

联和小学“花式”探索心理课 寓教于乐解锁“心”密码

跳操、绘画、玩游戏……在新会区三江镇联和小学校园里,心理健康教育解锁了很多新“玩法”,让师生直呼过瘾。

联和小学校位于圩镇中心,设主校区和分校区,共1200多名学生,来自三江镇11个村(居、场),其中有40%至50%的学生是外来务工人员子弟。联和小学校副校长李炳宏告诉记者,学校现有2位专职心理教师和9位兼职心理教师。为打破学生对心理健康课的刻板印象,学校创新设计多元化心理健康教育活动,让“走心”的教育真正走进学生心里。

文/图 江门日报记者 冯瑶君
通讯员 赵瑞瑜

“花式”上课 让健康教育效果翻倍

上午,在欢快的音乐声中,一年级(2)班的同学们站在课桌前,跟着节拍一边唱歌一边做摇头、甩手、扭腰等动作。1分钟的情绪操结束后,专职心理老师郭绪晴在智慧黑板屏幕上播放《情绪小怪兽》绘本,给同学们讲述情绪管理的故事。随后,同学们用不同颜色的画笔在《情绪瓶子》涂色画纸上表达自己的心情。新奇有趣的体验让孩子们全身心投入课堂。

下午,三年级(1)班教室里欢呼声此起彼伏。郭绪晴将同学们分成7人一组,每组发放一张报纸。各组将报纸铺在地上,全组同学需站在报纸上保持5秒,脚不能触及报纸以外的地面,否则淘汰。这一环节游戏结束后,小组同学手拉手围成一圈,通过手臂力量,让呼啦圈穿过所有人的身体,回到原位。两个不同类型的游戏,考验的是同学们的团结协作能力。

郭绪晴负责低年级和中年级共16个班级的心理课。根据不同年级,设计不同的心理课程,是郭绪晴本学期的重点工作。



▲心理课上,郭绪晴在给学生们讲解呼啦圈游戏,让学生领会团结协作精神。

►王巧通过多米诺骨牌游戏,和孩子们对话情绪,鼓励孩子表达。



“低年级学生刚脱离幼儿园进入小学阶段,情绪波动大且不擅表达。”郭绪晴说,这个阶段,学会表达情绪显得尤其重要,“中年级学生处于情感转折期,情绪控制能力有限。”

为了培养学生低年级和中年级不同年龄段的孩子养成良好的心理素质、增强自信心,帮助他们建立良好的人际关系,提高沟通能力,这个学期的心理课程,郭绪晴围绕“自我认知”“人际交往”“环境适应”和“情绪管理”等方面进行设计。

郭绪晴告诉记者,通过采用多样化的教学方法,可提高心理健康教育课程的互动性和趣味性,让健康教育效果翻倍,“通过情绪游戏和绘画表达,让学生们可以在轻松愉快的氛围中探索和表达自己的情绪;通过情境模拟和角色扮演,学生们可以在实践中学到人际交往技巧和情绪管理策略”。

打造老师和学生都喜爱的 心理课堂

专职心理老师王巧负责五年级和六年级共6个班的心理课,谈到小学高年级孩

子的心理特点,王巧认为,高年级的学生独立能力增强和竞争意识开始增强,随着开始进入青春期,自主意识也逐渐强烈。

“小学中高年级阶段,学生遇到的人际交往问题增多,情绪容易出现波动。”王巧说。为了让孩子管理好情绪,她侧重和同学在心理课的互动中了解“情绪没有对错”“情绪需要好好表达”“但是表达情绪的方法是有对错的”等等。

根据孩子的身心发展需要,王巧和同学们约定本学期的目标是“一起修炼强大的内核”。通过系列课程设计和实施,帮助同学们一起循序渐进地认识自我,包括认识自己的情绪、性格、兴趣爱好等,帮助孩子接纳自己;接纳自己的不一样,接纳自己的优缺点,树立自信心。

“有一次,我上心理课的时候,在与同学的互动中,我随机点几位同学的学号分享感受。突然,有女同学激动地拍桌子,原来,我正好点到她的学号。我意识到学生的情绪比较激动,我并没有着急让她回答,而是轻轻拍拍她,然后从她身边走过,快速地把班上其他同学的注意力转移到其他地方,继续上课。”王巧说,“课后,我找这位女

同学了解情况,原来,她当时是在祈祷不要被老师点到,结果还真轮到她,她以为老师会批评她。”

经过沟通,女同学记住了一些让自己冷静的方法。后来的心理课,她都很认真听讲,还会主动举手分享自己的想法,课后也常常与王巧很自然地表达自己,过于激动的情况越来越少。从中,王巧感觉到,心理辅导不一定在心理辅导室,更好的辅导或许在课堂上,在课堂外。

针对孩子的不同年龄特点,王巧喜欢尝试画画、多米诺骨牌、图卡、沙盘、游戏互动等方式方法,激发兴趣,增强课堂效果。

王巧告诉记者,课堂上,总有认真的孩子,睁着明净的或迷糊的眼睛看着你,让你有信心有动力专注课堂。但也有调皮爱打岔的孩子,总是一边关注老师,一边又控制不住自己做各种的小动作和“小碎嘴”,让人无奈又好笑。找到孩子们的可爱之处,会让老师更容易享受课堂。

王巧认为,在成长过程中,情绪就像一条悠长的河流。创设自然而真实的课堂,和孩子们对话情绪,鼓励表达,接纳不同,这就是老师和学生都喜爱的课堂。

新会华侨实验小学 举办一年级“趣味英语嘉年华”游园会活动 在孩子们心中 埋下自信热爱的种子

江门日报讯(记者/钟珍玲)为激发一年级学生学习英语的兴趣,日前,新会华侨实验小学举办了一年级“趣味英语嘉年华”游园会。活动以英语为主导,巧妙融合了体育、美术、道法及综合实践等学科,通过跨学科的方式,让孩子们在游戏中体验英语的乐趣,提升综合能力。

活动当天,孩子们手持游园卡,兴奋地穿梭于每一个关卡之间,每一关都仿佛一个充满魔法的英语世界,让孩子们在玩乐中汲取知识。这场游园会不仅是一场英语学习的盛宴,更是一次充满无限趣味和挑战的跨学科冒险之旅,让孩子们留下了难忘的回忆。

在“I Say You Do”关卡中,小朋友们竖起小耳朵,认真聆听老师的指令,迅速做出相应的动作;“Choice and Answer”关卡充满了神秘感,小朋友们从五份红包里随机抽取一份,红包里有一张写着有趣的英语问题的纸条,而随后的回答问

题环节,更是让他们在语言的世界里畅游,自信满满;“Run and Read”关卡瞬间活力四溢,小朋友们如同小小运动员般,疾速奔向终点,迅速拾起一张张单词卡片,读书声此起彼伏;字母转盘环节紧张刺激,随着指针缓缓停下,孩子们迫不及待地大声读出所指的字母,声音中满是对知识的渴望与自信;最后一关“Pack and Bag”既实用又有趣,小朋友们需要在一堆物品中准确识别出学校用品,并将它们有序地放入书包中。

游戏还在推进中,小朋友们的游园卡上已盖满了象征成就的印章,每一枚都闪耀着他们努力的光芒。“这场英语嘉年华,如同一场播种之旅,在孩子们的心田深深埋下了自信与热爱的种子。相信在未来的英语学习道路上,这些小探险家们一定会更加自信地迈出每一步,更加热爱这门充满魅力的语言。”学校教务处相关负责人朱兰清笑着表示。

沙堆镇开展心理健康讲座 为青少年健康成长 保驾护航

江门日报讯(记者/钟珍玲)为普及心理健康知识,提升青少年情绪管理能力,近日,沙堆镇妇联联合镇关工委、独联村妇联在独联学校举办“情绪与我”公益心理健康讲座。

讲座邀请新会区家庭教育宣讲团成员、国家二级心理咨询师赵洁明担任主讲。赵洁明以“情绪与我”为主题,结合真实案例,深入剖析情绪产生的根源以及失控带来的负面影响。通过讲授情绪管理四步法,分享“正念冥想”“深呼吸法”等实用的情绪调节技巧,帮助学生提升情绪管理能力。活动设置了丰富的互动环节,赵洁明带领学生们体验了“渐进式肌肉放松法”与“478呼吸法”,缓解和调适情

绪,随后进行了“情绪卡片”匹配游戏,引导学生掌握体验情绪、表达情绪、调节情绪的方法。

本次讲座为青少年搭建起情绪管理的学习平台,通过理论知识与实践技巧相结合的方式,引导学生科学认知情绪、合理表达情感,为青春成长赋能。学生们纷纷表示受益匪浅,对情绪有了更深刻的认识,也掌握了一些实用的情绪管理技巧。

接下来,沙堆镇妇联将持续关注青少年的心理健康问题,做实做细各项青少年心理健康服务工作,积极构建更加完善的家校联动、社会协同的学生心理健康工作格局,为青少年的健康成长保驾护航。



班级管理的“导演艺术”： 一位班主任的育人智慧

班主任工作恰如执导一部教育“连续剧”,其收视率高低全在于班主任的“导演艺术”,在江门市新会文华小学,胡伟胜老师通过三招独具匠心的管理策略,让班级这部“连续剧”赢得了超高“收视率”。

江门市新会文华小学 胡伟胜

第一招：注意力捕获术

高年级学生常常对班级事务漠不关心,即使老师身先士卒也收效甚微。胡老师另辟蹊径,采用“悬疑剧”手法:悄悄更换破旧抹布、整理杂乱图书,次日故作惊讶地在班级日记上写下:“是谁做了好事?”并列全班学生姓名。这一招成功激发学生的好奇心和表现欲,课间讲台被围得水泄不通。胡老师表示:“善用语言文字的魅力,比直接命令更能唤醒学生的自觉意识。”

第二招：心流引导术

面对因母亲的疏于关心而自卑的小李同学,胡老师精心设计了一场“温情剧”。他通过周记发现小李的自卑的情况后,在班上郑重宣布:“小李妈妈很关心他的学习,今天特意来校沟通。”虽然这只是个善意的谎言,却成功重塑了小李在同学心中的形象。事后,胡老师约谈家

长,促使家长认识到问题并做出改变。“教育需要智慧,有时善意的谎言也能点亮心灯。”胡老师如是说。

第三招：潜能解锁术

当同学们期待的“雕虫小技”比赛与少先队活动冲突时,胡老师上演了一出“反转剧”。他故意让学生得知比赛可能取消,待大家情绪低落时,再“勉为其难”地接受学生提出的折中方案。这招“欲擒故纵”不仅保证了活动顺利进行,更让学生们自觉遵守约定,认真完成少先队任务。

胡伟胜老师说:“教育就像梅花,需要经历严寒才能绽放芬芳。只有将教育理念、学生特点和教学智慧有机结合,才能让每个独特的灵魂绽放光彩。”在他的“导演”下,班级这部“连续剧”正上演着精彩纷呈的育人故事。

胡伟胜

坚持18年剪纸特色教育 会城河南小学绽放传统文化之花

江门日报讯(记者/钟珍玲)3月26日下午4时,新会区会城河南小学的上课铃声准时响起,全校师生共同参与的剪纸课程也开课了。从一年级到六年级,逢周三和周五下午各一节剪纸课,这是河南小学的“专属”特色课程表,从2007年开始至今,已经坚持了近18年。凭借这份坚守,河南小学成功打造了“剪纸特色学校”品牌,是广东省中小学中华优秀传统文化传承学校、江门市中小学艺术教育特色学校、剪纸特色教育之花灿烂绽放。

进入河南小学校园,浓郁的传统文气息扑面而来。而让人印象最深刻的是校园内老师以及历届学生的优秀剪纸作品装

点着校园环境营造出独特的艺术氛围。每周两节的剪纸课,被同学们评为最喜爱的课堂。课堂上,老师们通过多媒体课件和现场示范,系统讲解传统剪纸技艺,指导学生们掌握四角、五角、六角等折纸方法,并鼓励他们大胆创新。“从简单的团花剪纸到复杂的大型作品创作,剪纸课让我感受到传统艺术的魅力,也让我变得更加自信。”五年级学生陈颖沁说。一把剪刀、一张彩纸,不仅让孩子们体验到创作的快乐,更成为他们表达自我的艺术语言。

据了解,在2007年,河南小学广泛链接社会资源,紧紧围绕“以人为本,以质立校”的办学理念,在全面发展的基础上,以

剪纸为突破口正式启动创建剪纸特色学校。学校专门聘请广州民间文艺协会会员叶润生教授为学校艺术总监,通过“请进来”和“走出去”相结合的形式,着力培养一批剪纸特长教师,并组织成立校本教材编写小组,编撰校本教材。“经过多年探索,学校已经逐步形成剪纸特色教育课程体系。我们立足课堂,全面落实剪纸课程,从一年级开始就全校普及剪纸特色教育,还积极开展剪纸第二课堂活动,建立剪纸兴趣小组梯队,包括基础班、提高班、精英班,做到全员参与,在全校营造剪纸文化氛围。”学校开展剪纸课程指导老师、广东省民间文艺家协会会员卢兴玲告诉记者。

同时,为了更好地营造“剪纸乐、乐剪纸”的校园氛围,河南小学每年都会邀请民间艺术家进校园开展剪纸艺术主题讲座及专题辅导,并开展剪纸比赛、剪纸作品展、剪纸艺术节等活动。卢兴玲表示,“剪纸是传统文化的重要组成部分,是对儿童进行美育、劳动教育的有效方法之一。通过学习剪纸,学生的动手能力、审美素养显著提升,还因为有了剪纸这个展示平台,学生参与各种活动的机会更多了,眼界更开阔,也变得更加自信。”未来,河南小学将持续开展剪纸特色教育,结合“五育并举”的要求持续强化活动课程,为学生全面发展提供更广阔的天地。

古井小学组织学生写生画春天 木棉树下绘“英雄花”

笔尖触碰宣纸,深深浅浅的墨色在宣纸上慢慢晕染开来,很快,一朵朵鲜红的木棉花在笔尖绽放。近日,古井小学国画社团组织学生在校园的木棉树下,开展了别开生面的写生实践课,用画笔描绘春天的美景。

宣纸铺展间,只见小画家们凝神观察枝头绽放的“英雄花”,时而蘸取朱砂点染花瓣,时而挥毫勾勒挺拔枝干。在黎颖冲等专业教师的指导下,稚拙灵动的笔触间流淌着孩子们对英雄品格的独理解。

古井小学的木棉树扎根校园已近九十年,它见证过抗战时期的烽火弦歌,也陪伴着新时代少年成长。木棉树树形高大挺

拔,木质坚韧不屈,因此被赋予了“英雄树”的美誉,古井小学则以“立木棉之品,育达善之人”作为办学理念,引导学生树立正确的人生观、价值观和道德观。

据国画社团国画老师黎颖冲介绍,古井小学在2019年创办国画社团,目前有国画老师4人。国画社团每学期吸引100多名学生加入社团学习,成立5年来,已有20余件作品斩获省级以上奖项,“在国画社团里,孩子们学会了如何握笔、调色、设色、运笔,用自己最喜欢的方式描绘多彩的世界。”(文/图 江门日报记者 冯瑶君 通讯员 甘景辉)



古井小学国画社团组织学生在校园木棉树下画木棉花。