

一场带着泥土味的例会

通讯员 邓永新

5月11日，星期一，早晨7点58分。

汉阴县蒲溪镇中心小学党支部书记、校长赖征晏没有像往常一样走进会议室，而是站在了会议室门口。他面前，全校教师按照年级组站成六列纵队，手里拿着后勤部门提前准备好的镰刀、锄头、修剪刀和编织袋。

“各位老师，我们教育孩子们要珍惜劳动成果，可是好多老师自己都很少干活。今天的周一例会，与其扯破嗓子教育孩子们珍惜劳动成果，不如大家一起动手清理校园卫生死角，带动学生一起珍惜劳动成果。”赖征晏简短布置后，六个年级的教师立即分赴各自责任区。

往常这个时候，全体教师都坐在会议室里，等待学校分管领导安排本周各项工作。而今天，会议室空无一人，校园的角落却热闹起来。

在学校绿化带，党员教师黄家波拿起镰刀开始割草。作为一名来自农村的“80后”，这些活对他来说习以为常。不一会儿，他身旁的杂草就堆成了小山包。“90后”女教师杨迎娣也不甘示弱，她拿起修剪刀给花园绿植整

形，动作娴熟，很快将绿植修剪得整整齐齐。三年级(1)班班主任文峰带着班里的“劳动小健将”加入劳动队伍，学生邹佳霖拿着编织袋，快速将地上的杂草装进去。

“今天和老师们一起干活，感觉特别有意思，学校变干净了，大家心里都开心。”邹佳霖一边干活一边说。

一年级的三名班主任则带领全班学生来到学校花坛。一年级(3)班班主任唐康拿起锄头除草，孩子们暂时停下手中的活，围在旁边认真地看着。

“我们小时候经常干这些农活，一点也不陌生。你们在家也要学着干一点力所能及的事情。”唐康一边示范，一边对学生说。

“老师，我们把这里的草全拔了!”孩子们立即动手，欢乐的笑声弥漫着整个花坛。

在花坛的另一角，“70后”副校长唐志成身边围着一群“小鸟”，他们叽叽喳喳地问他哪些草要拔掉。

唐志成没有急着回答，而是蹲下身子，耐心地给孩子们示范如何分辨杂草与绿植。他指着花坛里一片绿油的植物说：“这叫麦冬，既是观赏植

物，也是一种有价值的草药。”

孩子们听得入了神，有的伸手轻轻摸了摸麦冬的叶子。“记住了，麦冬要留着，旁边这些野草才需要拔掉。”听了唐志成的讲解，孩子们干得更起劲了，花坛里的杂草被快速清理干净。

“所谓教师，就是学高为师、身正为范，自然要亲身示范，让学生照着学。”赖征晏说。

赖征晏始终认为，无论是读书还是劳动，教师都应该是站在前面做给学生看的人，应该是学生的模范。自今年3月以来，他正是这样推动课内外阅读的，全体教师撰写阅读心得并在校微信公众号刊发，有效激发了全校师生的阅读热情。去年以来，赖征晏还在学校推广“每周一首古诗词”活动，各年级在周一升旗仪式上集中朗诵。“学校党支部今后将带领全体教师转变作风、提高能力、以身示范，做学生学习道路上的引路人。”赖征晏一边擦着汗，一边对劳动的全体教师说。

不到半个小时，校园的几处卫生死角被清理得干干净净。会议室的门虽然还是开着，但一堂关于劳动与教育的课，已经在会议室外上完了。

紫阳县各级少先队组织积极开展教育活动

通讯员 雷超

近日，紫阳县各级少先队组织集中开展形式多样的入队“大闯关”趣味考核，以沉浸式趣味体验引导一年级预备队员厚植红色基因，扣好人生第一粒扣子。

活动紧扣少先队核心教育内容，围绕队名队史认知、队旗队徽辨识、红领巾佩戴、标准队礼、誓词队歌、规范呼号、善行实践等关键要点，设置六大趣味闯关环节，全方位检验预备队员的知识储备与礼仪实操能力。活动现场秩

序井然、氛围热烈，预备队员手持通关卡逐项参与挑战，认真完成各项考核任务，经“小考官”严格核验，顺利闯关后即可集齐专属印章红星章，圆满完成考核。

此次系列趣味闯关考核活动，直观展现了全县各校

扎实的队前教育成果，有效帮助预备队员熟练掌握少先队基础知识与礼仪规范，进一步增强了少年儿童加入少先队的光荣感、使命感和组织归属感。



图一：紫阳县高坪镇双星小学组织高年级少先队预备队员学系红领巾。



图二：紫阳县第二小学组织开展少先队知识趣味闯关活动，以沉浸式趣味体验引导一年级预备队员厚植红色基因，扣好人生第一粒扣子。

深化体育育人的实践探索

陈受选

近年来，汉滨区南门小学紧扣“五育并举”与立德树人根本任务，以阳光体育为根基、以武术特色为核心，构建课堂普及、课间提质、赛事赋能、文化铸魂、机制护航“五位一体”育人体系，将武术教育深度融入校园日常，扎实落实学生体育锻炼要求，走出以武育德、以武健体、以武启智、以武润心的特色育人道路。

课程筑基，全员习武。学校严格落实体育教学保障要求，坚持每班每天一节体育课，将中华优秀传统文化全面纳入体育课程体系，实现“全校习武、每班有课、天天有练”，针对不同年级学生身心特点分层设计教学内容，低年级以武术基本功、礼仪规范为重点，启蒙习武兴趣、培养身体协调性，中高年级系统开展武术操、基础套路训练，同时邀请专业武术教练常态化入校指导，开设特色拓展课程，让每一位学生都能在每日体育课中系统学习武术技艺、感受武术文化，让武术从特色活动升级为常态化、规范化必修课程，真正做到武术育人覆盖全体、贯穿每日。

课间融武，常态提质。依托每日体育锻炼制度，学校把武术元素与阳光大课间深度融合，牢牢守住课间15分钟、每天锻炼2小时的刚性要求，形成全天候、不间断的体育锻炼模式。晴天组织学生在指定场地开展武术操、队列练习等室外训练，学生招式整齐、气势昂扬，在集体练习中强健体

魄、凝聚班风；阴雨天灵活切换为室内韵律操、课桌舞，确保体育锻炼不断档、习武氛围不降温。同时严格执行“五落实、六到位”工作机制，明确场地划分、班主任组织、体育教师指导、领导蹲点督促，让每日15分钟课间、2小时锻炼落到实处，形成“周周有主题、班组有特色”的武术健身常态。

赛事搭台，以演促练。为检验习武成效、激发运动热情，学校以赛事与展演为抓手，常态化举办田径运动会、趣味运动会，并将武术操展示作为核心环节，在校园大型活动中组织全体学生开展集体武术展演，气势恢宏、整齐划一，成为校园体育文化的特色名片。学校学生还凭借扎实功底，多次受邀登上区级、市级乃至全国武术散打锦标赛开幕式舞台，与专业机构合作完成武术节目表演，在更高平台展现南小学子昂扬风貌，以日常积累支撑舞台展示，以舞台历练反推日常训练，持续点燃学生习武热情，让武术锻炼真正融入学生成长全过程。

文化铸魂，以武润德。立足“以体育人、以体育智”理念，学校在武术教育中深度挖掘传统文化与品格教育内涵，将尊师重道、自强不息、团结协作、坚韧不拔的武术精神融入每一节课堂、每一次训练、每一场展演。结合经典武术剧目、传统体育游戏活化锻炼形式，让学生在每日2小时体育锻炼中，既增强体质、磨炼意志，又感受中

华优秀传统文化底蕴，增强文化自信与民族自豪感，实现体育锻炼与品格塑造同步推进，让武术成为涵养童心、立德树人的重要载体。

机制护航，长效推进。刚性制度是体育与武术教育落地见效的坚强保障。本学期学校全面压实每班每天一节体育课、课间15分钟、每天锻炼2小时的工作要求，构建领导牵头、多方协同、全员参与的闭环管理体系，配齐体育与武术器材、优化场地布局、细化每日锻炼方案，从时间、场地、人员、安全、评价五个方面全方位保障。坚持以日常表现、集体展示、赛事成果多维评价锻炼成效与教学质量，推动武术教育与阳光体育规范化、常态化、特色化开展，为学生全面发展、健康成长筑牢坚实体育根基。

从每日一节体育课到每天2小时锻炼，从校园日常习武到国家级舞台展演，汉滨区南门小学以刚性制度落实体育要求，以武术特色点亮育人之路，把体育锻炼、文化传承、品格塑造融为一体，让武术教育成为落实“双减”、深化素质教育的鲜明名片。未来，学校将继续坚守每日体育锻炼标准，深耕武术特色教育，厚植校园体育文化，以武韵滋养童心、以体育赋能成长，让每一位学子在每日运动中强健体魄、砥砺品格、全面发展，让阳光与活力充盈整个校园。

师者说

去年从新教育年会现场拿回《走，我们去做好教育》这本书，当时我只粗略翻看了一遍。没想到，今年从三月到五月，两个月的共读时光，这本书竟让我沉迷其间，不知不觉又细读了两遍。没想到在“走，我们读好书 做好教育”班主任读书会上，12位同事的分享，让我对一句话有了深刻的感悟：一个人，是千万人的出发点。

读书会那天，老师们积极分享阅读心得、讲述教育故事。听着听着，我突然意识到，每一个站在讲台上的班主任，都是一束光。你若暗淡，教室就暗淡；你若有光，教室就有光。这句话在书里读到三次，都不及活动现场那一刻来得真切。

书中引用的一句话：“凡是不能自我发展、自我培养和自我完善的人，同样也不能发展和培养和教育别人。”初读也觉得有道理；再读我开始反思自己；细品心生敬畏。身为教育者，我们太容易陷入琐碎的忙碌，总习惯以“身心疲惫”为借口，纵容自己停下成长脚步。可如果我们自己停止了生长，凭什么要求孩子们天天向上？一个教师的高度，决定了一间教室的高度——这不是一句口号，而是一句沉甸甸的警醒。

教育的一切最终是落在教室里的。而教室里的一切，最终是落在那个站在讲台前的人身上的。书中写道：“一间教室能给孩子带来什么，取决于教室桌椅之外的空白处流动着什么。”桌椅是固定的，教材是统一的，但空白处流动的东西——师生对话的温度、阅读时的静谧、晨诵时的韵律、评价时的“尺子”——这些东西，全凭班主任去创造。多一把“尺子”，就多一批好学生。评价不只有分数，扬长补短，让孩子当下就幸福。这些话说起来容易，做起来，要靠一个人日复一日的坚持。

我特别认同书中关于阅读的那句话：“把最宝贵的时间给最重要的阅读；最好的阅读是自由阅读，无压力、零负担，才能激发持久的终身阅读习惯。”我们总怕孩子“读闲书”浪费时间，却忘了，只有自由的阅读才能养成终身的热爱。还有一句关于专业成长的：“专业阅读引领教师走上‘用智力减轻体力’之路。”与其在100个点上各敲一下，不如在同一个点上敲100下。这些质朴真挚的文字，像一把把小锤子，轻轻叩击心底，让人警醒，亦让人成长。

而所有这一切，最终指向一个方向：用专业的爱，培植每一个生命。教育的真谛，是执着地栽培自己。“教育的本质就是找到一个人内心想要成为的模样，然后帮助他成长为那个样子。成长，并陪伴他人成长。”我把这句话抄在了笔记本的扉页。

我终于读懂了“一个人是千万人的出发点”的深层意义。那个默默深耕、向阳成长的“一个人”，是身为教育者、身为班主任的我；而那些千千万万被照亮的人，是教室里每一个纯真的孩子，是孩子身后每一个期盼美好的家庭。我们自带光芒，班级满是星光；我们拥有源头活水，孩子的生命便拥有源源不断的成长力量。

书的封底说，书中的故事朴实无华，真实感人，任何一个想做好教育的学校和老师都可以复制、借鉴，“哪怕就是依样画葫芦，也能画出一片新天地”。我相信这是真的。因为真正好的教育，从来不是靠理论，而是靠一个真实的人，站在教室里，面对孩子，日复一日地、带着光地站在那里。

读书活动结束，我一个人在教室里坐了很久。窗外暮色渐浓，我想起那句话：我若暗淡，教室就暗淡；我若有光，教室就有光。那，就让自己成为那束光吧。哪怕只是一支小小的蜡烛，也足以照亮一群孩子出发的路。

一个人是千万人的出发点。我，愿意做那一个人。

一个人是千万人的出发点

王晓莉

安康市第二幼儿园开展心理健康日主题活动

本报讯(通讯员 王薇)5月25日，正值全国学前教育宣传月“共同守护数字时代的童年”主题深入开展之际，安康市第二幼儿园紧扣“健康第一”教育理念，开展了“呵护成长，从‘心’出发”5.25心理健康日主题活动。

活动中，小班以“情绪认知”为核，借助《我的情绪小怪兽》绘本与“情绪小屋”，在拥抱与倾诉中教会幼儿接纳自我；中班聚焦“艺术疗愈”，通过涂鸦墙、沙画创作及“心情面具”

游戏，将抽象情感具象化，有效抵御数字时代的社交疏离；大班深耕“挫折教育”，依托“烦恼交换角”与“心愿卡”，在同伴互助中磨砺心理韧性。

此次活动，该园还同步向家长发出倡议，呼吁减少对电子产品的依赖，落实“接园不刷手机、回家设无屏时段”等具体举措，以实际行动，在数字浪潮中守护一方净土，让每一个孩子在真实的爱与陪伴中，拥有身心健康的美好童年。

汉滨区红旗小学开展消防安全科普教育

本报讯(通讯员 罗歧波 刘梦琪)为提升未成年人安全意识和自救自护能力，筑牢校园安全屏障。近日，汉滨区消防救援局走进红旗小学，开展消防安全进校园主题科普活动，以沉浸式、趣味化的宣教方式，为青少年平安成长保驾护航。

活动紧密结合校园、居家生活场景，以辖区真实救援案例开展警示教育。消防员通过播放事故视频、展示警示图片，直观讲解儿童玩火、触碰电器、肢体卡入孔洞缝隙等危

险行为的危害。聚焦居家、校园两大防火场景，消防员现场示范119正确报警流程，细致讲解火情描述要点，规范演示湿毛巾捂口鼻、弯腰低靠靠墙疏散等标准逃生动作。

活动还设置了实物体验、实操演练环节。学生们近距离参观消防车、各类救援装备，详细了解消防器械用途，试穿消防战斗服，沉浸式体验消防工作日常。通过层层递进的实操教学，帮助学生纠正错误避险认知，熟练掌握基础消防自救技能，让消防安全知识入脑入心。

我市第六届“琅琅书声满全城 我是安康讲书人”晋级赛有序推进

本报讯(通讯员 王琛 贺珍珍)连日来，安康市第六届“琅琅书声满全城 我是安康讲书人”大赛旬阳、汉阴赛区晋级赛有序推进。

旬阳赛区活动自4月1日启动以来，来自旬阳各中小学、幼儿园积极参赛。5月23日至24日，在旬阳市图书馆举行的晋级赛中，经过评委会评选，旬阳赛区最终评选出15名中学生、32名小学生、15个亲子家庭参与线下晋级赛。赛事分中学生组、小学生组、亲子组三个组别依次进行。经过激烈角逐，三个组别共计12组成功晋级，代表旬阳参加安康市总决赛。

近日，在汉阴县凤凰广场举行的晋级赛中，来自该县各中学的18名选手进行了中学组决赛，通过以书为媒、以声传

情，为广大中学生搭建了展示自我、交流学习的平台，有效激发了青少年的阅读热情，营造了浓厚的全民阅读氛围，让书香文化走出校园、走进群众、点亮城市夜景，为市民群众带来一场沉浸式的书香文化盛宴。

据了解，安康市第六届“琅琅书声满全城 我是安康讲书人”活动，由安康市委宣传部、市文旅广电局、市教体局、市总工会、团市委、市妇联联合举办。活动以书香为纽带，以分享为载体，助力青少年在品读经典中启迪智慧、涵养品格，让亲子共读成为陪伴成长的温暖力量。通过“讲书”活动，成功引导青少年儿童从小养成“爱读书、读好书、善读书”的良好习惯，为成长为社会有用之才奠定坚实基础。

安康高新区举行第五届中小學生诗词大会

本报讯(通讯员 刘松)品诗词古韵，承经典文脉。5月21日，安康高新区第五届中小學生诗词大会在安康中学高新分校圆满落幕。

本届诗词大会历经初赛、复赛层层选拔，全区12支优秀代表队晋级决赛。赛事分小学组、中学组，结合学段特点设置差异化竞赛环节，内容多元、梯度分明，兼具知识性与趣味性。小学组设置“有问必答”“争先恐后”“飞花有令”“提笔成诗”四大环节，夯实学生诗词积累；中学组创新开设四

汉滨区江北小学教共体举行师德师风演讲比赛

本报讯(通讯员 王照波 关银雷)5月27日下午，汉滨区江北小学教共体举行师德师风主题演讲比赛。教共体各成员校教师和学生代表100余人齐聚一堂，共抒教育初心，共话师德担当。

比赛现场，15位参赛教师精神饱满、仪态大方，紧扣“弘扬教育家精神，铸魂强师育人”师德师风建设核心主题，结合自身教学点滴、日常育人故事、身边榜样教师事迹，用真挚的情感、质朴的语言、生动的案例，深情讲述着扎根讲台、潜心育人、无私奉献、爱生如子的教育初心。评委们本

着公平、公正、公开的原则，从演讲内容、语言表达、精神风貌、情感感染力等方面，对参赛选手进行评分，最终评选出一等奖2名，二等奖4名，三等奖9名。

下一步，汉滨区江北小学教共体将持续深化师德师风建设，常态化开展师德培育活动，引导全体教师筑牢师德根基，涵养育人情怀、锤炼过硬本领，全力打造一支师德高尚、业务精湛、充满活力的高素质教师队伍，用心用情办好人民满意的教育，助力区域教育优质均衡发展。