是要以饱满的热情、负责任的态度投入“停课不停学”的工作中，提升学生的自主学习和自我管理能力。

在家上学是“刚需”。一段本该是学生闲适的寒假时光，一个原本是万家团聚的春节，因为疫情被打断了。来不及拜年，走亲访友领红包，欢乐喜庆的氛围戛然而止。整个春节学生宅在家中，年味少了，线上聊天、看电视、玩游戏，成为宅家“三宝”。家长看在眼里，急在心里，本该是改善亲子关系的时机，却因为焦虑无措而期盼学校早日开学。一些家长不断为孩子布置线上学习的任务，学生忙于应付，收效甚微。随着家长复工，学生在家更成为家长放不下心的大事。虽然延迟开学，耽误不了多少新学期的教学工作，但更好地服务家长、帮助学生在家上学是教师的天职。毫无疑问，

没有教师系统有效地帮扶，只是简单地放手，学生无所适从，家长束手无策。

项目学习是“主课”。当前，大面积开展线上教学是应对疫情开展的基于互联网的一项全新尝试，其主要目的是利用技术促进学生学会学习、主动学习。然而，在线教育离开面对面的方式，教师的直接作用力减少了，师生、生生间的互动多转化为单向讲授。同时，长时间面对屏幕，学生的视力也是一个需要考量的因素。除基础学科的预学外，任务驱动、多学科整合的项目化学习，应成为学生在家上学主要的学习内容和学习方式。一天一张学习单，而不是每个教师一张学习单，让学生思考多于听讲、动手多于用眼，让生活和世界成为教材。

团队协作是关键。抗疫期间，不少教师都参与了摸排、登记、上报工作，而线上教育的开展，教师又要转变为“主播”，更显得手忙脚乱。我们摒弃了单打独斗，以年段为单位，各学科教师协作，构建“教学共同体”，共同设计项目，融合各自学科的知识、技能，提供学生学习的工具支架，研发任务单和评价量规。这样，既为教师减负，又能较好地控制学生的学习任务总量。

评价反馈是保障。评价是学习的导航仪，反馈是学习的加油站。线上学习更需要评价与反馈的及时跟进。通过线上平台，学生上传作品，教师根据不同学生的情况开展针对性评价，加强在线答疑和个别帮扶，特别要关注学困生的在线指导，提供正面激励，激发学生的学习兴趣。同时，要发挥学生自我评价、同伴评价和家长评价的过程性和多元性作用。线上平台，有更多保存和展示学生作品的空间，教师要尽可能地展示学生的学习成果，以成就感驱动学生进一步学习。

（作者系浙江省嵊州市逸夫小学校长）

疫情之下，我们需要准备什么

周卫东

疫情当前，有太多的细节引人深思。据说，向中国伸出援手的日本，眼下也正遭遇“口罩荒”。但观察人士指出，“口罩荒”并未在日本社会引发剧烈的“口罩慌”。

因为平时我们在日本可以随时看到口罩满满的存在感：地铁上，它是上下班高峰期的安全感；身体抱恙，它是利己利他的社会礼仪；餐馆饭店，它是服务行业的质量保证……更别提每年春天困扰日本人的“花粉季”，琳琅满目的口罩会占据各个商店的显眼处。

日本社会对口罩的态度，也许与他们的责任思维有关：管好自己，尽量避免给他人添麻烦。这种折射在戴口罩这件小事背后的高度自律感，也彰显了人们对待危机的态度：在灾难面前，每个人都有义务做好自己的事。

那么，作为教师，疫情之下我们需要准备什么呢？

备好信息技术课。因为疫情的冲击，所有学校被迫踩下急刹。教育部“停课不停学”的要求一出，从2月10日起，线上学习风起云涌，但与这一片繁荣和繁忙相并行的不全是有序与点赞，也有不少杂乱与埋怨。

因为在线学习这条轨道还有待优化——超大流量突然涌入，相关平台不堪重负；处在起步阶段的平台各自为政，功能残缺，体验欠佳；电子产品的副作用又令人如此惶恐……

我们知道，“危”与“机”始终相伴而生，疫情过后我们还要补上新技术的应用与学习这一课。

我们所在的地球，注定让人类无法摆脱疾病、环境问题，达摩克利斯之剑永远高悬头顶，人类社会各个组织系统都必须找到有效规避风险的途径；随着学生不断提升核心素养、自主管理能力，他们对学习效率提出更高要求，急需私人定制的学习方式；知识半衰期越来越短，即便离开校园，我们同样需要学习。

备好学科经典课。当下，许多教师为了线上教学准备新课之外的教学内容，但苦于事前没有充分准备而“无米下锅”，盲目应战。

虽说最好的学习内容应该立足历史、面向未来，在传承与创新中打破教材世界的二元对立，走向“世界是最好的教材，教材是真实的世界”，但我们千万别忘了：许多亘古恒常的文化知识内核一定是学生人生底色应有的储备。

经典的一定是永恒的，我们可以早些备下这些经典课。我们学校在这次“停课不停学”中为什么能够相对从容？主要得益于学校在各学科已经准备了相当充足的“米”和“油”。

语文学科，我们围绕“诗词里的季节”“南京城里学语文”“小古文里的大世界”等系列内容，请校内专长的教师进行微课微视频录制，已储备了40多节。此前，录制的内容定期在南京科教频道播放，目前已编入学校延长假期的课表，并通过南京市玄武区“学乐云”平台和学校微信公众号推出，赢得了区内外同行的好评。

数学学科围绕数学思想方法序列展开。学校数学团队提前进行顶层设计，努力开发“长小娃必备的数学思想方法”教程搭建课程框架，以微课呈现，已经积累了一定规模的素材。“统筹”“转化”“画图”“极限思考”等关乎数学本质的内容，有效弥补了课本内容的不足，提升了学生的数学素养，再加上定位于“感受性学习”的弹性要求，动态、卷入式的呈现方式，使学生脑洞大开。

除了这些，我们要准备的还有许多方面。比如，要让学习型家庭成为教育的“最基础组织细胞”，要让学生走向更大程度的自我管理和自组织，要让学习方式加速走向任务式与挑战式，要加速课程与资源的平台化进程，要加强智能化教育新评价展开规模化应用……

疫情如同择人而噬的洪水，也是重启未来的契机，矫正人类的行为，化解“次生灾害”，是全体教育人有所作为的领域。

（作者系特级教师、江苏省南京市长江路小学校长）

把“自本课堂”搬到线上

贺宇良

新冠肺炎疫情还在继续，非常时期学生居家自学成为常态，他们自主制订每天、每周的学习计划，合理安排自己的学习和娱乐时间；制订自律措施，主动邀请家长和老师监督；每天自觉提交学习成果，有问题及时向老师、同学求助。

对于大多数学生而言，延期开学为他们提供了一个弯道超车的好机会。而美术中学的学生通过自我定标、自我实施、自我反馈、自我激励等方式，在家学习有序进行，秩序井然。

没有了学校里的约束，学生为什么能够轻松适应这种自主学习的生活？很大程度上得益于我们学校长期以来落实的“自教育”思想。

“自教育”既是价值观，也是方法论，经过多年的实践、发展已经内化到每一位师生心中。这次疫情，让大家深刻认识到，离开学校和教师之后，自教育意识和自教育能力使学生依然能够更加有效学习。同时也证明，“自教育”通过疫情的考验，在特殊时期凸显了自身的价值，这也使我们“美中人”更加坚定了对“自教育”的信心。

“自教育”思想下的“自本课堂”有两大意象：一是牧羊人，“自本课堂”下的教师甘做牧者，不做纤夫，教师的重要职责是将学生带到“水草丰美”的知识洼地，让学生自由自在地体验学习的快乐；二是师生一起寻找水源，“自本课堂”下摒弃过去“教师给学生一碗水，自己要有一桶水”的理念，而是转身成为和学生一起寻找水源的人。

如今的在线学习很好地呈现了这样的场景。早在春节期间，全校各学科教师就拿出了网络授课的计划，学校还专门成立了网络教学共同体，共同体内教师不做“麦霸”，以学习平台为主，微信及QQ为辅，充分互动交流，将教室里的“自本课堂”搬到线上。

线上教学遵守学校作息时间表，文化课和专业课交叉进行。线上教学采用问题驱动模式，教师通过设计问题吸引学生的注意力，启发、引导学生自主学习、主动思考，鼓励小组合作探究。

线上教学增强了师师、师生和生生间的互动，不仅仅拘泥于单一的直播形式。教师要结合学生的现有学习和环境，探索学生能够主动参与、具有创造性的学习方式，实现在线互动讨论、协作探究式学习。

需要说明的是，“停课不停学”不仅仅是知识的学习，教师还要引导学生学会做人、学会学习、学会生活、学会感恩。因此，除了每天的常规教学之外，各班积极组织课余活动，如每天晚上7点看新闻联播，及时了解疫情动态，感受一线医护工作者的坚守与奉献；每天组织学生跳健身操，培养学生树立健身意识，增强体质；每天参加一项家务劳动，树立劳动意识，提高自身生活技能；每周一次网络班会课，以小组为单位轮流主持，可邀请家长参加，锻炼学生的领导力、表达力、合作力。此外，学校还举办“致敬抗疫英雄书画展”活动，全校师生踊跃参加，翰墨寄情，水彩献礼，致敬战“疫”英雄。

有学生在作文中这样写道：“在这加长版的假期，每个人都在发生着变化。看到老师们辛苦备课，爸爸妈妈每天无微不至的关怀和陪伴，医生、护士们勇敢逆行，我还有什么理由不好好学习呢？我们相信，在自律中蕴藏着无限的可能，让我们自律自立，共度难关！”

（作者系河北省保定市美术中学校长）

[原载于《中国教师报》2020.02.26第04版](#)

[返回目录](#)

● 线上教学

抓住契机构建师生在线学习共同体

孟久儿

■“扎实开展在线教学”系列评论之一

为阻断疫情向校园蔓延，确保师生身心健康，教育部宣布延期开学，同时提倡利用网络平台，“停课不停教、不停学”。连日来，各地加强组织协调，在网络运行保障、网络课程资源开发、教师培训、学生居家学习指导等方面做了大量的工作。如何确保在线教育不走样，发挥实效，我们特刊发“扎实开展在线教学”系列评论，敬请关注。

——编者

受疫情影响，今年春季学期延期开学。为最大限度减少延期开学对学生的影响，教育部及时出台了“停课不停学”的应对之策，开通国家中小学网络云平台和中国教育电视台“空中课堂”，并统筹资源为广大学生提供学习支持服务，帮助解决实际困难。各地教育部门和广大中小学校积极响应，为此做了大量工作。

与2003年“非典”停课期间广大中小學生通过中国教育电视台“空中课堂”进行远程学习相比，此次“停课不停学”的课程资源更加丰富，除了利用“空中课堂”“数字学校”“教育云平台”等国家和地方已有线上课程资源，还有地方和学校针对此次延期开学组织教师新录制的课程和直播课程。

“停课不停学”虽然是特殊时期的应对之策，但对于中小学在线教育的推动却是一个难得的契机。抓住这一契机，提高教师的在线教学能力和学生的自主学习能力，可以从构建师生在线学习共同体入手。师生在线学习共同体是指在在线学习过程中，教师与学生地位平等，通过相互交流、相互启发、相互学习的机制，实现师生的共同成长。师生在线学习共同体打破了“教师中心论”或“学生中心论”的传统模式，强调的是师生相互支持和相互合作，最终实现教学相长、共同提高的愿景。

构建师生在线学习共同体，要转变角色定位。虽然在教育过程中教师是“教”的主体，但这并不意味着教师在所有的领域都比学生强。尤其是在“互联网+”时代背景下，知识的传播形态已经发生了巨大变化，学生获取知识的途径更加丰富多样，在很多方面教师需要向学生学习。因此，构建师生在线学习共同体，需要教师和学生转变角色，教师也是学习者，不仅要提升信息化素养，也要适时与学生进行交流，根据学生学习情况，适时改变线上教学方式，优化教学资源，提升学生学习效果。

构建师生在线学习共同体，要转变理念和方式。促进学生全面而有个性发展是教育的重要目标。为了更好地激发学生的学习潜能，需要教师在在线教学过程中充分调动学生学习的积极性和主动性，培养他们的学习兴趣和自主学习能力。达到这一目标，需要教师转变“为教而教”的传统理念，真正实现“为学而教”。转变教学理念，并不意味着削弱教师的作用，而是对教师的引导能力提出了更高要求。教师要从台前走向幕后，通过课程模式设计引导学生主动学习。相对于课堂学习，学生在线学习时由于没有刚性的纪律约束，如何让他们集中注意力，保持学习欲望和兴趣至关重要。教师在课程设计上要注重以项目式、探究式等学习方式，与学生共同完成学习任务，使学生在过程中始终保持参与感，提高学生专注度和激发学生学习兴趣。

构建师生在线学习共同体，要创新评价机制。在师生在线学习共同体中，教师不仅要发挥引导在线课堂的作用，还应创新评价机制，通过评价反馈不断改进教学。教师应尝试在在线课程中引入

多元、交互的评价体系，建立由学生、家长、教师共同参与的评价机制。在对学生的评价上，由终结性评价转变为形成性评价，利用信息化记录手段，以全面的、发展的评价来衡量学生的发展，建立“学生成长记录袋”；同时也可由学生和家長对教师开展反馈式评价，这里的反馈式评价不是为了教师的评优评先，而是真正的“以评促教”，通过学生和家長的反馈改进教师的教育教学。

当疫情过去，“停课不停学”将成为一段记忆，“全民网课”将成为一段历史，但在线教育的趋势却是一种真实存在。抓住当下在线教学的契机，构建师生在线学习共同体，将有助于实现线上学习的教学相长、共同发展。展望未来，当学生适应了在线学习、教师熟悉了在线教学，网络课程就会成为学生课后拾遗补缺的重要平台，在线教学也会成为教师实现差异化教学和因材施教的重要手段。

（作者系教育部教育发展研究中心博士）

[原载于《中国教育报》2020.02.25.第 02 版.](#)

[返回目录](#)

● 线上教学

线上学习如何高效开展？

本报记者 王强

■“防控疫情守护学生成长”系列报道之五

访谈嘉宾：

郭绍青

教育部信息化教育专家组专家、西北师范大学教育技术学院院长

徐寅波

浙江省衢州市电化教育馆馆长

谢学宁

广东省深圳市盐田区外国语学校校长、特级教师、正高级教师

商南花

湖南省浏阳市新翰高级中学校长

吴健

湖南省株洲市红旗路小学校校长

为应对防控疫情需要，教育部办公厅、工信部办公厅前不久联合印发《关于中小学延期开学期间“停课不停学”有关工作安排的通知》提出，指导学生以多种方式居家学习，加强学生网上学习资源选择的指导，要针对线上学习特点和学科特点，认真研究明确适合线上学习的课程……

2月中旬是一些地方原定开学的日子，延迟开学后，一些地方开始推行线上学习，然而，这次因延迟开学而推行的线上学习毕竟是一次新的尝试，涉及工作较为复杂，一时间，一些地方在实践中遇到了诸如网络延迟、断线等难题。开展线上学习究竟存在哪些困难？如何确保线上学习质量？做好线上学习，地方可从哪些方面重点着力？记者就此进行了采访。

线上学习的质量如何得到有效保障？

记者：质量把控是线上学习的难点，如何确保线上教学的质量？

郭绍青：保证学生学习质量与学习效果评价的根本在于在线学习模式的设计。例如：对数学学科教学，选择具备大数据分析技术支持的在线适应性学习系统，不仅对学生学科知识与能力进行培养，同时能够促进学生自主学习能力、信息技术素养、沟通交流能力、小组合作学习能力等的综合培养，而评价环节比课堂教学来得更加及时、精准。当然，在不能获得适应性学习系统时，也可使用组卷系统，教师通过推送微课程，学生自主学习，教师利用在线组卷系统对学生学习情况进行在线评价，获得及时的学生评价结果，使教师能够针对性进行在线讲授、答疑、组织学生小组合作学习等。不同学科教师能够根据自己学科需要，选择相应的数字教育资源，进行在线教学模式设计。简单的在线直播教学仅仅是课堂讲授教学的网络搬家，要保证学生学习质量，必须进行学习过程干

预与调控等学习活动设计与运用。

徐寅波：需要班主任和任课教师承担起相应的日常管理责任，通过各种网络工具及时掌握学生的听课学习情况以及作业、练习等反馈情况，做好各种课后的质量落实保障，特别是要高度关注学困生的学习情况，做好个性化答疑和辅导。

浙江衢州许多学校在线上学习过程中，通过网络上传作业、在线家校本等方式来实现学生学习的监管和质量保障，取得了一定实效。在教学质量保障方面，学校应当切实履行教学管理职能，建立适应线上教学的管理机制，并有效地落实给所有教师和班主任。

如何帮助学生选择适宜的学习资源？

记者：我们注意到，目前各类在线教育课程纷纷上线，但质量参差不齐，如何帮助学生选择适宜的学习资源？

郭绍青：面对海量数字教育资源，教育管理部门建立常态准入、监控与淘汰机制，进行政治性、教育性、科学性、技术性等方面的评价与监管非常必要。在当前疫情特殊时期，区域与学校要组织专家组，根据线上学习模式的需要，筛选、整合遵循党和国家的教育方针、符合课程标准、满足学生学习能力发展水平需要的数字教育资源。而智力资源服务相对比较复杂，像企业提供的英语一对一在线教学服务，实际是在线智力资源融合数字教育资源服务类型，如果融合这类资源进入到教育体系中，需要甄别的不仅仅是数字教育资源，更需要对在线进行教育服务的人的甄别与监管，但智力资源服务是“互联网+教育”未来发展的重要方向，需要得到关注。

谢学宁：可以从教师资质、宣传推广、课程质量、合同签订、公示信息、服务质量等方面加以辨别。

家长要关注平台公示的信息和网上各方面的评价，首选办学历史较长、知名度较高、专业从事在线教育的大平台；特别注意甄别教师水准，可以通过在线和电话互动了解选课老师的切实信息；下单前，一定要反复比较，试听试看后再决定。

在甄别在线课程时，教师要起到最关键的作用。因为只有教师最了解学情，最能辨别优劣，在推荐在线课程时，教师要把关选材，提前了解教材版本、教学内容，以素养发展为目标，从孩子兴趣出发，从孩子需要出发，从孩子成长出发，仔细甄选之后，方能为学生提供适合的资源。

商南花：甄选学生适合的、优质的线上资源要做到“三看”：一看平台功能。选择线上课程时，需看该课程发布的平台功能，以系统功能数量为参考，重点看功能实用性如何。功能数量多且系统稳定的平台是比较值得信赖的。二看系统稳定。选定平台后，可通过体验课或试听等方式全面体验这家在线机构技术商所开发的网络课堂系统，重点看是否有卡顿、延迟、掉线等情况，使用过程是否简单方便。三看公司实力。主要看专业性，有些公司综合性较强、技术开发范围广，但功能上并不适合教育。最好选服务教育机构数量多反应好，开发网络课堂系统产品能满足不同学段的教学学习需求。如中国大学 MOOC、国家中小学网络云平台提供的课程资源等。

记者：如何为学生提供更多样的优质学习资源？

郭绍青：学习资源不是越多越好，一些平台拥有者会介绍他们拥有多少 T 的资源，但从介绍有多少 T 的资源访问量是零。学生的时间是有限的，体系化的精品资源供给十分重要。政府搭台、企业开发、学校购买服务是国家建设与供给资源的基本导向。当然公益性学习资源供给能够为学校提供免费服务值得提倡，公益资源的持续更新与开发很重要。数字教育资源正走向高技术融合开发的方向，学科工具、虚拟学习系统、智能虚拟学习系统等还是需要互联网教育企业开发、供给。对于学生来讲，是公益性提供还是企业收费服务并不重要，重要的是教育行政部门与学校为学生推荐使用的资源是不需要付费的。

如何打造一堂高效的线上学习课？

记者：一些地方推出了在线直播或点播课程，如何打造一堂高效的线上学习课？

吴健：疫情时期，打造一堂高效在线学习课，我认为可以从以下维度着力。

在内容上，不要提早开讲下学期的新课，避免增加孩子负担。建议寒假期间老师们可以利用线上资源，结合时事，为孩子们安排一些疫情防护知识、心理健康辅导等学习内容。

在技术上，建议学校统一做一个精确到每一步的家长操作手册，手把手帮助家长和同学们找到直播间、学会用直播间。老师们在首次开讲前，也应多做练习，熟悉直播技能。尽可能避免将珍贵的课堂时间浪费在解决技术问题上。

在时量上要控制适当，在开播之前，可以提前在群里了解一下同学们的疑问，结合重难点来开播，更有针对性，效果也会更好。

在资源上，建议老师们可以不局限在纸质版的讲义上。视频、音频、丰富的线上学习资料网站都可以用起来。

在评价上，可以通过练习、作业来评估学生的学习效果，以此督促学生改进自己的学习过程。

开展好线上学习，需要重点注意哪些地方？

记者：地方和学校在开展线上教学时，有哪些需要重点注意的地方？为进一步做好线上教学，您有哪些好的建议？

郭绍青：疫情期间的线上学习是对各类平台的功能、服务水平与能力、网络通信能力、教师与学生信息素养等的一次大检阅。需要地方与学校特别关注以下问题。一是进行线上学习模式的多样化设计，不能一味使用在线直播教学，直播教学对网络实时传输能力要求高，如果当地网络条件或数据中心不满足大量实时并发的要求，会造成平台崩溃、严重卡顿等问题。二是在较大区域内（学生数较大的省份）要考虑平台分流，分散压力，同时也保证某个平台出问题不会影响全局。三是组建多类型的技术服务团队，为教师与家庭提供技术支持服务。四是考虑学生家庭条件复杂性，要采用多种方式，保证每个学生获得在线学习服务需要特别重视。五是组织教师教学共同体，共同设计、分享经验，互相帮助解决问题。

徐寅波：从之前有的一些案例和反馈看，学生对于纯点播性质、缺乏有效互动的在线课程普遍不感兴趣，学校应当尽量丰富师生网络互动的方法和手段，组织教师重点加强“隔着屏幕如何调动学生情绪和课堂气氛”方面的思考和研究。另外，线上学习需要对着屏幕，有许多终端是小小的手机，应当严格控制教学时间，尽可能避免学生视力受到影响。与此同时，给学生一些时间、一些空间，适当“留白”，让学生参与家庭生活和亲情沟通、多做些家务、进行些文体活动，这也是一种必需的教育。作为教育者，我们不能一看到学生空下来就焦虑、恐慌，要多给家长和学生一些正确的引导。

谢学宁：首先，缓解焦虑，因地制宜。其实，寒假长一些，让孩子们做做休闲阅读和基础背诵，多花点儿时间在自己的兴趣爱好上，是完全可以的。担心教学进度完不成完全没必要，哪怕调整一下暑假也是可以的。

其次，控制节奏，真心育人。应该考虑我们的教育首要解决什么问题。线上学习不是简单地为了追赶教学进度，而是让居家生活有意义、有活力、有价值。特别是要挖掘出疫情所带来的特有的教育价值，我们可以让学生选择课程，让每个学生一张课表。让学生精神上强起来，心灵上静下来，身体上动起来。

商南花：重点要做到三个“不能”。

不能重教轻防。始终把疫情防控工作摆首位，把师生生命安全和身体健康摆在第一。把问题想

得严重一点儿、把应对方案做得全面一些、把工作做得更加精准一些。守好“责任田”护好“一校人”。为师生生命安全和身体健康保驾护航，筑牢校园安全健康防线。

不能重教轻研。由于师生居家教与学，缺少特殊学科的设备，如体育、音乐等，因此要通过网上教研，调整教学计划，多安排、设计学习陈述性知识的课程，将实验操作、合作互动、活动性强的课程调整到正常开学后学习。同时，备课组、教研组要重点进行“双线模式”备课研究。通过网上教研，在线下教学备课的基础上，通过修改完善，变成线上教学教案，教师研得有多深有多全，学生就能学得有多深有多全。

不能重教轻育。疫情当前一些地方推出的线上学习，需要地方、学校加强指导，注重学生全面成长。不能只教不“育”，只学不“长”。线上学习应该依据现实条件，结合学生实际生活，以有利于学生全面发展为目标，从理念、内容、方式层面做更科学的设计。要把全国上下一心共同抗击新冠肺炎疫情的特殊材料转化为有价值的育人课程，成就学生一段特殊的成长经历，用技术、专业、智慧、爱心构筑“非常成长课程”，这是教育的责任。

[原载于《中国教育报》2020.02.26.第 04 版.](#)

[返回目录](#)

● 线上教学

变“督”为“导”指导线上学习

李荐

目前，有很多老师都在准备网上教学，传统的授课方法不适于电脑屏幕上的教学，因为相关专家研究，一个人连续集中精力的时间一般不超过 15 分钟，而人坐在电脑前，对着电脑屏幕集中学习的时间更短，一般不超过 6 分钟。所以很多电脑软件，往往把重要的内容通过形象诱人的方式，在 6 分钟之内展现出来。要想让孩子在电脑前学习收到很好的效果，这些学习科学的规律我们不能不遵守。

疫情改变了传统的学习方法，如果我们依然按照传统的教学老路去走，危难就变成了断送学生发展、蹉跎学生时间的危险，老师只有顺势而变、遵循规律才能把疫情变成机会，让学生在灾难面前更快成长。录制网络课，老师不能按传统的教学方式把课一讲了之，要根据人在电脑前学习集中精力时间一般超不过 6 分钟的特点，备课时抓住本章、本节、本课的核心知识点，把知识点讲深、讲透。所谓“讲深、讲透”，就是不仅告诉孩子解题的方法，更要讲明为什么如此解题的道理，让孩子知其然也知其所以然，以便让孩子领悟后，能够达到举一反三的效果，也就是老师们常说的“注重学生的思维发展”。在学习过程中老师处于主导地位，在学习方式必须变化的大前提下，要想取得抗疫的胜利，让孩子在家学习收到很好的效果，教师的网上教学首先要改变。同时要变“教”为“导”，启发和调动学生生活中与知识点结合的“前拥知识”或体验，自主探究、同伴研讨，收到和在校学习一样的效果。

家长的转变也是一个重要方面。家长的职责是监督和陪伴。疫情来了传统的上学方式变了，家长监督的职责虽然没有变，但监督的方式、监督的内容却发生了变化。把家庭变成课堂，家长要和孩子一起为学习创设一个良好的环境，并把过去只对“结果”监督变成全过程的督导。过去孩子在学校遇到问题可以去找老师，现在家长就是助教，家长要帮助孩子解决问题、处理问题。如果家长的文化程度具备辅导孩子学习的能力，要注意要把帮孩子解题，变为让孩子通过解题明白解题的道理，要呼应老师把核心知识点“讲深、讲透”的做法，注重在思维发展上培养孩子。

如果家长不具备辅导孩子的能力，要陪伴孩子一起学，看看孩子的教科书，和孩子一起交流讨论，鼓励孩子向学习好的同学请教，培养孩子遇到困难不退缩、寻找积极解决问题办法的能力，同时保护孩子的学习兴趣，鼓励孩子在学习过程中的点滴收获。当孩子解决了一个学习上的问题时，家长这时可以放下身段，让孩子讲给自己听，一方面帮助孩子巩固复习，另一方面也用这种方式鼓励、赞许和嘉奖孩子。家长的“结果”监督，要侧重在作息时间、生活习惯和思维方式等方面上，对孩子学习过程进行监督，则要把“监”变“伴”，把“督”变“导”，在解决问题的过程中，帮孩子缕清思路，找准方向和方法。

学习科学友善用脑的理论强调孩子是学习的主体，“停课不停学”是教师、家长和学生共同面临

的学习方式的新转变。教师要运用科学的学习理论指导网络教学，把疫情的“危难”变成教育理念提升、教育行为转变的“机会”；家长也在做好陪伴和督导的同时，学习和运用学习科学友善用脑的知识辅导孩子，帮助学生探寻和把握孩子成长的自然规律，把这段特殊时期变成磨砺孩子成长的砥石。

（作者系北京市学习科学学会秘书长）

[原载于《中国教育报》2020.02.29第 03 版.](#)

[返回目录](#)

● 线上教学

“停课不停学”学什么

面对新冠肺炎疫情，各地学校都延期开学，学生如何在家做到“停课不停学”，在线教学中需要注意哪些细节？本期我们继续探讨这一话题，希望对您有所帮助。

“在家学习”要补上什么

符永平

这个假期，从班级授课制的课堂一下翻转到虚拟的一个人在家学习的课堂，一般来说，师生都很难马上适应。我们必须坚持“以学生为中心、以学习为根本”的目标，教师教授简明、引领得当，学生自觉先学、有效合作。而学科教学与信息技术的融合发展，让学生不断适应“互联网+教育”各自在家学习的网络课堂。如果将可行性与现实情况相结合，我们认为手机微信是当下包括农村学生可以使用的网络平台，课堂形态目前应该以手机微信平台交流为主。

一个班里的学生人数较多，每个人的问题都上传，群的管理与教师指导难度较大，时效性也不强。因此，学校可以建议各班在教师指导下先建立学习小组群，强调自己能解决的问题就不在小组群里耽误大家时间，在小组群能解决的问题就不上传全班。以学习小组为单位，重点突出小组不能解决的有价值的学习问题，以及开发的新问题，实现全班共同解决与共享。同时，教师以学科学习指导为主，注意引导学生多样的学习方式，充分发挥生生互助的团队学习导向。教师不一定要面面俱到，学生的难题切忌直接告诉解题方法和答案，要引导学生形成用心思考、自主探究的学习方式。

在这个非常时期，如何培养学生在家学习的自主性及关键能力？如何设计好在“停课不停学”中“学什么”的问题？

从目前来看，官方和民间机构线上教育平台学的内容指向学科教学，好像为了弥补教学进度，教学方法都是大家“齐步走”的接受式学习，特别是毕业班学生担心复课后进度来不及。而这些学科内容一定要补吗？学生线上学习这些学科内容，基础肯定明显参差不齐。复课后，学校要不要就这些内容重新回炉？那么这样的学习有多大作用？学生因对网络课堂上的基本要求和操作规范等都不了解，特别是互动环节、反馈环节等都不太清楚，所以这一课首先必须补好、备好、上好。另外，还应补上那些平常学校教育缺失的东西。例如，在家长的配合下加强自我管理，避免生活学习规律节奏混乱。又如，做一下学习生涯规划，寻觅内心梦想。

学生最需要补什么？平时在学校，不少学生一直被教师牵着鼻子学习，重学科内容、考试内容，轻学习方法、学习品质。我们从大规模质量监测数据发现，学生的学习品质、学习方法显著影响学业成绩。而这段时间正好应该补上这个缺口，跳出学科辅导的陷阱。学贵在得法，学习力是学生终身的努力，有良好学习方式的学习才是高效益的。我们不能以追赶教学进度为目标，应着力挖掘“停课不停学”的“学”的内涵。因此，要在学生自主学、会学上大做文章。可以想象，如果教师利用好

这个难得的时间段，培养学生良好自主学习的习惯和正确使用网络学习的习惯，还愁复课后学生有什么不能补上吗？学生会学了，还愁学生学不好吗？从这个意义上来说，我们要珍惜这次对学生自主学习训练与指导的机会，有效推进课堂教学改革。

在学科学习方面，教师可以先开发一些基本课型，如新授课、复习课、作业讲评课等，在“怎么学”的关键处着力。同时，要充分利用家长在家陪学的天然条件，相信家长在教师指导下对孩子管理和指导的能力。教师对于家长如何引导孩子在家自主学习也要进行科学指导，其中的学案设计也要为了便于家长检查督促和指导服务。

（作者系江苏省南通市课改办副主任）

停课不停练，运动无假期

柳田牛

在抗击新冠肺炎战役中，为落实教育部“利用网络空间，停课不停学”的精神，全国各地教育部门、学校以及体育教师利用各类网络平台相继推出了适合学生居家锻炼的运动指南与计划。对于在延长假期内不能到户外运动的广大中小学生起到了很好的指导与示范作用，而科学有效地锻炼身体，对于促进健康、预防疾病、抗击疫情大有帮助。与此同时，武汉市教育局与湖北省顾静名师工作室联合推出了 30 期“亲子运动课堂”，从 1 月 29 日发布以来，深受学生和家長喜爱，一时间来自武汉市 3000 多个家庭通过线上打卡的方式记录每日居家锻炼的亲子时光。下面就“亲子运动课堂”中的“益”与“趣”谈谈自己的收获与体会。

“亲子运动课堂”的创作团队成员都是武汉市多年从事一线教学的体育教师，他们设计的身体练习方法突破了居家锻炼场地空间小的局限，解决了项目器材少的难题，并根据青少年身心发展特点，遵循运动与恢复的规律，每堂课包括准备活动、素质练习、放松拉伸三个环节。其中，在素质练习这一环节，从身体锻炼的全面性出发，每堂课练习时间约 30 分钟，共 4-5 项内容，包括上肢、下肢与腰腹等身体部位，主要以有氧运动为主，全方位、多角度增强学生的体质。

另外，与不少居家锻炼的项目不同，“亲子运动课堂”所有的练习都是通过亲子互动的方式共同完成。亲子运动可以更好地体现父母与孩子之间的情感交流，更能启发孩子在智力及运动健康方面快乐成长。我对此体会颇深，并深受裨益。因工作原因，自己平时与孩子的交流多以语言沟通为主。时间一长，与孩子的沟通有时会敷衍搪塞，情感交流质量也大打折扣。这次假期，通过“亲子运动课堂”，每天根据任务要求，坚持与孩子锻炼打卡。几天后，孩子会主动提醒我一起去完成打卡任务。更重要的是，通过这种亲子互动，与孩子的关系也逐渐亲密起来。

“亲子运动课堂”除了注重锻炼科学性与实效性之外，还对每一个亲子运动项目的趣味性有所讲究。“翻山越岭”“小蝌蚪找妈妈”“猴子上树”……看到这几个项目的名称，是不是觉得很有意思呢？没错，不仅仅是项目名称，“亲子运动课堂”大多数练习内容为简单易操作的小游戏。学生和家長可以通过相互挑战 PK 或合作的方式完成游戏。例如“抓尾巴”这个游戏，家長和孩子各用一条毛巾藏在背后，看谁能最先抓住对方的“尾巴”。相比传统枯燥乏味的身体练习，“亲子运动课堂”的内容很容易让学生接受，并产生浓厚的练习兴趣。

假期体育锻炼是体育课堂教学的延伸与补充，是培养学生运动习惯、增强体能、提高心理素质

的有效形式，也是假期生活的重要环节。宅在家中，科学适度的锻炼可以提高自身免疫力，降低机体感染细菌、病毒的风险，一定程度上还可以缓解心理压力与焦虑情绪。在此，愿与更多的家长一起，通过“亲子运动课堂”共同陪伴孩子成长，并构建亲密无间的亲子关系，用更加强壮的体魄抵御病菌的侵袭，用更加良好的身心迎接春天与美好生活的到来！

（作者单位系湖北省武汉经济技术开发区洪山小学）

[原载于《中国教师报》2020.02.26.第 05 版.](#)

[返回目录](#)

● 线上教学

“停课不停学”须综合设计

朱福荣 蔡其勇

在防控新冠肺炎疫情的特殊时期，如何将“停课不停学”这一事关学生发展的应急性决策落实好，成为当下的重点工作。我们认为，教育工作者要站在学生健康成长角度，综合设计这次“停课不停学”的具体实施方案。

重在把握好学习的内涵

“停课不停学”是一种广义的学习，绝非仅指文化知识学习，更不是单一的网上上课；这是落实立德树人根本任务，实现家校社协同育人、德智体美劳“五育”融合的全息育人时机。此次疫情中，出现了许多涉及道德教育、科学教育、社会教育、生命教育、公民责任等方面的教育素材，也融合了最鲜活的各类学科知识。我们可以根据不同学段、不同学校的实际，充分挖掘疫情带来的课程资源，真正实现“教育性教学”，达到培养“完整性育人”的目标。

其一，有十分丰富的德育内容。此次疫情波及面之广、感染人数之多、防控难度之大、投入阻击战的人员之众，都是历史上罕见的。然而，在党中央的统一指挥下，军民工学商聚力抗击疫情，采取联防联控遏制住病毒的蔓延。这样的速度与力度，在其他任何国家都是不可能实现的，从而进一步显示了社会主义制度的优越性，是一次对学生进行爱党、爱国、爱人民和爱社会主义的教育。在防疫阻击战中涌现出众多的平凡英雄，出现了很多可歌可泣的感人事迹，正好是向英雄学习、履行公民责任的教育内容。

其二，有丰富的安全卫生、生命健康与艺术教育内容。学校根据不同学段学生认知特点，开展“今年过年，为什么不能出门玩”“为什么各省市启动一级响应”“为什么要勤洗手、怎样洗手”等专题的研究性学习，让学生理解生命意义和人生价值，具有安全意识与自我保护能力。还可以利用这段时间在家庭开展文化艺术和体育活动，形成或发挥兴趣特长。

其三，提供了难得的劳动教育契机。可以从疫情阻击战的医务工作者、科研工作者、社区服务者等众多劳动者身上学习其劳动品质；也可以引导学生参加家务劳动，比如每天学做一个家常菜，开展手工制作等。

其四，有很好的科学教育内容。可以引导学生学会明辨是非，理性、科学地看待疫情，甄别那些没有经过专家论证的数据、假新闻，做到“不信谣、不传谣、不造谣”；也可以把防控疫情中的一些素材与学科教学结合，解决实际问题，比如道德与法治学科结合材料讨论自由、良知、命运共同体等话题，数学学科以“疫情趋势图”为蓝本，从统计与概率角度制作统计图、模型反映疫情变化趋势，分析疫情的扩散规模等。

其五，促进家校共育。教师和家长共同指导学生制订居家学习与生活计划，养成良好的生活习惯、自主学习习惯、身体锻炼习惯。同时，学校和教师还可以指导家长如何陪伴孩子，提高陪伴的

质量。

难在找到适切的学习方式

当前的课改在学习方式变革上存在各种各样的问题。此次“停课不停学”，客观上为学习方式、教学方式的改革提供了一次机遇。

学校可以根据校情、学情以及疫情，设计主题式、项目式、探究性学习，组建学习团队，通过查询资料、网络访谈，形成研究报告、小报、美术作品等；可以开展实践性学习，让学生开展小实验、小制作，创编歌曲、舞蹈、情景剧、游戏，参加体育锻炼、家务劳动，在劳动中增智、健体、育美；可以让学生体验自主学习，适当预习新知、复习旧知，为到校集中学习新课打下一定基础；同时多阅读名著名篇，适当观看经典影视节目，拓展知识面，提升人文素养。

我们认为，线上教学仅仅是“停课不停学”的方式之一，同时还要受学生认知基础、硬件条件、家庭学习环境等的制约。所以，教学方式要多样化、个性化，不能照搬传统的教学计划，不能照搬传统的课程表，不能按传统的学校作息时间安排上课，不能把学校课堂环境下的教学直接搬进家庭环境下的学习中。

贵在形成多团队合作模式

“停课不停学”需要学校整体设计，不能让学科教师各自为战。可以通过“五个团队”的力量来保障学习效果：一是学校管理指导团队，校长带领团队把握方向，解决“线上教学”中出现的矛盾、困难，协调资源，指导教师备课、上课等；二是学科课程开发团队，该团队在学校的总方案下策划主题、专题，师资互补，协同备课、制作微课等，达到为学生提供优质课程资源的目的；三是教育技术支持团队，学校的信息技术教师、艺术教师以及在网络技术、配音配画方面有特长的教师组成教育技术支持团队，协助文化课教师备课、制作微课等，解决一些技术难题；四是心理辅导团队，把在心理咨询、辅导方面有一定专长的教师组织起来，对学生、家长、教师进行适当的心理疏导，解决“停课不停学”中出现的新矛盾；五是危机应急团队，疫情突如其来，师生遇到困难在所难免，学校由专人统一规范解释、疏导，设立咨询电话，并告知教师、学生和家，方便教师教、学生学、家长管。

学校在实行“停课不停学”前，对学生居家学习的条件要进行调研，防止以居家学习完全代替学校课堂教学；在正式开学恢复课堂教学后，要精准分析学情，对学生居家学习情况进行摸底，对学习质量进行诊断评估，有针对性地制订教学计划；对已经居家在网上学习过的学科课程，有重点地对已学内容进行讲解和复习，加大对学习困难学生的帮扶力度，确保每名学生较好地掌握已学知识内容，然后再进行新的课程教学。

（作者分别系重庆市北碚区教师进修学院院长、特级教师，重庆市教育科学研究院院长、博士生导师）

[原载于《中国教师报》2020.02.26.第 06 版.](#)

[返回目录](#)

● 线上教学

“九结合”提效线上教学

杨永厚

当前，为应对防控疫情新形势，中小学“线上教学”已拉开帷幕。如何增强线上教学实效性，我在深思基础上特别提出“九结合”提效线上教学的对策建议，供同行参考。

纸质教材与电子教材使用相结合。教材是教与学的重要载体，也是影响教学效果的直接因素。受疫情影响，目前各地中小学师生大多未能拿到纸质教材（课本），现在网络上已有可供下载的电子教材。教师依据教学进度，可以让学生在电子课本的同时，适当下载打印一些纸质教材内容，做到纸质与电子教材相结合。毕竟使用纸质教材与电子教材对学生而言，效果还是有差异的。

教师备课与学生预习相结合。教师备课和学生预习是影响教学效果的重要因素，对于线上教学来说就显得更为重要。教师在关注常态备课环节因素的同时，应根据线上教学的特点与局限及学生在家学习的实际，更加重视学生的预习环节，研制学生预习任务（单），让学生有备而学。做到教师的备课与学生的预习相结合，效果会更好。

教材内容的教学与拓展性生活相结合。实现课程教材内容与社会生活、学生生活有机融合，不仅是新课程教学改革倡导，也是增强线上教学效果的手段。教师在线上教学的过程中，依据、利用、优化好教材内容，同时更应挖掘、开发当前防控疫情背景下的鲜活教育素材，如典型人物、时代元素、科技知识、高尚品质等。实现静态教材与时代生活有机结合，增强教学效果。

创新教法与指导学法相结合。教法学法是影响教学效果的显性因素。线上教学教师采用的教法应与常规状态下的方法有所区别，加之受限于师生难以面对面、先进工具难以使用，教师应根据线上教学新形式，创新教法，采取问题驱动、分层分类等方法。更重要的是，教师要把指导学生如何适应线上教学而采取匹配的学习方法纳入教法的“队列”，实现教法创新与指导学法相结合。

学生线上收看与教师线下指导相结合。线上教学决定了学生只能以收看收听作为主要的学习方式，师生互动、现场合作、讨论、交流等成为奢望。如何保证学生线上教学的效果？一方面教师要引导学生排除干扰，专心致志地看、听、记，另一方面则应在线下指导“显身”，通过电话、微信、QQ群等给学生指点迷津、答疑解惑，使学生线上学习与教师线下指导有机结合。

文科课程与理科课程安排相结合。文、理、艺、体课程穿插安排教学，不仅符合脑科学、学习科学的原理，也有利于促进学生的身心发展，增强学习效果。线上教学受制于多种条件，在学科教学安排上存在一定困难。尽管如此，学校在对“线上教学”科目安排时必须做到：语文、道德与法治、历史、地理等文科类科目与数学、物理、化学、科学等科目科学搭配，同时应注意安排一些艺体类科目或时政、社会等专题。这样不仅可以减缓学生因某一类科目过多、单一可能产生的疲劳、枯燥之感，而且有助于增强学习效果。

教学的统整性与差异性相结合。教师教学的整体推进与照顾学生的差异性，也是影响学生线上学习效果不容忽视的问题。线上教学要求教师既要按照大多数学生的学习需求，依据教学计划整体推进、讲求进度，又要考虑如何照顾学有困难的极少数学生。建议教师可以适当放缓教学进度、降低难度，在教学时体现层次和梯度，同时克服困难，加强与学有困难学生的联系，有针对性地指导

帮扶，不放弃每一位学生。

教师指导与家长配合相结合。完整科学的教育教学离不开教师的悉心指导与家长的积极配合。线上教学背景下的教师与家长的配合，更是增强学生学习效果的重要保证。教师应采取新的指导措施，指导家长如何配合协作，家长更要主动承担起指导学生在家学习的主体责任，按照教师的要求，营造良好的家庭学习环境，关心、指导孩子学习，督促孩子积极完成学习任务，也可以主动与教师联系沟通，陪伴孩子顺利度过特殊时段。

学生学习与反馈评价相结合。线上教学存在的最大难题，可能在于教师如何帮助学生巩固知识及对学习反馈的评价。解决这一难题，要求教师提高教学的针对性、趣味性、实效性，同时采取每堂课后布置适量作业和周期性、单元性测试题，定时公布答案，让学生自评或家长批阅，将结果反馈给教师。教师可以开设专门的学习测评、反馈讲座，了解掌握学生的学习效果，再反馈给学生及家长。

（作者系陕西省西安市鄠邑区教研室正高级教师）

[原载于《中国教师报》2020.02.26.第 06 版.](#)

[返回目录](#)

● 疫情教育

疫情告诉我们什么

朱达

■局长战“疫”说

战“疫”，教育责无旁贷！近日，多位局长发声，面对突如其来的疫情，教育人要守好自己的“责任田”，除了开展疫情防护知识教育外，还要上好学生的思政课。本期起，周刊开设“局长战‘疫’说”栏目，刊发各地基层教育局长的思考，敬请关注。

——编者

同学们一直待在家里“抗疫”，一定闷坏了吧。疫情让我们“宅家”，给了我们和父母亲人充分交流的时光，也给了我们深入思考的机会。这段日子，我也有很多话想跟我们的同学们说，希望你们健康，希望你们的家人和周边的人健康，希望你们在家待得好好的。今天趁这个机会，我想跟大家探讨：

疫情告诉我们什么？

疫情告诉我们该怎样爱护自己和人类。每个人的生命都只有一次，生命是非常宝贵的，我们一定要珍惜。疫情之下，我们务必要学会保护自己的身体健康和生命安全。强大的免疫力是抵御病毒的最有效屏障，因此，要养成健康的、有规律的生活习惯。面对病毒，要用科学的措施和方法，保持积极乐观的态度，保护好自己，保护好家人。对自己负责、对周围人负责、对人类负责，是每个人的责任。

作家史铁生曾说过：“发烧了，才知道不发烧的日子多么清爽。咳嗽了，才体会不咳嗽的嗓子多么安详。”今天，在我们放弃出行、带上口罩、宅在家里的时候，会更加深刻领会这样的体悟，会更理解那些静好的岁月里，我们本来拥有的幸福。

如今的疫情是命运给我们上的一堂特别的健康教育课、人生课，让我们静静在家里，去体会拥有健康的可贵，去体会与家人在一起团聚的幸福，去体会人世间的温情和真爱。

疫情告诉我们该怎样爱护大自然。本次疫情不但引发了人们对于生命、健康的思考，也引发了人们对城市安全、人居环境、人与大自然的关系等一系列问题的思考。在生态文明时代，我们必须认真思考：人类该如何与自然和谐相处？如何对待野生动物？如何像爱护眼睛一样爱护公共环境、守护共同的家园？这已成为我们每一位同学的必修课。

恩格斯说：“我们不要过分陶醉于我们人类对自然界的胜利。对于每一次这样的胜利，自然界都对我们进行报复。”恩格斯的这句话说明了人类可以利用自然，改造自然，但同时必须敬畏自然、呵护自然，更不能凌驾于自然之上。

野生动物是大自然的生灵，我们对其应怀有一颗敬畏之心。敬畏不是示弱，而是对自然规律的尊重。肆意践踏自然规律，必然招致自然对人类的惩罚。我们要与大自然和谐相处，爱护动物，决不任意杀戮和食用野生动物。

“疫情”告诉我们该怎样爱护我们的国家。多难兴邦，磨难造就伟大的民族。刚刚过去的2019年，

对于阔步走向伟大复兴的中国来说，是非同寻常的一年。我们为共和国 70 年的辉煌成就喝彩，被爱国主义的硬核力量震撼。但我们也经历着中美贸易战、香港的反修例风波等事件。沿着历史的长河上溯，无论是改革开放 40 年来、中华人民共和国成立 70 年来，还是鸦片战争近 180 年来，我们中华民族经历了太多的不幸和苦难。

灾难，当然不是什么好事，但是正是这一次又一次的灾难，砥砺了我们的斗志、凝聚了我们的力量，让我们患难与共、众志成城。

中国人民具有伟大的团结精神。一方有难，八方支援，团结一心，共克时艰。这是深植于中华民族血脉的同胞情义，是守望相助的 14 亿人面对无情病毒书写的人间温暖。打响疫情防控的人民战争，我们团结奋战。在这场人民战争中，从城市到乡村，从内陆到边疆，14 亿人民心往一处想、劲往一处使，共同与病魔展开搏击。更有一批医护人员和爱心人士的大爱情怀，构成休戚与共的命运共同体，形成齐心协力、众志成城的强大合力。

多难兴邦是一个沉重的词语，忍辱负重是其不可或缺的内涵。我们国家的城市治理体系和治理能力现代化还有很长的路要走，追求更加美好生活是一个历史上曾长期走在前列的古老文明大国对基本尊严的诉求，这种尊严别人给不了，只有团结在中国共产党周围，走中国特色社会主义道路，靠 14 亿人民凝聚起来的磅礴力量去奋力争取！

同学们，没有一个冬天不可逾越，没有一个春天不会来临。相信如期而至的不只是春天，还有疫情过后平安的你、健康的你，更加乐观阳光的你、更加坚韧自信的你！

（作者系宁波市教育局党委书记、局长）

[原载于《中国教育报》2020.02.25.第 05 版.](#)

[返回目录](#)

● 疫情教育

战“疫”，正是生命教育好时机

但汉国

2020年，一场新型冠状病毒（以下简称“新冠病毒”）肺炎疫情突如其来。这场战役，让人们看到了生命的脆弱与卑微、光辉与伟大、坚韧与执着。“停课不停学”，正是开展生命教育的好时机。

生命教育的内容应当包含自然生命教育、社会生命教育和精神生命教育三方面内容。

在自然生命层面，我们可以利用新冠病毒开展科普知识教育，增强学生对微生物世界的了解，掌握流行性、传染性疾病防控知识；认识病毒的传播和感染途径，让学生学会自我防护基本技能；了解新冠病毒原始宿主和中间宿主，让学生增强保护野生动物意识；通过居家隔离，养成健康、卫生的生活习惯；通过一些被感染病人失去生命的案例，认识生命的脆弱和珍贵。在社会生命层面，可以利用许多感人的抗击疫情事例，引导学生认识生命的意义和价值；通过一些典型的抗击疫情的案例，让学生学会感恩和责任；从国家全局战“疫”、社会全力支援，去感受国家强大、民族伟大，培养学生家国情怀和爱国主义情感。在精神生命层面，可以在隔离中开展心理健康教育指导，让学生学会情绪管理和自我调控。通过与家人的居家相处，增强学生感性本能；从纷繁复杂的各种媒体信息中，培养学生理性思维和信息素养；以典型人物和案例，培养学生的人文情怀和崇尚科学的精神，思考人生幸福的含义和人生价值的意义。

居家学习期间，家庭成了孩子学习教育的主阵地，正是发挥家校共育的绝佳时机。师生互动少了，亲子互动、教师和家长互动多了。除了充分利用社会大课堂，家长要针对性地对学生进行生命教育的引导，营造更加温馨、和谐的家庭氛围，增进家庭中兄弟姐妹间亲情、为孩子健康的社会情感奠基。开展家风、家训、家规教育，增进学生对家族、家庭认识，强化学生家庭责任和感恩精神。家长要成为生命教育的参与者、实施者和引导者，不能仅仅成为教师在线教学的监督者、学生的管理者。

在本次疫情发生前，我校已经专门编辑出版了一套学科与生命教育的校本教材，每学科都有一本，把学科课程与生命教育密切结合起来。这次在线学习教学过程中，每个学科教师可以充分挖掘学科中生命教育资源，结合学科核心素养培养目标来开展有针对性的学科生命教育探索。如英语学科中《大自然的魅力》《预防艾滋病》等课文，对自然生命教育有很好的作用；历史学科中《经济全球化启示录》《物质生活与习俗变迁》等课文，对社会生命教育有很好的作用；语文学科中《热爱生命》《我的信念》等对精神生命教育有很好的价值。同时，我们还可以把这次疫情中的热点问题与学科特点结合起来，开展有针对性的生命教育，比如生物学科可以把病毒、微生物知识结合起来，政治学科可以把疫情对国家经济、社会的影响结合起来，等等。

疫情中，有很多生命教育资源，班主任可以组织学生开展网络在线研究性学习、探究性学习，并借此获取丰富的主题班会素材。主题班会的形式可以是班主任上一堂生命教育微课，也可以由学

生自主确定主题开展网络学习、资源素材收集、信息处理，再通过网络主题班会课进行交流汇报。还可以组织学生撰写一篇生命教育小论文，办一张手抄报，写一则关于生命教育的读后感、观后感等。

（作者系重庆市江北中学校校长）

[原载于《中国教育报》2020.02.26第 06 版.](#)

[返回目录](#)

● 疫情教育

把战“疫”淬炼为生命成长的课堂

胡革新

这场席卷全国的新冠肺炎疫情，不仅是对社会各界的一次集中大考，也是我们每个人自我反思与自我成长的最好“功课”，更是我们教育的最好契机。战“疫”当前，广州市第一中学坚持“五育”并举，把战“疫”的过程淬炼成孩子生命成长的课堂。

教育即生活，教育即生长——这是一堂深刻的德育课。疫情是一面镜子，可以鉴别人性的善恶；疫情也是一本活教材，可以让我们更好地认识世界。疫情当前，社会就是一本深刻的德育教材。

疫情让我们更好地敬畏自然、敬畏生命。亲身经历了此次疫情的痛楚，我相信孩子们会充分认识捕杀和食用野生动物的危害，会更好地爱护自然、珍爱生命。相信经历了隔离或宅家的孩子更懂得自由的可贵、健康的重要、亲情的温暖。

疫情让我们看到了人性的光辉与闪亮。一张张请愿书、一个个红手印、一箱箱防疫物资，彰显着全国人民的大爱。所谓的岁月静好，不过是有人替你负重前行。我们要学会感恩，感恩一线医护人员工作者的奋不顾身，感恩社区工作人员的任劳任怨，感恩社会各界的齐心协力。

疫情让我们感受到了祖国的伟大和超强的凝聚力。我们要教育孩子从火神山医院、雷神山医院的建设中体验中国速度；从武汉封城、社区封闭管理中体验中国担当；从“一方有难、八方支援”全球华人的援助行动中体验中华民族强大的凝聚力和向心力；从军医接管火神山医院、军车保障运输抗疫物资的果敢坚毅中体验中国力量；从“一省包一市”医疗救治的制度安排和同舟共济、驰援武汉的山东、广东义举中，体验社会主义制度的巨大优越性。

疫情教育我们要始终涵养家国情怀。84岁的钟南山院士离我们最近，由他领衔的广州呼吸疾病研究所就在学校旁边。他有院士的专业，有战士的勇猛，更有国人的担当。我们要记住他在去武汉高铁上疲惫的身影，要记住他的哽咽、他蓄满泪水的双眼，记住他那“武汉本来就是一座英雄的城市”的深情寄语。

停课不停教，停课不停学——这是一堂鲜活的智育课。在海量的网络舆情中辨别真伪并作出理性判断，是一种学习；从每天的确诊病例、重症病例、疑似病例、治愈病例等数据变化中分析疫情走势，是一种学习；从记者的现场报道、新闻发布会的新闻热点中去关注时事，是一种学习……这些都是我们在抗击疫情这堂“人生大课”中应该教会孩子的基础知识和基本能力。

面对疫情阴霾下的延迟开学，一中立即启动“停课不停教，停课不停学”活动，全体教师积极主动应对困难，通过远程开学、远程教学、远程互动做好线上教学、辅导跟踪工作，让一中每一个学子在守护好健康的同时，能够有规律、高质量投入学习。我们始终提醒学生：远程教学不等于“教师教+学生学”，更不是教师远程讲课、学生拼命刷题；要走出“学习即听讲、教学即讲课”的怪圈，自我教育是教育的最高境界，最好的学习是自主学习。

锻炼身体，停课不停练——这是一堂现场的体育课。一场疫情让我们明白：最大的财富是活着，

最大的幸福是平安，最大的竞争力是免疫力。因此，学校第一时间制定了《疫情防控期居家体育锻炼指引》《疫情防控期居家体育锻炼方法》，第一时间动员体育教师、学生运动员制作了12个适合居家锻炼的短视频，内容涵盖健美操、篮球、体能、力量等方面，推送给全校师生。学校要求全体师生坚持每天居家开展不少于1小时的体育锻炼，保证锻炼负荷和强度，保持积极向上的健康心态，促进身心健康发展。我们坚信：锻炼好身体，才是抵抗一切病毒最好的办法！

发现美，感悟美——这是一堂厚重的美育课。为了记录战“疫”中最美的身影、最美的声音、最美的颜色、最美的故事，感受战“疫”中的正义之美、勇敢之美、平凡之美、人性之美；也为了让孩子在认识美、寻找美、见证美、传递美、弘扬美的过程中，带着理性与智慧去理解自然和社会，理解人与人的相互关系，客观认识生活现实，学校开展了“抗击疫情，我们在行动”书法、绘画、征文比赛活动。全校3个校区5000多名师生积极响应，一大批以防控抗击疫情为主题的作品涌现出来：逆行的白衣天使成为孩子眼中最美的形象；“万众一心，武汉加油，中国加油”成为孩子心中最美的声音；勤洗手、戴口罩成为孩子最美的习惯；愿你平安成为孩子最美的祝福！艺术战“疫”，作品传情——师生用艺术作品致敬新时代“最可爱的人”，赞美大爱精神，表达一中人对战“疫”英雄的敬意、祝福，以及对这场战“疫”前后轨迹的深度思考。

劳动最光荣，劳动最崇高——这是一堂特殊的劳动课。防疫期间，为了积极引导学生形成正确的劳动观念，养成良好的劳动习惯，学校通过《致家长、师生的一封信》《党员教师倡议书》等方式，倡议师生积极参与家务劳动，用健康向上的美好姿态向“不计报酬，无论生死”奋战在抗疫前线的医护人员学习和致敬；分学段制订居家劳动教育指导计划，要求学生结合家政、烹饪、手工、园艺等活动进行常态化实施。在防疫这堂“大型社会实践课”中，学校丰富劳动形式、创新劳动内容，充分发挥劳动的正向能量和综合性育人功能。

春天如期而至，疫情终将结束。我们要充分用好抗击疫情这个活教材，帮助孩子成长。德智体美劳，学生有了全面的成长，才是对生命最好的礼赞，对逆行者最高的敬意，对美丽最好的诠释……

（作者系广东省广州市第一中学校长）

[原载于《中国教师报》2020.02.26第13版.](#)

[返回目录](#)

● 班主任专题

从管理者走向教育者

蒋凌雪

学生有学生的烦恼，教师有教师的困惑，班主任工作似乎早已是教师的不能承受之重。不能随便借东西，班主任的理由足够充分且让人理解，但强强的发问更引人深思，尤其是能引发以学生成长为追求之本的班主任的反思。

“不能随便借东西”的确可以快速解决由此产生的一系列问题，然而从强强童稚的问话里我们可以看到，这项规定导致强强不得不放弃对“帮助同学、团结友爱”这一品质的坚守，两相比较，孰轻孰重？

尽管班主任如此作为的理由非常充分，也确实达到了很好的“管理”实效，但这种管理价值取向，无疑是背离教育价值取向的表现。

管理价值取向目的在于解决、遏制学生问题，或以学生不出问题为追求，采用教师为本的处理手段，追求立竿见影的效果，却忽视学生长期发展的一种思维定式。作为班主任，管理价值取向的做法比比皆是，带来惯常状态下的许多问题。针对案例，我给出以下诊断：

首先，班主任视学生问题为“负担”。作为生命个体，不同年龄阶段的学生有其特定的身心发展规律和问题，这是一种必然。学生进入班级，同伴关系的建立需要磨合和促进，“麻烦”出现更是必然。“麻烦”隐含着学生成长规律之道，暗含着道德问题之理。班主任一味地认为学生的做法干扰了班级秩序，给自己的工作平添了负担，于是便以简单的方式处理，实属不当。在此，学生只有成为顺从者一条出路，也就必然导致学生因此生成深层的困惑。班主任解决了班级表面混乱的问题，却将学生引上了“规矩”还是“友爱”的两难选择。这其中的困惑与质疑，是不是一种教育危害？美国学者埃里克森的“人格发展理论”认为，人在青少年成长时期遇到的危机会形成对应的美德并影响一生。强强在“借与不借”的犹豫心态下逐渐形成相对消极的价值观念，也就自然会选择利于自我的处理方式，然后在另一个情境下却要求其无私和友善，这是不是又变成一种苛责？

其次，班主任急于求成。近年来，我接触了不少教育案例，许多班主任困惑于类似的学生问题不能自拔。“搞得定学生”成为一种赞誉，本案例中，强强的班主任不顾问题发生的情境，无视学生的诉求，一声令下，学生只能唯“令”是从。结果，培养的学生就成为听话者、顺从者，在有意无意中忽视了学生的个性特征和成长诉求。班主任是否思考过，解决了互借东西的麻烦，是否会引发新的人际交往问题。在此案例中，强强的班主任无视学生的情感需求、认知困惑以及选择的两难，只将自己定位于一个事务的解决者。

再有，班主任成为班级的掌控者。管理价值取向中，班主任的解决策略是“短平快”，“短”的是学生不借就不会有问题，不管学生为什么而借；“平”的是所有人一律遵守就好，不管学生借东西的行为价值几何；“快”的是我说了算，无须学生讨论，哪管这项规定是否科学合理？班主任如此做法显然不妥。

躬身自问，我们该如何面对这个“借与不借”的问题？我想，转变思维，明确教育价值取向，才可能不惧问题，并在解决问题中获得育人的乐趣。教育价值取向在于促进学生的全面成长，从学生

问题中探寻教育命题和教育规律。

第一，视学生问题为教育契机。问题的产生必然有背景，更有个体的理由或动机。班主任面对问题，惯常思考的是“怎么办”，却不思考“为什么”。班主任对学生问题要厘清要素，分清立场，明确“为什么”“怎么办”的思考路径。诸如什么情况下借，什么方式借，借了如何归还。看似简单，但作为低年段学生需要通过情境创设、换位感受，提升他们对问题的认识，使其从“借东西”的简单行为中学会交往、感谢与尊重。所以，优秀班主任会敏锐捕捉学生问题，并利用这些问题形成自己的教育资源，给予学生认知、情感、行为方面的影响。把问题转化为资源，是一个班主任基于学生成长的角度，正视学生真实生命状态的表现，也是引领不同学生获得不同程度提升的教育情怀。

第二，注重学生的真正成长。相对于解决问题的及时性，班主任把学生的成长落实于实际是一件不容易的事。促进学生全面发展的理念虽然经常出现在我们的教育论文里，但在实际工作中往往成为空中楼阁。很多时候，我们一面苛责学生什么都不懂，却又怀疑他们怎么能不懂？因此，班主任首先要意识到自己不是具体事务的解决者，而是学生道德发展的引导者。班主任除了具备解决问题的能力外，还应落实学生未来的道德能力的发展，这是目前班主任亟待正视的命题。针对案例中强强纠结，教师理应教会他选择帮助他人，因为这是学生未来成为一个有道德感的社会公民必须具备的价值观念，也是他获得幸福感的重要能力。道德能力需要体验、感受，才能获得恒定的品质。

第三，开发班级价值，由管理者变为教育者。班主任要致力于建设班级的民主氛围，发动学生共同讨论协商解决班级问题。案例中，班主任可组织学生讨论问题产生的原因，引导学生根据原因进行策略生成，最后达成共识并形成约定。除了班规的制定，班级还可以进行岗位建设，让学生在享受权利和履行义务中获得成就感。我想，只有满足了自我需求的规定才更有机会发挥效力，也才令学生逐渐养成协商的意识，形成“我的班级我做主”的民主意识，具备公共生活下的生活能力，把班级共同建构成他们自己喜欢的心灵归属之地。

“一切为了学生”不是一句空话，教师可以通过教育价值取向的践行，实现学生的真正发展，实现班主任真正的职业幸福。

（蒋凌雪，上海市中国中学高级教师、班主任。上海市优秀班主任，徐汇区十佳班主任，徐汇区高中优秀班主任工作坊主持人）

[原载于《中国教师报》2020.02.26.第10版.](#)

[返回目录](#)

● 班主任专题

智慧带教，勤奋研学

丁如许

每个班主任工作室领衔人的带队风格不同，面对的实际问题也不同，但种种不同之下是每个领衔人都绕不开的共同话题：智慧带教，勤奋研学。本期刊发特级教师丁如许关于如何建设学校班主任工作室的第四篇——

“火车跑得快，全靠车头带”。要把学校班主任工作室带好，领衔人非常重要。每个领衔人经历不一，带教风格也不同，但“智慧带教，勤奋研学”应是共性和关键。

一要明确职责和使命担当。

我主张学校应与班主任工作室领衔人签订“带教协议”，明确工作室研究课题、研究方法、研究成果的预期和学校职责。协议使双方的职责更明确，对领衔人来说，是使命的授予，也是责任的担当。

在签订协议的同时，建议学校对班主任工作室领衔人的辛苦付出给予必要的工作量计算或奖励。学校班主任工作室领衔人最好由本校优秀班主任担任，可享受中层副职或教研组长的工资待遇，从行政层面保证工作室领衔人职、责、权、利明晰，便于推进工作。

二要以身作则，智慧带教。

自古以来，人们就尊崇“严师出高徒”，但严格不是严厉，而是“严而有格”。“格”就是规定、规范。学校班主任工作室制定的各项规章制度，领衔人一定要带头严格执行。

这一点我深有体会。我所带教的上海市古华中学班主任工作室，每月有两次线下活动，时间是每周四上午10点5分到11点35分。开始有几位学员总迟到，于是我在会上讲清要求，并在下次活动前早早提醒。更重要的是，每次活动我总是做好准备，提前进教室，从不迟到。慢慢地，学员也养成了及时到岗的好习惯。

每次研讨，我要求学员“知无不言，言无不尽”，坦诚交流。我自己也认真观课，积极思考，争取每次研讨都能提出合理的建议，促进良好学风的形成。

我还要求学员按时完成作业，课件及时改好，任务尽力完成。为了落实这些要求，我以身作则，率先示范。要求学员开课，我先带头开课，从古华中学开始，我在全国各地的学校都曾开课，领着学员向前跑。

同样，要求学员认真修改文章，每次批改作业我力求认真、细心。“红色表示已做修改，如赞同请恢复成黑色，如有异议请与我交流。紫色表示修改建议，阅后删去即可”……这样的批改话语，我的每一位学员都不陌生。

在严格要求的同时，我还通过微信群与学员交流，多次以长信的方式表达对他们成长的期盼，

鼓励学员“试错是成功之母”“我们一起做开路先锋”。工作中，班主任工作室领衔人与学员朝夕相处，要“严格带教”，更要“智慧带教”。

三要勤奋研学，感受快乐。

带好班主任工作室，领衔人一定要勤奋，保持良好的精神状态，同时也要让学员在努力中看到工作的成绩，获得满足感、成就感。

领衔人要关心每一位学员的成长，帮他们出谋划策、修改文章，提供展示的舞台。在古华中学班主任工作室团队中，先后有 16 名班主任参加研修，人人发表文章，人人有研修成果。最近，学校对学员进行了调整，又有新老师加入工作室，我们将继续努力，一起备课研讨、外出学习、发表文章、上课展示，续写新篇章。

班主任工作室建设是个新话题，学校班主任工作室建设更是个难题。对于学校和班主任工作室领衔人来说，严格学习制度、创新学习方式之余，还要经常给学员鼓劲，告诉学员：我们或许不是最优秀的班主任工作室，但我们一定要成为越来越优秀的班主任工作室，让“成为更优秀的工作室，成为更优秀的自己”落实到每个学员的实践中，让每个学员感受到学习的快乐、成长的幸福。

（丁如许，特级教师，上海新纪元教育集团丁如许工作室领衔人，国家教育行政学院远程教育中心“打造魅力班会课”系列讲座特聘专家）

[原载于《中国教师报》2020.02.26.第 11 版.](#)

[返回目录](#)

● 读书专题

疫情之下，用经典疗愈身心

苏静

“我太难了！虽然没有被感染，但一天到晚惶惶不安。老想刷微信，感觉心里都有病毒了。”但是，瘟疫病毒诚可怕，心灵病毒更糟糕！生活还要继续，非常时期，如何唤醒教师自我成长的内在动力？这考验的不仅是人性，更是心性。我们可以试试“经典排毒法”。

听经法——

少刷朋友圈，用零碎的时间听经典

非常时期，老师们宅居在家，除了一些必做的工作，总能有些零零碎碎的时间。这些零碎时间，很多老师都用来刷朋友圈了，结果就是越刷越焦虑。其实，宅居在家，利用好自己的耳朵很重要。打开诸如“喜马拉雅”这样的在线平台，总能找到一些免费的经典资源，包括经典诵读、经典解读、经典故事等等。以自己喜欢为首要标准，筛选一下，如果能匹配学科教学，便是一举两得了。总之，选好了就听起来，每天一点儿，积少成多。时间上也给老师们一点儿建议，清晨可以听经典诗文，一定要选名家诵读的，最好有古风的配乐。一旦选好了，就坚持听，不要总是更换。因为零碎时间也会产生记忆，持续性地倾听可以帮助老师更加优化零碎时间，同时可以强化思考，对所倾听的作品产生新的认识。

读经法——

少忧虑，用完整的时间读经典

疫情之下，很多老师都觉得自己被“裹挟”，明明有相对完整的时间可以做点儿事，结果却心猿意马，什么都做不了。其实，如果把自己的时间做一个合理分配，静心读一读经典，完全可以看到不一样的世界。

老师们可能会说，听经典就够了，干吗还要费神费力地读？没错，听很过瘾，又轻松，但是，它形成的记忆是瞬时的，再加上时间的断断续续，很难真正激起老师们对经典的深刻反思。“经典排毒法”不仅治标，更治本，其要义就是让老师们通过经典，开阔视野，提升格局，真正体悟经典所蕴含的智慧与境界。

打个比方，听经典更像是在“试衣间”，浅尝辄止，它可以作为读经典的前期准备；而读经典则是“成衣定制”，根据自己的需要和喜好，确定一本或几本经典，然后每天固定一个时间，结合工具书、名家评论、有声资源等细细研读。至于经典的类别，可以根据自己所需进行选择，大致分为以下几种：文学经典，功用是陶冶情操，增长才情；哲学经典，功用是提升思维，把握规律；伦理经典，功用是培养同理心，完善道德品格。阅读经典的过程中，需要老师们有坚强的毅力，也需要有合理的时间规划。相比晚上刷朋友圈后带着忧虑不安入眠、一大早睁眼继续刷朋友圈焦虑，晚上读经典，清晨听经典，是不是更能让一天都气定神闲？还记得武汉方舱医院里静静读书的“清流哥”吗？从他身上，我们不难感受到阅读的力量。

诵经法——

别顾忌，用喜欢的方式诵经典

心情郁闷，最简单也最有效的发泄方式就是大声吼叫，那么，“经典排毒法”也可借鉴这个人类最原始的情绪宣泄方式——诵读。想想看，自己多久没有出声诵读了？其实，每个中国人的骨子里对经典都是有感情的，比如说起月亮就会想到“举头望明月，低头思故乡”；看到有人浪费粮食，就会想到“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。当下，提到钟南山院士，大家想到的是“国士无双”“鞠躬尽瘁”；提到医护人员，想到的是“黄沙百战穿金甲，不破楼兰终不还”……所以，既然想到，就可以放声表达出来。宅居在家，老师们完全可以放飞自我，把自己喜爱的经典诗文找出来，用自己喜欢的方式诵读，或慷慨高歌，或浅吟低唱，都不失为舒缓情绪的好方法。一阙《满江红》，可能刚好匹配你对抗疫英雄的敬仰；一阙《声声慢》，可能刚好表达你对逝者的哀思；一本《道德经》，可能刚好平复你纷乱的思绪。总之，放声诵读，能把自己带入经典，就是对经典最好的致敬，就是对自己最好的疗愈。

抄经法——

随心意，设安静的环境抄经典

经典不仅可读，还可抄。抄经法是古人学习经典最常用的方法。古人得到一本喜欢的经典，往往是先如痴如醉地读，然后再一遍一遍地抄，最后珍藏起来。而且抄经前，古人常常要焚香净手，以表达对经典的虔敬。非常时期宅居在家，老师们心绪不宁的时候，不妨抽出一点时间，静下心来抄抄经典。如果有条件，可以燃一束清香，泡一杯清茶，再放一段清乐，给自己营造点儿风雅、舒适的氛围。如果没有条件，只要四周安静，一张干净的书桌，一纸一笔也足够。软笔硬笔均可，抄通篇或某一段落皆宜。抄经的好处显而易见：一来可以心无旁骛，去除躁气；二来可以深入经典，细致揣摩；三来可以修炼基本功，增强专业自信；四来可以提升审美能力，在书写过程中体悟经典之美与书法之美，可谓一举多得。

用经法——

勤动脑，借巧妙的方法用经典

“经典排毒法”的终极目标，就是在疫情期间为教师的心灵排毒，助力教师寻找自我成长的内在动力。前四式基本达成了目标的前半部分，即排毒。如何用好经典，激励教师自我成长，则是第五式的功效所在。

疫情之下，教师更需要有一双慧眼，去发现随时可能生成的教育契机。经典的运用，可以巧妙地贯穿在非常时期的教育活动之中。例如，可以在线组织学生探讨与疫情相关的主题，如自然、生命、家国情怀、良知……选定主题后，老师们自然要与学生有针对性地共读经典，组织讨论。所以，这个过程，便是发挥教师的创造力、思辨力和领导力的时候。无论哪个学科的教师，都可以利用这种方式活化经典，跟学生共同讨论，制订与本学科相关又适用于疫情新形势的教学内容。例如，政治老师可以借助经典，分析中华民族千百年来应对重大灾难的制度体系演进；语文老师可以借助经典，以古往今来的仁人志士为例，分析“最美逆行者”的精神来源；生物老师则可以借助经典，分析“天人合一”的哲学观对人与自然关系的启示，等等。老师们还可以结合经典的启示，与学生一起，把自己在非常时期作为亲历者的思考记录下来，以此见证师生思维能力的共同提升。

总之，无论采取哪种方法，最终都需要教师动脑用心，用更开阔的视野和更广阔的格局，去提升自己，引领学生，这正是“经典排毒法”助力教师打破思维定式、激发自我成长的契机所在。

（作者单位：青岛大学师范学院。本文摘编自华东师范大学出版社《面对疫情，教育何为？》一书。）

[原载于《中国教育报》2020.02.24第08版.](#)

[返回目录](#)

● 读书专题

向着理想的“瓦尔登湖”出发

李 华

形形色色的书籍反映了人类对自然、社会、自身的感知和感悟，从不同角度体现了多姿多彩的世界。丰饶深邃的书籍，无疑是教师的良师益友。读一本好书是在聆听一个高尚灵魂的心声，更是在与一个优雅灵魂对话。潜心阅读不仅有益于教师专业成长，还能帮助教师丰富人生、陶冶情操，让教育生活充满阳光、充满希望。

教育与雕塑异曲同工

《罗丹论》是奥地利诗人里尔克对艺术家罗丹雕塑作品进行解读的著作。该书文字优美且内涵深邃，集思想性、艺术性和思辨性于一身。可以说，里尔克用敏锐的洞察力“引领读者进入罗丹的世界，通过对罗丹重点作品的解读，勾勒出理解罗丹美学精神的三条主线：罗丹重新定义了雕塑与世界的关系、雕塑与空间的关系、雕塑与艺术家生命的关系”。万物之间是息息相通的，教育与雕塑是两个不同的领域，却有异曲同工之妙，都是主观见之于客观的活动。雕塑更注重表现和再现，而教育更注重塑造人本身。

阅读该书的过程，是我在思想和文字的纯美享受中思维和价值观深化升华的过程，精神滋养和现实思考接踵而来：从《罗丹论》中我读出了蓬勃的理想，“他的灵魂里实在有一种使他几乎浩荡到无名的沉毅，一种沉默超诣的仁慈，一种属于大自然的大沉毅、大仁慈”。

阅读的过程中，我恍恍惚惚不知道自己是在读罗丹的心灵，还是在读那些优秀教师的心灵。同时也清晰地看到，教育事业同样存在着“教育与世界的关系、教育与时间空间的关系、教育与教师自身生命的关系”。那些有教育情怀和报国之志的教师在教育教学的田野上辛勤耕耘，他们在工作中可能像罗丹一样“一生是被人攻击和嘲讽、同时亦为人理解和支持的一生。但他始终以一种伟大的人格正确地面对这一切”“只有这样的生命，才能够产生那么丰富和美满的行为；只有这样的生命才能够长春永健，不断地向着崇高的功业上升”。也正是因为优秀教师的人格魅力和敬业精神，才让我们的教育“深刻影响着当代中国的发展进步，深刻影响着当代中国人的精神世界”。

何以成为这样一位“教师”

帕克·帕尔默在《教学勇气》中的阐述带给我极大的触动：“当我们最初听到生活中我们‘应该’做什么的那些要求时，可能会发现，我们被那些外部的期望所围困，这些外部的要求扭曲了我们的自身认同和自身完整。”

我走上教师岗位后始终与纯真的学生在一起，一直过着满足、自如、舒心的幸福生活。直到十几年前，我被原单位（省重点中学）派往一所刚成立不久的民办学校担任管理工作，遭遇了职业生涯最艰难的日子。当时的工作对我而言是一种考验，它已经与我的“圣地”渐行渐远。那时的我，脸上的微笑成为职业化的“秀场”。有一段时间，我的内心出现了严重的职业倦怠，我不停地问自己：为什么我会产生这样的情绪？究竟我的内心有什么样的渴望？我那“深层愉悦与外部世界深层渴望之间相遇交融的圣地”在哪里？

那段时间，我虽然遭遇了人生道路上最大的挑战，但是浸透在血液中的倔强注定了我的潜意识里没有“退却”二字，再苦再难都要始终坚守阵地。于是，我把自己的“苦修地”变成圣地，我遵循的应然法则则是“必须做好眼前的工作，责任高于一切”！同时又考量了一下：究竟还有什么能打垮我的意志？在那段艰难的日子里不断以阅读《教学勇气》给自己鼓气，努力回归完整的自己。虽然阻力还是昨天的阻力，我却不是昨天的我，不再纠缠和被纠缠——因为我清楚知道自己的方向和目的地，只管迈开大步朝它飞奔向前，让外在的“我”与内心的“我”在工作中渐渐趋于一致，直至把已经修炼标准的职业微笑真正变成发自内心的有生命的微笑。

“风雨中的美丽”与其说是一种状态，不如说是一种自我暗示、自我鼓励和自我期许！

潜心拜读了刘良华教授的《教育自传》，发现以“感染人、影响人、培养人、塑造人”为目标的教师职业，“研究自己”也可以是一项纷繁浩大的工程，是一项对新生代的成长有着现实意义和深远意义的不平凡的工作。通俗地说，“研究自己”就是把教育研究的视野由外向内、由表及里转向自身，从中可以参悟作为教师的“我”，今天何以成为这样一位“教师”，而不是那样一位“教师”。

在我的记忆深处，从开始记事起能够清晰地印在脑海中的事件并不多，然而能留下的都是那样刻骨铭心。这些刻骨铭心的往事不仅永生难忘，而且在我成长的过程中“严重”影响着我对世界、对社会、对生活以及对人的认识，甚至直接“主宰”着我的思维，“左右”着我的价值取向，“决定”着我的职业生涯。我希望自己能从童年起航，沿着记忆的跑道和岁月的航线，特别是以那些刻骨铭心的往事作为停靠站点，稍作修整和补充燃料，让心灵能够更加沉着自信地展翅在今天的广袤星空，也能够更加自由诗意地翱翔在未来的茫茫宇宙。我希望通过内心不断的修炼，使自己能以“一种从容不迫的气度，一种谦逊的态度”和“庄严、理性和温柔敦厚之美”，最终抵达庄子的“乘物以游心”，可以“独与天地精神往来”的人生至高至美境界。

从静悄悄的思考到静悄悄的行动

“静悄悄的革命，即通过与事物对话、与他人对话、与自身对话的活动过程，创造一种活动性、合作性、反思性的学习。这场革命要求根本性的结构性变化。仅此而言，它就绝非一场一蹴而就的革命。因为教育实践是一种文化，而文化变革越是缓慢，才越能得到确实的效果”。在阅读佐藤学的《静悄悄的革命》之后，我察觉到了自己的变化——我已经不满足于阅读、理解、反思、感悟，更希望在此基础上开展行动、实践，之后再阅读、再理解、再反思、再感悟、再行动、再实践……我知道这些变化源自教育经典与自己一贯的思考发生了化学反应，生成了大量鲜活、灵动的思想和理念。在它的照耀下，早就蓄势待发的行动已经不满足蛰伏，大有“跃跃一试”“喷薄而出”的强烈态势。

课堂上，我发现自己把视线更多地从书本、教参、练习转移到学生身上——看看学生的眼神是否有兴趣和专注，话语是否有自己独立独特的想法，上课的姿态是积极的还是消极的……我发现，自己在课堂上越来越多地走下讲台、走到学生中间——去聆听他们的只言片语，去了解他们的学习愿望和学习收获，去解答他们的困惑和疑问……我不断将学生的声音放大，有时甚至忽略了教学进度和教学重难点；我越来越多地发现学生在不断补充和丰富我的教学……我知道，“静悄悄的行动”可能一点也不静悄悄，它的艰难和曲折完全可以预见。但我还是决定出发，向着自己理想的“瓦尔登湖”出发！

让灵魂远离尘嚣

自愿或被迫，让自己远离。先是远离微信，继而远离城市，让灵魂远离尘嚣……

在乡下的日子，我躲在楼上静静地读书，读美国作家艾米·布鲁姆的《远离》。《远离》一书很不好读，虽然艾米·布鲁姆的小说充满了“富有张力的语言，令人惊讶的场景，敏锐的机智以及对于历史的动人视角”，充满了“哀婉、幽默、优雅以及不时闪现的令人心碎的美丽”，但是我读起来很困难。

因为价值观和审美情趣不同，因为生活在完全不同的两个世界。

然而，我感受到了作者刻意渲染的超越整个世界的爱——崇高的母爱和感人至深的爱情。

女主人公莉连因为是犹太人而全家被杀，幸存的她远离家园逃往美国，在异国他乡艰难度日。在生活比较稳定的时候听到自己年幼的女儿被救，为了与女儿团聚，她毅然只身穿越美洲大陆，穿越西伯利亚荒原。她遭遇的困难和曲折超出想象，但都没有瓦解她“拥抱女儿”的信念，没有挡住她勇敢前行的脚步。

远离微信、远离城市之后读《远离》，别有一番滋味。

后来因为朋友推荐，我阅读了台湾教授郑石岩的《生活禅径》丛书。这套书处处透露着恬淡和智慧，阅读的过程中有一种空前的喜悦，不是狂喜，而是一种平和的喜悦，在我的内心渐渐生长出来。这套书不仅让我用一种更加平和、更加宽容、更加有创造性的眼光来看待世界、正视自己、尊重别人，更深刻地了解了自己在社会和家庭中所承担角色的意义与责任，并能应对自如地演绎好各种角色，同时帮助我“恢复心灵的自由，实现生命的潜能，披露生活的真相，看清人生的意义，活出圆满的人生”，使我能够清理心灵的尘灰，释放心中的重负，大大提高了我的人生境界，同时也涵养着我的气质，使我的生活更充实、生命更昂扬。

渡边淳一在《钝感力》中写道：“钝感力虽然有时会给人迟钝、木讷的负面印象，但钝感力却是我们赢得美好生活的手段和智慧。”其实每个人对世间万物的敏感和钝感是不同的，都有着自己独特的“烙印”。可以说，因为敏感和钝感的不同，造就了不同的人生观和价值观。

永无止境的欲望是人生奋斗的动力，驱使着欲望之人不断前进去达成自己的目标，但经过努力却没有实现欲望时，那种失望所带来的痛苦也异常强烈和沉重。人们常常对自己握在手里的东西表现得很钝感，不把自己已经拥有的幸福当成真正的幸福，而对自己无法把握的东西很敏感，充满期待和追求，把欲望的实现当成幸福。我很赞成这样的说法：“由于自我认知而形成的钝感力是一种高度的智慧，可以让我们在充满压力与挑战的生涯中，在最失望、最困厄之时，依然能看到远方摇曳着的希望之灯，鼓励着我们不断努力，不断向前，最终抵达辉煌的终点。”

以马内利修女在《活着，为了什么？》一书中写道：“人的伟大和悲哀在于，他总是在寻找，不会因为现状和一些现成的信念而心满意足。”

母亲去世后，我最担心的是父亲的健康状况和生活起居，希望可以更好地照顾他。但在父亲再婚这件事上，我一度有些困惑和焦虑。爱父亲，不是应该随他所愿吗？最终我尊重父亲的选择，正如以马内利修女所说：“有什么比得上双方彼此相爱，心灵、精神各安其所的伴侣关系更令人鼓舞的呢？”

人生之旅从直面问题开始

美国心理医生、作家 M·斯科特·派克的《少有人走的路》一套共三本，我拿到书时很喜欢，喜欢那素雅简洁的封面，喜欢那扑面而来的书香，更喜欢那随处可见的睿语慧言。作者在一开篇的序言中写道：“人可以拒绝任何东西，但绝对不可以拒绝成熟。拒绝成熟，实际上是规避问题、逃避

痛苦。规避问题和逃避痛苦的趋向是人类心理疾病的根源，不及时处理，你就会为此付出沉重的代价，承受更大的痛苦。”“心智成熟不可能一蹴而就，它是一个艰苦的旅程”。

读此书时我刚好教高三，已经到了冲刺的关键阶段，一场又一场的大考考验着学生的意志力和承受力，同时也考验着教师的耐心和韧性，可以说所有在高考链上的学生、教师、家长身心都承受着巨大的压力。

高考倒计时 100 天时，学生在班级黑板报上书写自己的心声，我稍微估计了一下，出现最多的字是“苦”。许多学生渴望再“苦”100 天，就能成就今后的幸福人生。许多学生认为只要现在奋斗了，人生就可以“一劳永逸”，这其实在某种意义上是一种对现实的“逃避”。正因为人生的苦难重重，选择逃避是不明智的，逃避一时只能使困难叠加变成更大的困难，何况根本无处可逃。既然无处可逃，就应该勇敢面对。对待苦难的态度成就不同的人生。正如《少有人走的路》中所言，“所有逃避者，都在阻碍自己心智的成熟；一切心智成熟者，他们的人生之旅都是从直面问题开始”。作为教师，应该努力让自己、让学生认识到“人生的问题和痛苦具有非凡的价值”“勇于承担责任，敢于面对困难，才能够使心灵变得健康”。

随后，读罗杰斯的《个人形成论：我的心理治疗观》，不可避免地要审视内心、触及灵魂。回顾自己走过的路，足以欣慰的是真实，绝不允许生活建立在矫情粉饰或自欺欺人的妄言和谎言的肥皂泡上。

这些年经历了许多事，见识了许多人，在平常和跌宕中感悟着生活的真谛，那便是：尊重自己，理解他人，是通往幸福美好生活的坦途。

尊重自己，悦纳自己，经常聆听自己内心的呼唤。这些年来，我始终遵循着自己的价值观，完全接纳真实的自己，哪怕不完美、有缺陷。

理解他人，是获得信任的前提和建立良好人际关系的根本。在工作中设身处地多做几个假设，“假如我是我的学生”“假如我是学生的家长”“假如我是学校的领导”“假如我是班主任”……因为理解而不苛求，不从自己的主观立场出发固执己见，而是主动换位思考，真诚地为他人着想，可以减少许多人为的屏障，生活中的许多矛盾迎刃而解。

已不再年轻的我，曾经一度在教育教学领域处在高原期，突破瓶颈所面临的最大的“拦路虎”就是理论匮乏和思维固化。没有科学理论指导，许多教育教学的现实问题摆在面前时，我应对的方法仍然是笨拙、朴素和幼稚的。正因此，这些年我不仅自己潜心阅读，还组织“1+1 教师读书俱乐部”带领老师们一起读书，读的时候大家思考讨论如何将书中的思想、营养真正汲取，把他人的智慧化作我们前行的加油站和导航仪。因为阅读，我们真正做到“不断在追求自我与外部世界的完善中体现自己作为生命个体的永恒的超越性”。

（李华，特级教师，福建省中学政治李华名师工作室和福建教育学院李华德育名师工作室领行人；福建省首批中小学教学名师，福建省普通高中课程教学指导委员会成员，福建省德育研究中心专家组成员；福建师范大学思政专业硕士生实践导师。出版专著《迷恋学生的成长》《亲历愉悦的课堂》等）

十本书：

《罗丹论》

（奥）里尔克 著

梁宗岱 译

中央编译出版社 2006 年版

《教学勇气》

〔美〕帕克·帕尔默 著

吴国珍 译

华东师范大学出版社 2014 年版

《静悄悄的革命》

〔日〕佐藤学 著

李季湄 译

教育科学出版社 2014 年版

《教育自传》

刘良华 著

高等教育出版社 2010 年版

《远离》

〔美〕艾米·布鲁姆 著

李运瑛 译

陕西师范大学出版社 2008 年版

《生活禅径》三部曲

郑石岩 著

广西师范大学出版社 2004 年版

《活着，为了什么？》

〔法〕以马内利修女 著

华宇 译

深圳报业集团出版社 2012 年版

《个人形成论：我的心理治疗观》

〔美〕卡尔·R·罗杰斯 著

杨广学 广尤娜 潘福勤 译

中国人民大学出版社 2004 年版

《钝感力》

〔日〕渡边淳一 著

林青华 译

南海出版公司 2013 年版

《少有人走的路》

〔美〕M·斯科特·派克 著

于海生 译

吉林文史出版社 2007 年版

[原载于《中国教师报》2020.02.26.第 08 版.](#)

[返回目录](#)

● 读书专题

建一个微信群，共读一本书

陈春香

初中生是很容易受同伴影响的群体，班主任要善于抓住时机，加强对学生领导力的培养，激发他们自主研发学习项目的意识。

学生珣滢邀请我加入共读《L.E.T 领导力效能训练》一书的微信群，他们几个发起人希望邀请更多的同学共读这本书，但又信心不足。

他们的想法令人欣喜。初中生除了学业以外，还有一个重要的功课就是学会处理人际关系，培养责任担当意识。许多学生在人际交往中因为缺乏沟通能力而“处处碰壁”。这本书的理念和方法有助于学生认识和处理人际交往中遇到的困难。

善于欣赏、肯定和相信学生是班主任助力学生发展的必备素养，我除了用语言鼓励他们，还在行动上支持他们，协助他们制订活动方案，招收有意向加入共读团队的学生。

“共读一本书”活动方案

项目目标

带领有共同需求的同学阅读《L.E.T 领导效能训练》一书，提升沟通能力及人际交往能力，结合以前或现在所面临的问题，在阅读过程中寻找答案、突破自己、改变自己。

项目发起人：丁文、珣滢、钰颜

共读计划

第 1、2、3 章为第一部分；

第 4、5、6 章为第二部分；

第 7、8、9 章为第三部分；

第 10、11、12 章为第四部分。

共读时间

1 月 18 日-1 月 24 日阅读第一部分；

1 月 25 日-1 月 31 日阅读第二部分；

2 月 1 日-2 月 7 日阅读第三部分；

2 月 8 日-2 月 14 日阅读第四部分。

看到精彩的、不懂的段落随时分享，共同研究。

每周五举行一次分享会。

活动延续

- 1.开学后以美篇、课件演讲方式汇报共读成果。
- 2.总结本期共读活动，形成升级版“共读一本书”方案。

在共读活动中，我以学习同伴、指导教师和督导者等角色参与其中，与全体成员一样遵守群规，定时撰写读后感。第一次分享读后感的时间正值除夕，项目发起人督促我们阅读打卡并报告。通过阅读学生的读后感，我感受到这些平日里被家长投诉“无法沟通”“不懂事”“爱玩手机”的学生，接受新知识的能力、自我反思能力超越了我的想象，令人刮目相看。

佳颖在读后感中写道：“文中提到领导的‘过度监管’会给团队和自己带来许多负面影响。我非常认可这个观点，我就是个例子：七年级初，我刚担任班长一职，不懂得利用团队资源，只会把班主任交代的任务一肩挑，自己单打独斗，导致班干部分工不明确，工作效果不佳，自己也因为压力太大导致成绩下降。那时，班主任曾对我说‘你要学会发挥团队的潜能’。现在，我学会了分配工作、协调工作，不仅身心愉悦，成绩也逐步提高了。在面对问题时，领导者应充分调动团队成员的创造性和积极性，使每位成员充分发挥自己的优势。”

撰写读后感的过程是一个认知重建的过程，是一个反思自我的过程，是一个师生情感交流的过程。除了定期分享读后感，发起人还针对阅读中遇到的困惑组织我们进行讨论。这个过程不正在印证共读这本书的价值和意义所在吗？

学生自主发起的共读活动其意义不止停留在知识的吸收，还体现在初中生终身学习意识的萌芽。师生共读，互学共进也促进了教师角色的转变。在这个特殊的假期，您不妨发动学生一试。

（作者单位系广东省阳江市阳东区第二中学）

[原载于《中国教师报》2020.02.26.第10版.](#)

[返回目录](#)

● 劳动教育

发挥居家劳动的独特育人价值

顾建军

在全国抗疫、全民抗疫的特别时期，教育界以“加长版假期”“停课不停学”“网络教学”等方式回应“战‘疫’大考”。停课不停学，核心是学什么，关键是怎么学。在注重学科知识、体艺学习的同时，引导学生充分利用家居环境和家庭资源，进行劳逸结合的居家劳动实践，对学生提高防疫效能、形成与战“疫”状态相匹配的生活方式、学习方式，实现“居家成长”以至终身发展具有特别意义。

抗疫期间居家劳动实践的独特价值不可忽视

抗疫期间的中小學生是一个特殊的社会群体，同时又处于特别的社会场域，具有特别的人生目标。就社会群体的特殊性而言，他们尚处于身心发展的未成熟阶段，身体和心理的抗病毒能力、抗干扰能力相对来说较弱；就特别的社会场域而言，全民抗疫是一个特别的场域，新冠肺炎疫情的出现与肆虐、“一方有难、八方支援”的雄壮、战“疫”一线职业劳动者的可歌可泣，以及家庭社区的抗疫氛围，对学生来说，都是人生的一次特别的经历；就特别的人生目标而言，他们的主要目标是生长与成长，突如其来的疫情改变了他们的生活方式，他们的学习目标、学习计划、学习方式发生了变化。也正因为如此，在居家抗疫期间，劳逸结合、体脑结合对学生居家成长的独特价值不可忽视。

抗疫期间，学生居家进行劳逸结合的劳动实践，有三个好处：

第一，有助于学生身心和谐、建立与抗疫状态相匹配的生活方式。抗疫期间，学生的生活方式应当是健康为主、学习为辅、学业成长与健康成长相统一。诸多研究表明：如果在时间上安排得当，适量的劳动与书本知识的学习并不矛盾，具有“插播种植”效应，可以交叉进行，不但有助于调节学生大脑不同区域的负荷，而且有利于提高学习效率。而居家劳动实践讲究有张有弛、劳逸结合、学用结合，正体现了两者的高度统一，既能够使学生放松心情、缓解心理疲劳、增强体质、提高身体抗病毒能力，又能够使学生获得生活知识，密切亲情关系，获得“居家成长”。

第二，有助于学生补齐劳动短板，发展自理自爱自立的生活能力。总体来说，我国中小学生的生活自理能力是不够理想的，小学低年级学生不会剥鸡蛋、中年级学生不会剥豆子、高年级学生不会削苹果的情况，并不少见。根据南京师范大学劳动教育课题组对某市两所学校 32 名小学四、五年级家长的现场调查，其中 27 人表示孩子平时在家几乎不做家务劳动，比例高达 84.38%；有 26 人表示孩子只有父母为之削好苹果才吃，“饭来张口”现象较为严重。抗疫期间居家劳动实践不仅可以增强学生日常生活劳动能力，而且能够锻炼提高学生安全劳动、规范劳动、高效劳动的能力。

第三，有助于学生养成积极劳动观念、良好的日常劳动习惯，培养劳动精神。“居家有责任”“居家生感悟”“居家能学习”“居家有实践”“居家亦成长”，通过抗疫时期的居家劳动实践，学生们可以更加体会到居家劳动对个人身体健康和能力提升、对家庭生活和谐、对社会稳定发展的独特价值，可以形成劳动的家庭环境的动力定型机制。

根据年龄特点和家庭环境设计居家劳动实践项目

在这宅在家的抗疫过程中，学生既有“诗歌和远方”，也有“生活的苟且”，还有“成长的烦恼”。要用系统的思维、生活的逻辑、成长的视野设计中小学生抗疫期间的居家劳动实践项目，建立与抗疫特色、居家特点、中小学生学习年龄特征相符，具有嵌入价值，富有进阶的劳动实践内容项目体系，注重引导学生从实际出发，因家制宜、就家取材，根据不同年龄特点开展劳逸结合、强度适中的丰富多彩的劳动实践活动。

新冠肺炎疫情给学生们带来了一本特别的“百科全书”，也给居家成长的学生带来了更加具有时代感和迫切性的劳动实践内容。中小学生的居家劳动内容体系，可以由个人居家生活劳动、日常家务劳动、庭台农植生产劳动、居家手工创作劳动、职业感悟性劳动等几个方面组成。个人居家生活劳动主要包括个人生活起居和个人卫生劳动，尤其是抗疫期间的调节生活作息，从科学起居、预防疾病、保障安全与健康出发而进行的个人卫生及多方面个人生活管理的劳动，如与抗疫紧密结合的勤洗手、洗脸、洗澡，按规范方法戴摘口罩、鞋套等；日常家务劳动主要包括居家整理劳动、家庭餐饮劳动、家庭服务劳动，如抗疫期间的房间通风透气、家居的日常消毒、地漏的检测与处理、家庭环境的优化整理，家庭老人、病人的端茶倒水与相关服务，家庭饮食的食材准备、清洗加工、烹饪、餐后拾掇打扫，以及家庭装饰和用品维护等；庭台绿植养护劳动主要包括家庭美观植物日常养护、居家阳台植物种植管理、乡村家庭庭院农植物生产劳动等；居家手工创作劳动则包括利用家庭已有材料进行纸艺、布艺、木艺、家居装饰作品等的设计与制作，家庭用品制作与改进，家庭废旧材料处理和再利用等；职业感悟性劳动，包括通过各种方式收集职业劳动者典型事迹，结合抗疫中医护人员、科技工作者、抗疫物资生产运输人员、解放军战士、社区工作者、媒体记者、公安消防人员等一线职业劳动者的辛勤劳动、艰苦劳动、奋斗精神，绘制“致敬逆行者”贴画、绘本等。

基本的个人生活劳动习惯、日常的家务劳动、一定的手工创作劳动和致敬职业劳动者劳动内容，应该贯穿各学段之始终。同时可以根据一至二年级、三至四年级、五至六年级、七至九年级、十至十二年级不同阶段学生的不同经验、不同知识背景，确定不同的居家劳动实践重点内容。

建立中小学生居家劳动实践的指导机制

劳动既是人的天性，也是人成长的载体，还是人健康的基础。“生活是最好的老师”“家庭是最亲近的课堂”。劳动教育的有效实施要源于居家、基于居家、高于居家。要建立居家劳动实践指导的家校共同体，形成加强居家劳动实践、建立良好居家生活方式和学习方式的家校协同共育的指导机制。

首先，要发挥孩子生于斯、长于斯的家庭的天然教育功能，指导家长发挥好在居家劳动中的基础作用。要通过抗疫中居家劳动实践的目标指导、项目指导、方法指导等，让家长成为孩子居家劳动的同伴，形成家庭良好的劳动教育、劳动实践、劳动成长氛围。

其次，要加强居家劳动实践中的价值引领、习惯塑造、品质养成。要通过居家劳动培养学生积极的人生观、世界观，内化劳动创造人、劳动发展人、劳逸结合保护人、劳动创造美好生活等劳动观念。抗疫期间要抓住契机，培养学生合法劳动的意识和艰苦劳动的意志，形成对抗疫一线劳动者的“礼赞”情感与对劳动成果的神圣感和爱惜心，培育习近平总书记所提出的“劳动精神”。同时要关注、鼓励、协助学生建立良好的个人劳动和家务劳动习惯与品质。

再其次，要注重指导学生在居家劳动实践中注意劳动安全、劳逸结合、劳动创造。要结合相应知识的学习建立毫不松懈的安全意识，包括个人身心安全、家庭环境安全以及社会公共安全意识等；要指导学生体悟家长劳动的辛劳，形成与家长良性互动的劳动关系，增进与家长的亲近情感；要书本学习、劳动实践、休闲娱乐有机结合，形成健康的居家生活方式、学习方式、劳动方式；要充分运用已有的知识，进行居家劳动实践探究与创造，促进创新精神和实践能力的培养。

（作者系南京师范大学教育科学学院院长、教授）

[原载于《中国教育报》2020.02.26.第 07 版.](#)

[返回目录](#)

● 居家锻炼

锻炼身体战疫情 如何有趣又安全

于素梅

当前，抗疫还在继续，每一个家庭都是参战者，不出门、勤洗手、锻炼身体、增强免疫力，是对阻断病毒传播最好的支持。好动是青少年的天性，久宅在家，不但体质会下降，情绪也会变差。于是，“宅”家锻炼，开展体育活动成了大家的选择。

什么运动既有效，又有趣、安全

促进身心健康途径多元，运动对于增强体质增进健康已是共识，而居家锻炼也成为人们增进健康、提高免疫力、缓解紧张情绪等的主要选择。但并非“人人锻炼”就能促进“人人健康”，原因在于有些人不懂得如何科学锻炼，事实上，居家锻炼更要重科学、有方法、讲实效、保安全。

眼下，为满足人们特殊时期的特殊锻炼需求，越来越多的机构、个人创编如“停课不停练”“抗击疫情天天练”等网络指导活动。对此，有人跟风效仿，有人冷静观望，也有人提出疑问。那么对于广大青少年儿童而言，疫情期间为何要强调居家锻炼？怎样才能实现有效的锻炼效果呢？

居家锻炼应注意哪些事项

足不出户坚持锻炼要谨防增加“小胖墩”“小眼镜”。如果在家不运动，摄入与消耗失衡，势必会给青少年健康带来不利影响。

研究表明，科学适宜的运动能预防体重增加并适当遏制近视率增高。因此，青少年儿童居家需要加强体育锻炼。

足不出户坚持锻炼要强意志、调情绪。青少年儿童正处于长身体、打好运动基础的关键期。能量充沛、活泼好动是他们的共同特征，如果每天待在家里不能参加户外运动，犹如把“小老虎”关进了铁笼里，其浑身的不自在、内心的烦躁可想而知。尤其对于已经养成定期在户外参加体育锻炼习惯的青少年学生来说，突然停顿下来在家里不参加运动，可能会出现抑郁苦闷的情绪，严重时还会影响到他们的心理健康。

居家运动，特别是参加一些有氧运动，既能改善心肺功能，提高免疫力抗御疾病，又能帮他们锻炼意志、调节情绪等。

如何有效地进行锻炼？

锻炼促进健康，但其中存在个体差异，切不可千篇一律，更不可机械效仿。“客厅跑半马”等锻炼方式更不可取，因为居家锻炼一次运动时间过长、强度过大会适得其反。

抗疫特殊时期的居家锻炼切不可盲目做，要遵循以下原则：

适合自己的方式才是最好的。体育锻炼要做到因人而异。年龄不同，生长发育特点、兴趣爱好、身体状况等就会各有差异。什么样的运动才是最好的运动呢？答案是，适合自己的才是最好的。所谓适合自己包括年龄、爱好、身体、活动场所等方面的适合，切不可机械、不顾条件盲目模仿他人

运动。

练到微微出汗才有效。锻炼要能够定性定量测定效果，居家锻炼与室外运动不同，尤其是抗疫时期的锻炼更要掌握好运动量和运动时间。

需要把握的一个原则是，锻炼不可大汗淋漓，最好做中小强度的有氧练习，以面色红润、微微出汗为宜。运动量过大、出汗过多，容易着凉，引发感冒风险。

时间上，一次运动最好不超过半小时。如果是亲子运动，家长可边运动边观察孩子的反应参与运动，以利于掌握孩子的运动量。

安全至上，科学合理才可选。锻炼时要切记安全。目前网上有大量居家锻炼方法，但有的锻炼方本身就很危险，有的则存在安全隐患，因此必须谨慎选取锻炼内容和方法，尽量不做危险性大的动作。

在给孩子选择活动时，可优先选择体育教师开发的内容，因为他们会根据孩子的特点与安全开发项目内容。居家科学锻炼除确保安全外，还要基于孩子生长发育、动作发展、认知发展、素质发展敏感期等特点进行锻炼，以达到促进孩子发展、适宜其成长、保障健康的目的。

调节情绪要新颖有趣：享受乐趣才是适宜的。

锻炼要满足兴趣爱好，运动要让人乐在其中。目前一些居家锻炼方法，尚未打破传统思维方式，多为枯燥的锻炼，如“坐位体前屈”“单纯深蹲起”等练习，小朋友不喜欢，成人也难坚持。

因此，在确定锻炼内容和锻炼形式时，要尽可能考虑不同年龄段学生的运动需求，增加趣味性和针对性。原则上，3至6岁幼儿游戏化、小学生趣味化、中学生多样化、大学生自主化。

（作者系中国教育科学研究院体育卫生与艺术教育研究所副所长、研究员）

[原载于《中国教育报》2020.02.24第04版.](#)

[返回目录](#)

● 家校合作

家校合力让在家上学效果最大化

姜朝晖

延期开学，“停课不停教、不停学”的工作安排，既是教育系统抗击疫情的应急举措，也是“互联网+教育”成果在特殊情景下应用推广的深度尝试，更是对教育治理体系和治理能力现代化的一次重要考验。它不仅需要教育主管部门做好统筹安排，也需要学校师生的积极参与，同时还要争取广大家长的全力支持。

相对于传统的学校教育，在家上学无论对于教师、学生，还是家长来说，都属于新兴事物。它最突出的一个特点是，需要家长的大力支持和积极参与。那么，疫情期间的在家上学，家校如何密切合作、充分发挥各自优势，最大限度提升学生的学习成效呢？

家校合作要做到深度信任理解、共担责任。在全国上下全力抗击疫情的背景下，采用在家网上教学总体值得肯定。根据浙江省最新调查数据显示，近九成初高中学生对于特殊时期组织线上教学表示支持，教学满意和非常满意的达到了82%。然而，相对于学校教育，在家学习具有特殊性，一定时期和范围内出现资源或技术等问题在所难免，这就需要家校共同努力。实现家校良性的合作关系，前提是彼此深度信任理解。教师不能认为在家学习主要是家长的事情，把在家上学的主要责任和任务全部交给家长。与此同时，家长也不能全部依赖学校和教师，自己做“甩手掌柜”，而要尽可能地对学生在家学习给予最大支持，以及必要的监督和帮助。只有彼此信任理解，不相互推脱责任，才能帮助孩子真正实现“在校学”向“在家学”的状态转变，并确保好学生在家上学的质量和成效。

学校要主动承担引导学生线上学习的主要责任。虽然学生名义上是在家上学，但和在校上学一样，学校仍然是教学活动的组织者、实施者和评价者。与绝大多数家长相比，教师在教育教学方面具有较高的专业素养和能力水平，能够把握好教育教学的基本规律，并按照课程教学大纲和教学计划，采取合适的教学手段方式对学生进行相对系统的线上教学。所以，教师绝不是网友调侃的“十八线主播”，线上教学其实是一项极具专业性的工作。除了教育教学的方向把握、内容选择、方法应用和跟踪评价外，教师还要及时和家长、学生沟通课程教学的有关安排，指导家长为学生准备好在家学习必需的硬件和环境，并在学生学习遇到困难时，及时提供有效的咨询和帮助，切实发挥好指导者和引导者的作用。

家长要认真履行孩子学习监护人和参与者的职责。家长是孩子成长的第一任教师，是未成年子女的法定监护人，无论是何种学习方式，家长都不能也不应缺位；而居家上学，家长的作用尤为重要。由于许多学生尚属于未成年人，学习主动性、自觉性相对较弱，学校有组织的系统学习，许多需要在家长的监护下才能完成；家长也要监督学生合理安排学习时间，做好视力保护和推动全面发展。同时，相对于大多数孩子来说，家长在信息技术处理上占有一定优势，能够帮助孩子处理学习中遇到的条件保障问题。此外，疫情背景下生命教育、公共卫生和健康教育、社会责任教育，以及

对英雄人物和先进典型事迹的学习，家长的积极参与和言传身教，往往能够起到润物无声、事半功倍的作用。再者，许多家长在疫情期间属于弹性上班，具有一技之长专业能力的家长，也可以通过家长课堂等形式，为孩子提供学校课程之外的线上讲座和交流，开拓孩子的学习视野，加深家校之间、亲子之间的良性互动，共同促进疫情期间孩子的学业成长和身心健康发展。

（作者系中国教育科学研究院办公室副主任、副研究员）

[原载于《中国教育报》2020.02.25.第 02 版.](#)

[返回目录](#)

● 家校合作

特殊时期应激活家长教育主体作用

左鹏 谭艳

■名校现场·名校谈战“疫”^①

开栏的话

为响应教育部“教育系统全力做好新冠肺炎疫情防控工作”的号召，教育部教师工作司、中国教育报合办“名校现场·名校谈战‘疫’”栏目，以系列文章形式推出名校战“疫”的经验与做法，分享名校校长战“疫”的思考与探索。

受疫情影响，全国各地学校均已延迟春季开学时间，家长与孩子居家防疫还将持续一段时日。其间，不少学校片面理解教育部“停课不停学”部署要求，欲借助教育信息化手段给学生安排大量网课，通过“按时开学”“线上开课”彰显学校教育的“有为”。殊不知这种越俎代庖的做法，不但达不到理想的教学效果，反而剥夺了家长担负起教育主体责任的良机。

这些天，在与家长交流过程中，我们发现许多家长对于如何做好特殊时期孩子的教育感到束手无策。时间长了，甚至有部分家长对孩子的情绪变化、学习生活安排感到十分焦虑。为此，我们认为，学校当前的重心工作不是花大量心思放在如何帮助孩子补习知识上，也不是想方设法将家长的教育责任统统揽到学校教育的肩膀上来，而应将重心工作放在激活家长教育主体作用上，帮助家长掌握特殊时期的家庭教育方法，从而让家长在这一时期能担得起且能担得好家庭教育担子。这不但是基于眼前考虑，更是面向家庭教育长远不缺位的思考。

如何有效激活家长作为重要教育主体的作用呢？

首先，要激活家长履行家庭教育主体责任意识。“父母是孩子的第一任老师”这一说法虽普遍，但很多家长在内心深处并没有形成这样的角色意识，认为教育孩子都是学校教师的事情，父母就是管孩子“吃穿住行”的。当然，一般情况下要改变家长的观念很难，然而当前全家“居家防疫”就是激活家长教育主体责任意识的良好时机。此时要善将学校教育的“无为”化为家庭教育的“有为”。学校通过家长委员会、家长学校、学校家庭社区教育中心、家庭教育研究室等多个组织和部门唤醒家长的主体意识，出台“特殊时期”优秀父母评选机制，制定“诚勤防疫、博雅宅家”优秀家庭评选方案等，学校微信公众号刊出“特殊时期”家庭教育典范等方式多管齐下激活家长“特殊时期我为师”的意识。

其次，引导家长掌握特殊时期家庭教育方法。当家长意识被唤醒后，学校要做的是助力家长掌握特殊时期的家庭教育方法。基于学校的办学理念，我们引导家长做好“诚勤”两字：一是诚为父母，以身示范诚信落实政府防疫要求，做好返城居家隔离，减少不必要外出，不瞒报、谎报影响防疫的家庭情况，配合社区进出检查，戴口罩出行等；二是勤为父母，勤带孩子“宅家”运动，做一些家务劳动、游戏活动、亲子阅读、观学网课等，特别是要勤带孩子“蜗居宅内”，观察世界，心忧天下，培养有大格局的孩子，培养有研究与创新精神的孩子；三是勤于学习，好父母需要学习，学校为家长们推送了北京师范大学的“京师家庭教育在线直播课程”，鼓励家长们观看《家长是对孩子进行休闲教育的第一责任人》《抗击疫情，家长需要告诉孩子的》等网络专题讲座，引导家长们通过学习调节焦虑情绪，调整家庭教育方法，做更给力的父母。

最后，搭建家庭教育交流平台。“群体动力理论”认为：“一个人的行为，是个体内在需要和环境

外力相互作用的结果。”要持续不断地激活教育主体作用，学校需要为他们搭建交流和展示的平台。为此，自疫情防控、延期开学以来，学校家庭社区教育中心和家庭教育研究室在线开展了“诚勤父母谈战‘疫’教育”活动，围绕战“疫”时期“如何开展宅家亲子运动”“如何为孩子戴上‘心灵口罩’”“如何陪孩子亲子阅读”“如何引导孩子学习网络课程”“如何带孩子观察世界”“如何在灾疫面前培养孩子的社会情感能力”等专题，邀请家长群体中家庭教育效果好、热心分享的家长进行在线主题交流，并将他们好的做法在微信公众号上刊出，分享给全校家长。

阿基米德说：“给我一个支点，我可以撬动整个地球。”同样，校长和教师要相信，给家长一个支点，点燃的是他们发挥家庭教育主体作用的信心和热情。

（作者左鹏系教育部“国培计划”第二期中小学名校长领航班学员、湖南省长沙高新区麓谷小学校长，谭艳系长沙高新区明德麓谷学校教师）

教育部教师工作司 中国教育报 合办

[原载于《中国教育报》2020.02.26.第 05 版.](#)

[返回目录](#)

● 家校合作

帮助孩子获得战“疫”的深刻体验

孙云晓

突发的严重疫情，打乱了正常的生活，让人恐慌不安。父母在承受巨大压力的同时，不可忘记自己的言行正在深刻影响孩子的身心健康。因为，孩子是在体验中长大的，童年的经历与经验有可能影响其一生的发展。

以往，对孩子而言，祖国、国际、社会、责任、价值观等许多概念是难以理解的，而这次全民动员防控疫情，将这一切变得非常具体形象，每个孩子都不能置身事外，有的经历更是刻骨铭心。疫情带给孩子的深刻体验，能否成为未来的精神财富，取决于父母如何给予正向的支持与引导。

父母为孩子做出榜样就是最好的教育。孩子是看着父母背影长大的，每个孩子都是研究父母的专家。无论父母是否愿意或者在意，都是在为孩子做榜样，因为儿童的天性是观察学习和模仿学习。对孩子影响最深的是父母怎样做，其次才是父母讲了什么。防控疫情期间，父母是否遵守政府关于防疫的有关规定，出门是否戴口罩，是否主动申报去过什么地方或乘坐过什么交通工具，需要支援防疫前线的时候是否勇敢前往……背后都有孩子明亮的眼睛在观察和判断，这是最为深刻的家庭影响。

父母要给予孩子积极的解释。孩子平时就是“小问号”，理解能力和接受能力都很强，并且有知道真相的权利。灾难面前，父母不要蒙住孩子的眼睛，而要准确地说明事实真相。网络时代信息满天飞，真伪难辨，需要父母不断提高媒介素养，引导孩子选择专业机构发布的真实准确的信息。

父母可以和孩子一起收集有关新型冠状病毒的信息，一起分析讨论，这个过程中孩子能学到很多知识。但比获得知识更重要的，是如何解释这场疫情。好父母需要给孩子科学而积极的解释，以消除孩子的恐慌心理，而不是盲目和消极地解释。

积极心理学有一个概念叫作解释风格，积极的解释风格把困难解释为暂时的、偶然的、非人格化的，认为困难是可以改变的；消极的解释风格把困难解释为永久的、普遍的、人格化的，认为困难是不可改变的。积极的解释导致人自信、乐观，消极的解释导致人悲观、绝望，对孩子来说尤其如此。

父母在孩子面前不宜怨天尤人，不宜悲观失望，而应该告诉孩子，只要有科学的态度和齐心协力的行动，疫情是可防可治的，一切都会好起来。

钟南山等医护人员勇敢负责的精神，世界各地的无私驰援，都是极好的榜样教育，也是富有现实感的价值观引领。

长时间居家需要丰富多彩的生活。居家隔离是目前最好的防控疫情对策，尽可能减少外出，尤其是不到人多的地方去，既是保护自己，也是关爱他人与社会。但时间长了，许多成年人受不了，好动的孩子更难以忍受。父母要用心发掘居家生活的无穷奥妙，把被动宅家的生活安排成一段美好

而受益的时光。

实际上，家庭教育的本质特点就是生活教育。如著名教育家陶行知所说，好的生活就是好的教育，坏的生活就是坏的教育。所以，父母要安排阅读、写作、游戏、运动、家务劳动、艺术创作等丰富多彩的家庭生活，如果能引导孩子学会做饭和洗衣服，将使孩子终身受益。

在线学习与生活教育密切结合。网络时代具备在线学习的条件，在线学习将成为越来越重要的学习方式，目前各级教育部门和学校纷纷采取在线学习的举措。清华附小的窦桂梅校长近日建议父母把书房变课堂、把客厅当操场，创新布置学习场域，建设家庭小型学校的学习组织，在非常时期陪伴孩子非常学习，孩子将更有能力适应未来。

居家隔离正是培养劳动习惯的机会。国内外大量的调查研究都证明，童年养成劳动习惯，长大后更可能具有责任心，也更容易适应家庭生活和职场工作的需要，而不爱劳动的人更可能成为生活与职场的失败者。父母可以通过擅长劳动的祖辈父辈的故事，激发孩子对于劳动的情感，让孩子认识劳动的价值，产生参与劳动的兴趣。再鼓励孩子经过具体训练学会几项劳动技能，尤其是与自我管理密切相关的收拾房间、做饭和洗衣服，持之以恒，养成习惯。

习惯成就孩子的幸福一生。我们坚信疫情防控最终会取得胜利，但即使疫情过去了，父母依然要做孩子的好榜样，依然要坚持积极的解释风格，依然要让家庭生活丰富多彩，这一切的关键在于全家人养成习惯。

教育家叶圣陶说得好，儿童教育就是培养好习惯。习惯是稳定的、自动化的行为。我曾连续 10 年主持全国教育科学规划的习惯课题，特别倡导培养孩子养成喜欢阅读、勤于写作、善于表达、勇于质疑、自我管理、认真负责、用好媒介、坚持运动、积极乐观等 9 个好习惯。习惯的养成过程中，父母的榜样作用是第一位的，要求孩子做的事情，父母首先做到，不允许孩子做的事情，父母绝不去做。

总之，疫情是危机也是机遇，国之本在家，如果每个父母都能做好防控疫情期间的家庭教育，不仅家庭受益，还能成为社会的财富。

（作者系中国青少年研究中心家庭教育首席专家）

[原载于《中国教育报》2020.02.27.第 07 版.](#)

[返回目录](#)

● 教育展台

以善为核治教 博爱志公育人

——深圳市石岩公学践行“善本教育”纪实

李洪滨

党的十九大报告指出，要全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，发展素质教育，推进教育公平，培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人。教育不仅是知识的传承，更重要的是传递正确的人生观和价值观。深圳市石岩公学以“善”为核心，构建了“善本教育”办学理念，全方位对学生进行引导，造就全面发展的人才，实现立德树人的根本目标。

深圳市石岩公学成立于1995年，其前身是宝安县石岩中学，是一所十二年一贯制的政府控股民办学校。

学校地处深圳中部的科技生态健康绿谷——宝安区石岩街道，占地112871.66平方米，建筑面积82976.35平方米。学校现有学生6775名，158个教学班；来自国内外的教职员工705名，专任教师519名。其中全国优秀教师1名，全国模范教师1名，省级模范教师1名，省级优秀教师4名，省级优秀班主任1名，省级学科带头人5名，省级骨干教师2名，特级教师2名，宝安区高层次人才8名，市级以上优秀教师、学科带头人和骨干教师48名；中学正高级教师1名，中学高级教师71名；海归5名，外籍教师4名；博士2名、硕士89名，各学部专任教师学历全部达标。

学校坚持“善本教育”的办学理念，秉承“博爱·志公”核心价值观，构建了以“善境、善治、善德、善课、善教、善研、善学、善缘”为体系的石岩公学“善本教育”，在学校治理、课程建设、人才培养等方面，形成了鲜活的石岩公学风格和石岩公学气派。

善本教育点心灯

“善本”教育中，“善”的指向是培养人“善良”“慈善”的本性和“好的、正确的”的教育教学方法和学习方法。教也者，长善而救其失者也。教人向善，符合人类文化主流与中国传统文化方向，符合社会主义核心价值观，符合党和国家政策，同时也符合当下我国教育发展趋势。基于此，学校从2016年10月开始，着力建设学校“善本”教育，为学校的发展寻找新的路径，为学生的成长道路点亮品行与智慧的心灯。

学校的“善本教育体系”，包括“善境、善治、善德、善教、善课、善研、善学、善缘”八个方面的工作：

以“善”为核心，构建学校善文化，打造环境育人新模式，营善境；

建立良性科学的治理机构，谋善治；

积极开展善德教育，打造学校德育特色，积善德；

引导教师进行深入的课堂教学改革，促善教；

全方位构建学校的善本教育课程，成善课；

重视教师的专业成长与发展，强善研；

以终身学习为理念，构建学习型研究型组织，重善学；

建立与学校利益相关者的良好关系，结善缘。

围绕以上 8 个方面，领导班子系统地规划、部署各项学校工作，让学校工作在系统、规范中得以良性运行。

课堂改革助善教

在善本教育的指导下，学校积极进行课堂教学改革，打造高维度、高品质课堂，让教师善教。

2018 年 2 月 25 日，由李洪滨校长亲自挂帅，成立课堂教学改革领导机构，确立了学校课堂教学改革分四个阶段进行，最终实现课堂教学 3.0 版的课改方案。通过积极组织开展部际交流听课活动、青年教师展示课、“四大工程”骨干教师 3.0 课堂教学改革展示课等活动，发动全体教师对 3.0 课堂教学进行研讨，各个学部立项科研课题、小课题对课堂教学改革中遇到的问题进行攻关研究，让教师们更新观念、探讨研究、躬身实践。

同时，学校积极开展减时增效行动，减少课时量，增加学生的社团活动、选修课活动。要求各个学部必须严格按照国家标准设置教学科目和课时量，把时间还给学生，增加学生的社团活动课程和丰富学生知识、拓宽学生视野的选修课程，切实减轻学生过重的课业负担，发展学生的个性特长，促进学生全面发展。

各个学段全面铺开限时训练，增加针对性、实效性、高效性，重视训练题目的精选、精编、精改和精评。同时，跟踪学生的成绩变化，及时培优补弱，真正实现教学过程的实时监管，有利于教师把握学情，掌握主动，有利于学生学有目标，练有标准。

依据素质教育需求，学校面向全体学生，承认学生差异，改变大一统的教学模式，开展分层走班，分层教学，因材施教。同时，分层走班教学实施分层管理、分层评价。使教师的教学更有针对性和实效性，学生们也更加阳光自信。

以督促教谋善治

根据善本教育的要求，学校建立了良性科学的治理机构，以谋善治。“以督促教”的校内督导模式，就是学校立足校情、提高管理能力的重要举措。

教育督导是提高学校办学水平和教学质量的重要保证，如果把学校比作社区，督导就是民警在社区开展的巡查工作，职责不仅是要及时制止违规行为，还要引导社区良性发展。

学校先后出台了《石岩公学“以督促教”教学管理工作督导检查实施方案》《石岩公学教学常规督导检查评分标准与细则》等一系列相关文件，实施两年多以来，学校的教育教学越来越规范，课堂教学质量已明显提升。

按照学校 2019—2020 学年第一学期工作计划提出的“顺应新形势、开拓新思维、创造新业绩”的思路，结合两个创建工作，本学期初，教学、德育、行政后勤三个督导组先后、全面、深入地开展了校内督导工作。教学工作督导组以推进课堂教学改革、提升课堂教学质量、优化常规管理为目的开展工作；德育工作督导组以“尊重规律、用心育人”为主题开展工作；行政后勤工作督导组按照“全力打造安全、和谐、稳定的校园环境”和“食品安全、交通安全，细化网格化安全管理，确保安全无漏洞、无死角，打造平安校园”的目标和要求开展工作。

学校在改革方面的创新成效显著，也得到了社会认可。2017年12月，学校凭借首创的校内督导项目荣获深圳市教育部门和南都传媒联合设立的南都教育创新大奖——“最具创新力学校”奖项。2018年12月，李洪滨校长当选深圳市年度教育改革创新领军人物。

特色德育积善德

立德树人，教育之本。学校积极打造善本德育特色，创新德育新路径。

首先，大力弘扬优秀传统文化，小初高分别诵读《三字经》《了凡四训》《太上感应篇》等国学经典；编印《公学十善班会课教材》，培养学生的善心、善言、善行；积极开展社会公益活动，组建学生义工队，培养学生的社会责任感；组织学生到企业和红色革命根据地开展社会实践活动。

社团活动是学校德育工作必不可少的一部分，亦是校园文化的重要组成部分。学校坚持社团搭台，学生唱戏，为各个学生提供展示自我、发展天赋的舞台，是提升学生核心素养、促进学生个性发展的重要载体。经过多年发展，学校涌现出了一批成熟的、有知名度和影响力、深受学生喜爱的社团。目前学校6个学部，有体育健身类、文学艺术类、科技创新类、社会服务类社团101个，其中羽毛球、篮球、健美操等体育健身类社团33个，合唱、舞蹈、手风琴、管乐、外教口语配音社、牛津英语社等文学艺术类社团44个，动漫、机器人、3D打印、模拟飞行、智能机器人、无人机建模等科技创新类社团11个，义工服务、礼仪服务、蓝天环保、种植等社会服务类社团12个。

丰富多彩的学生社团活动，不仅激发了学生的学习潜能，也帮助学生在兴趣选择和个性化发展平台中发现了自我，收获了进步，找到了自信。学校社团集体和个人在各级各类学科竞赛中也取得了优异的成绩。近年来，学生社团获得市级以上学科竞赛集体金奖、特等奖、一等奖12项，有3000多人次在各级各类比赛中获奖。

此外，作为IB国际成员学校，学校国际部课程内容丰富多彩。CAS课程为IB文凭教育体系中核心课程之一，课程目标几乎涵盖了“核心素养”内涵的绝大多数要素。学校大力推广并践行CAS社会实践活动，学习与活动相结合，活动与探究相结合，促进学生实践探究能力的提升，切实践行善本教育的要求，推进特色德育。

课程改革成善课

学校全方位构建学校的善本教育课程，开足开齐上好国家规定的基础课程，同时积极发挥师资优势，结合学生的特点和学校的实际，从学科特质和核心素养的高度设计校本教材，从课程设置和发展高度考量社团建设，构建“传统文化浸染、艺术美学熏陶、科学发现与探索”的校本课程体系。

各个学部都已经有了符合学段特点和学生认知规律的特色课程体系。如：小学部“十大滋养课程”、“一主两翼”阅读课程、硬笔书法段位课程、通识与专项融合的艺术课程、兴趣特长与活动展示相融合的艺术实践课程、“发现与探索”萌豆创客教育课程、“萌豆创客实验室”、“CAS”社会实践课程等，高中部的美术素描校本课程、体育舞蹈校本课程以及幼儿园的培根园本课程等。

同时，于2016年提出了打造学校体育艺术衔接课程的构想。目前已经建立起了以“健康第一”为指导思想，以素质教育为核心，激发运动兴趣、培养运动习惯、提高运动能力、促进学生身心健康发展的体育衔接课程体系和“以美育人”为指导思想，以素质教育为核心，构建学段衔接的艺术课程，激发艺术兴趣、提高学生艺术鉴赏能力的艺术衔接课程体系。

教师成长强善研

学校坚持以“善本教育体系”为指引，以全面提高学校教师队伍整体素质为核心，努力培养一批师德高尚、水平先进、能力突出的名师队伍。为此，学校开展了打造教师专业发展和专业提升的四大工程——

青蓝工程、砥柱工程、骥志工程、名师工程，并通过定期开展专家讲座、外出考察、骨干教师培训等途径和方式加大培训和培养力度。同时，为了发挥名师的示范引领和辐射作用，创新校本培训形式和途径，学校从全校6个学部共遴选出18名优秀教师组建了名师讲师团，并积极开展石岩公学名师讲坛，进行校本培训。学校系统开展了“四层四级”教师培训工作，分别是科组培训、学部培训、学校培训、校外培训，有针对性地提升教师的专业能力。

学校建立了“三级三段式”教研模式，积极发挥学部、学科组和备课组在教科研和教师培训方面的作用。学科组要定期开展活动，研讨学科发展方向、研究课改相关问题、研究中高考等。备课组主要日常课堂教学进行规范和提升，通过集体备课、小组教研、听评课、小课题研究等方式加强对备课组教师有针对性的培训和培养。

为打造有特色、有内涵的学科组，学校积极开展学科组特色建设工作。各个学段的科组根据自身的实际，结合学段学科的特点，从培养学生的核心素养出发，确定本学段本学科的科组特色，营造和谐专业、积极有为的科组文化，进一步提高教育教学质量。

教研组重善学

学习是一项终身事业。为了构建学习型研究型校园，提升和增强教师队伍的学习力，提高全体教师的业务素质和教育教学水平，学校组建了“魏书生教育思想研究会”“3.0版课堂教学改革研究会”“班主任教育智慧研究会”“家庭教育研究会”“读书阅读研究会”等研究学习型组织，并积极开展活动，拓宽教师的视野，完善教师的知识体系。

通过教师同读一本书、读书分享、沙龙研讨、集体教研等方式，促进教师的专业成长和素质提升。由校长牵头，联合各学部的领导和教师成立了“学习之道”学习俱乐部，通过教师同读一本书、读书分享、集中研讨等方式，编印了用于指导学生自主学习的《智慧学习》一书，提升了教师对学生学习方法指导的水平。

同时，读书分享活动也大大提高了学生的阅读量和阅读水平，形成了“人人读书，天天读书，时时读书”的氛围，整个校园书香弥漫，学生浸润其中，核心素养得以进一步提升。

“善本教育”的深入落实，除了学校师生的齐心协力外，汲取外部资源，取长补短、互相融合，也显得尤为重要。学校以“广结善缘”为思路，建立与学校利益相关者的良好关系，提升教育管理水平和：开展“菜单式”家长培训工作，提高家庭教育水平，让家庭与学校教育形成合力；组建石岩公学义工总队，让家长义工参与学校的“三午三晚”管理；以社区为单位，组建社区学生互助学习小组，探索家校深度合作新方式；建立与石岩境内企业和商会的良好关系，推动学生实践活动的开展，让学生感知社会氛围，为融入社会打下良好基础。

种种创新举措，使学校的“善本教育”办学理念日益成熟完善，具有公学特色的管理体系、课程体系等业已成形，学校的办学水平得到认可。学校先后获得广东省国家级示范性普通高中、广东省一级学校、广东省安全文明校园、国家级绿色学校、全国优秀民办学校、IB国际文凭组织成员学校等荣誉，已成为深圳市荣获政府部门认证的荣誉多、等级高的民办学校之一。在未来，学校将继续以“善”为核，坚持善文化的构建，进一步激发办学活力和学生的学习动力，在高端办学、卓越发展的办学道路上一往无前。

（李洪滨）

[原载于《中国教育报》2020.02.27第08版.](#)

[返回目录](#)

● 教育展台

砥砺前行守初心 立德树人开新境

——记四川省泸县第五中学“三·三”主体教育实践活动

罗江 张筱平 毛平

四川省泸县第五中学（简称“泸县五中”）长期坚守教育为社会主义培养合格人才和接班人的初心和使命，坚持立德树人，深入开展社会主义核心价值观教育、“三·三”主体教育实践活动和“吃、穿、住、行、学”五项行为德育修炼，构建了学校、家庭、社会三位一体的德育教育体系。学校不断深化从“导学案·生本课堂”构建到“两自主”改革的探索，形成了教育科研和艺术教育两大办学特色，用教育教学改革推动学校高质量发展。学校已先后获得全国农村教育综合改革先进单位、中国西部名校、四川省文明单位、四川省教育工作先进集体等近百项省级以上荣誉称号。

相互润德 共升修养

促进师生的身心健康发展，实现学校的内涵提升，深度培育和践行社会主义核心价值观，构建起学校的核心价值体系，从2011年9月起，泸县五中在师生中开展了“三·三”主体教育实践活动，这是对地处偏远农村中学的师生思想教育模式的创新性变革。

在教育实践活动中，泸县五中采取“两线齐抓，相互润德，共升修养”的方式开展活动，让教师认识并实践“三爱”（爱自己、爱家庭、爱学校）、“三善”（善待学生、善待同事、善待工作）、“三做”（做身心健康的人、做受人敬重的人、做学习和工作成绩力争上游的人）。让学生认识并实践“三爱”（爱自己、爱家庭、爱学校）、“三善”（善待生活、善待同学、善待学习）、“三做”（做身心健康的人、做受人敬重的人、做学习力争上游的人）。

“三爱”“三善”和“三做”的修炼过程契合了儒家思想“修齐治平”的过程。“修身、齐家、治国、平天下”，从“修身”“齐家”开始，然后达到“治国”“平天下”。由小而大，由内而外，由个人而家庭而集体，以至于国家民族。泸县五中开展的“三·三”主体教育实践活动就是从“自己”开始，进而到“家庭”“学校”再到“社会”；从个人“学习”开始，进而到“同学”“生活”；从“身心健康”开始，进而到“受人敬重”“力争上游”。“三·三”主体教育实践活动实现了由指向自己的“小爱”到奉献于别人和社会的“大爱”，由“善待学习”的“小善”到“善待生活（社会）”的“普善”，由身心健康的“小我”到奉献社会、建设国家的“力争上游”的“大我”，实现质的飞跃。

顺势而为 乘势而上

“谋于前才可不惑于后。”2011年9月，泸县五中经过教代会、校务会、校长办公会等广泛深入探讨，根据校情决定开展“三·三”主体教育实践活动。2012年3月27日，在2012年度泸县教育系统党建工作会上，学校就以“构建学校核心价值观，全力打造学校特色文化”为题，作了“三·三”主体教育实践活动经验交流。2013年4月，泸县五中的“农村中学‘三·三’主体教育实践活动与研究”课题，成功申报为国家教师科研基金“十二五”规划全国重点课题“中国学校特色教育建设与发展研究”的子课题。2013年6月，国家教育部门“十二五”总课题组批准该课题立项为国家教师科研基金“十二五”规划全国重点课题。2013年5月，泸县五中被泸州市教育部门批准为泸州市重点建设的首批特色学校（全市从幼儿园到高中共35所，泸县普通高中仅有两校入选），将“三·三”主体教育实践活动列

为市级学校特色教育项目。2013年10月，泸县五中被国家教育部门中国教师发展基金会授牌为国家教师科研基金“十二五”规划全国重点课题“中国学校特色教育建设与发展研究”全国特色教育实验校。2013年11月1日，泸县五中作为泸州市迎接省级以上示范性普通高中复查评估调研的两所代表学校之一接受了省教育部门的复查评估调研。

知行合一 德智并进

“一花独放不是春，百花齐放春满园”，泸县五中开展的“三·三”主体教育实践活动，有力促进了学校教育教学工作。学校多次组织全校教师撰写心得体会，通过全体教师大会、各支部党员大会、党小组会进行交流、宣讲，并将教师心得体会编撰成《樟林师道》《樟林师德——泸县五中“立德树人，爱岗敬业”校本教材》。组织开展演讲比赛、“厚教讲坛”“青年教师成长论坛”“青年教师礼仪论坛”“青年教师教科研论坛”评选等系列活动，促进本校名师、骨干教师反思自己的教育教学，总结可资借鉴的宝贵经验，分享从事教育工作的快乐，从而实现薪火传承，引领中青年教师健康成长。把“三·三”主体教育实践活动与“四德工程”建设、“道德讲堂”、“最美五中人”评选、党委书记上党课等活动相结合，把“三·三”主体教育实践活动与课堂教学结构改革、“两自主”（自主管理、自主学习）改革、新高考改革、新中考改革相结合，有力推动学校教师的成长与发展。

“来而不可失者，时也；蹈而不可失者，机也。”学校在提升教师品德修养的同时，积极营造“三·三”主体教育实践活动的学校文化氛围。利用“两课”、宣传标语、黑板报、升旗仪式、“樟林之声”广播等形式广泛宣传，让活动深入人心。狠抓“吃、穿、住、行、学”五项行为德育修炼，探讨“吃、穿、住、行、学”中蕴含的文化、礼仪和科学知识，涵养学生优良品行。用以“三·三”主体教育实践活动为内容的主题班会、传统节日、社会实践、征文比赛、演讲比赛、成人宣誓仪式、合唱比赛、朗诵比赛、科技节、校园文化艺术节、体育健身节、德育主题实践节等活动，实现德育工作“教、学、做”的有机统一。

春华秋实 岁物丰成

“三·三”主体教育实践活动的持续推进，给泸县五中的发展带来了翻天覆地的变化。2014年，学校成功创建为“四川省阳光体育示范校”。2015年8月26日，被泸县县委宣传部门确立为培育和践行社会主义核心价值观全县仅有的学校示范点。2015年11月16日，被泸州市委宣传部门命名为泸州市培育和践行社会主义核心价值观基层示范点（全泸州市共有15个单位命名，泸县仅有2个单位命名）。2015年，被评为“四川省教育先进集体”（当年全市普通高中仅有的学校）。2017年，成功创建成首批“四川省中学文明校园”。2018年9月，泸县五中建校六十周年完成了校庆文艺晚会、校庆画册《翀飞》、专题片《郁郁樟林，雄鹰翀飞》、校歌《樟树参天作栋梁》MV、《樟林探航——泸县五中省级教育科研课题成果选集》《樟林文萃——泸县五中教育教学科研论文选集》《樟林毓德——泸县五中“三·三”主体教育德育课教学案例选集》《樟林润德——泸县五中“三·三”主体教育国旗下讲话案例选集》《樟林厚德——泸县五中“三·三”主体教育班团队活动课案例选集》《樟林艺苑——泸县五中师生美术书法作品选集》等10个项目，系统整理了学校自开展“三·三”主体教育实践活动以来所取得的丰硕成果。2019年1月，罗江校长担任主研人的“西部农村中学‘三·三’主体教育实施体系的建构和实践研究”被确定为市级立项科研课题。

“三·三”滋德，卓越前行

泸县五中开展的“三·三”主体教育实践活动，使教师和学生活动中不断修炼品德，塑造健全人格，潜心教学求知，达到极大限度的自我完善，为推动学校更好更快发展开辟了新道路。自2009年泸县实施中小学教育质量综合评价改革以来，学校历年均获泸县普通高中教育质量综合评价一等奖。自2012年泸州市实施中小学教育质量综合评价改革以来，学校历年均获泸州市高中毕业班（A

类学校)教育质量综合评估一等奖和泸州市初中教育质量综合评价“优秀学校”称号。自“三·三”主体教育实践活动开展以来,学校历年均获得泸县教育系统优秀基层党组织称号,2018年获得泸州市教育系统优秀基层党组织称号。

育人之本,在于立德铸魂。泸县五中必将大力传承中华民族的伟大创造精神、伟大奋斗精神、伟大团结精神、伟大梦想精神,努力将学校创建成为法治平安学校、环境优美学校、学生喜爱学校、社会美誉学校、内涵丰富学校、人民满意学校;必将高扬“立足厚道,求真求上”的办学理念,用“三·三”主体教育实践活动持续推动学校高质量发展,奋力向四川省一级示范性普通高中挺进。

62年来,泸县五中师生秉承“立足厚道,求真求上”办学理念,通过质量立校、科研兴校、改革强校,已经发展成为一所校产总值超亿元的大规模学校。学校为国家培养了2.5万余名合格初中、高中毕业生,为重点、本科普通高校输送了上万名优秀人才,学子中涌现出众多海内外知名专家、学者和高级人才。在推进祖国现代化建设的各行各业中,活跃着五中学子忙碌的身影。

砥砺前行守初心,立德树人开新境。如今,泸县五中秉承“立足厚道,求真求上”的办学理念,始终瞄准教育综合改革实践前沿,从“导学案·生本课堂”构建到“两自主”改革探索,用自主管理点燃生命活力,用自主学习激发生命潜能。贯彻“德才并举,知行合一”的育人理念,积极践行社会主义核心价值观和学校“三·三”主体教育实践活动;学校依法治校,推进法制宣传教育与法制实践相结合,构建了学校、社会、家庭三位一体的青少年法制教育体系。学校秉承“樟林作证,生生不息”的精神,形成以普通高中教育为主,以初中教育和艺体教育为辅的“一体两翼”办学模式,教育科研和艺体教育正助力学校的更好更快发展。(罗江 张筱平 毛平)

[原载于《中国教育报》2020.02.28第08版.](#)

[返回目录](#)