

成长从放手开始

记者 赵德莎

那一刻我开始意识到,她并不是不专心,而是她关注的根本不是“涂在线条内”这件事。

很多家长习惯把“涂色是否规范”等同于“是否认真”,把“涂得快”等同于“不专注”。但如果我们愿意蹲下来,站在三四岁孩子的视角去看,就会发现:在他们的世界里,线条只是参考,颜色没有对错,涂色的意义不是完成任务,而是表达想象。他们更在意色彩搭配、故事情节和涂抹时那种酣畅淋漓的快乐。

然而,为什么女儿会出现“快而乱”的行为?

儿童发展心理学给了我一个清晰的框架。专注力并非单一的“坐得住”“做得久”,而是包含三个相互关联的维度:选择性注意、持续性注意、执行性注意。对照这三个维度,女儿涂色时的表现便一目了然,她的执行注意力,也就是“抑制自由涂抹的冲动、将颜色控制在规定线条内”的能力,确实还在发展中。老师观察到的“不规范”“不专心”,实际上是提醒我:女儿在执行性注意方面需要一个成长的阶梯,也帮助我从“焦虑”走向“有方向的支持”。

那么,为什么这个阶段的孩子会“涂得快、涂出界”呢?根据儿童发展规律,原因通常是多重且叠加的,与其说“训练专注力”,不如说“引导孩子将注意力逐渐分配到更多维

度上”。

基于这样的认识,我放弃了笼统的“专注力训练”,转而采用更加精准的引导策略。

先“同频”,再“引导”。不要一上来就纠正孩子,蹲下来,认真看看她的作品,问一句:“这只小兔子的房子为什么是彩虹色的?”当孩子感受到你对她的世界感兴趣,她才愿意接受你接下来的建议。这一步建立了情感连接,也是所有后续引导的基础。

把“规则”变成“游戏”。不要说“你要涂在线条内”,而是说:“我们一起来看看蜡笔小人在这条小路里面走,不要踩到草地外面哦。”游戏化大大降低了任务的压迫感,同时保留了目标感。

分解任务,降低认知负荷。可以先只涂一个小区域,或者使用计时器:“我们看看两分钟能涂多少。”完成后立刻给予具体肯定,这能帮助孩子获得成功体验,而不是挫败感。

加强手部小肌肉训练,提升生理基础能力。在日常生活中融入捏橡皮泥、串珠、用镊子夹豆子、撕纸、拧瓶盖等游戏。这些活动比单纯涂色更能有效锻炼手部精细动作和手眼协调能力。当孩子的手“做得到”了,“涂不准”的挫败感会自然减少。

区分自由创作与规则练习,建立场景意识。在家中明确安排两种时间:自由涂鸦时,鼓励大胆想象、编故

事、用任何颜色;规则涂色时,温柔地约定:“这一小块我们试试让蜡笔不跑出线条外,好不好?”让孩子理解:不同场合有不同的玩法,两者都很重要。

一段时间后,我向老师分享了女儿在家涂色时的故事、想象和表达习惯,老师听后说了一句让我很触动的话:“你孩子虽然涂色不太规范,但她每次都会给自己的画编一个故事。这其实是很宝贵的表现。”

老师的话让我心里一暖,也让我开始重新审视自己最初的焦虑:我的女儿不专心吗?我想,不是的,她只是用自己现阶段最擅长的方式在专注。

后来,女儿依然画得很快,依然会“越界”,但她已经开始偶尔停下来,认真地把一只兔子的耳朵涂满而不涂出线条外。她举着画对我说:“妈妈,你看,小兔子没有跑到房子外面去。”她不是在服从规则,而是在学习一种新的表达方式。

孩子要画的不是一幅完美的画,而是一个属于她的故事。我们所要做的,就是保护那份热爱,并耐心地教她如何把蜡笔慢慢收在线条里。作为家长,我们的任务不是把孩子塞进标准化的模具里,而是看见每一颗种子不同的生长方式,然后给对阳光、给对水。

科技之光点亮童年梦想

通讯员 柯增伟

6月10日,在紫阳县蒿坪镇中心小学六年级的科学课上,李智远老师轻轻按下开关,一个名为“心搏与血液循环动态模型”的教具瞬间吸引了全班学生的目光。透明的心房与心室同步收缩舒张,红色的“血液”沿着血管单向流动,原本枯燥抽象的生理学知识,在这一刻变得直观可见。这是李智远扎根乡村教育、用科技创新赋能课堂的一个日常缩影。

“心脏到底是怎么工作的?以前光看书上的平面图,我脑子里的血管就像一团乱麻。”课后,六年级学生朱鑫琪兴奋地告诉记者,“李老师这个模型太酷了!我能清楚地看到瓣膜像门一样开合,血液在全身流动,一下子就听懂了。”

李智远的科技探索之路,正是源于这种对教学痛点的敏锐捕捉。自参加工作以来,他先后承担过初中物理、化学、生物、数学及小学多学科教学任务。丰富的跨学科经历,让他深知传统教学中“看不见、摸不着”的难点所在。为了解决化学实验中学生看不清操作细节的问题,他自学电子技术与编程,利用ESP32-CAM开发板研发出“无线移动教学展台”,让后排学生也能通过大屏幕清晰观

察实验的微观细节;为了讲清数学和科学中的传动原理,他又基于ESP8266开发板制作了“自行车齿轮传动演示仪”。

蒿坪小学教共体党总支书记汪玲评价道,“他总能把复杂的科技原理转化为学生手中的利器。”2022年以来,他的自制教具多次获得省市级奖项。5月25日,第40届陕西省青少年科技创新大赛获奖结果公布,李智远凭借教具作品“心搏与血液循环动态模型”,斩获科技辅导员科技教育创新成果竞赛省级一等奖,成为本次赛事中全省唯一获此殊荣的乡村教师。

在李智远的引导下,创新的种子也在学生心中生根发芽。五年级学生杨铭珺在省级STEM教育创新实践活动中获奖,她说:“李老师说‘科学就在身边’。看他能把废旧材料变成这么厉害的教具,我也想试试自己做一个自动浇花器!”

从平面到立体,从静态到动态,李智远用匠心与热爱,让乡村课堂真正“活”了起来。在他的创新之路上,无数个乡村孩子的科学梦想正扬帆起航。

我市选手在第40届陕西省青少年科技创新大赛中获佳绩

本报讯(通讯员 冯小平)近日,第40届陕西省青少年科技创新大赛获奖结果正式揭晓。我市参赛选手表现优异,共斩获一等奖4项、二等奖9项、三等奖8项、优秀奖19项,获奖数量和作品质量均实现新突破,充分展现了我市青少年风采和科技创新教育的丰硕成果。

近年来,市科协坚持举办安康市青少年科技创新大赛,广泛宣传、积极动员,精心组织作品征集,挖掘出一大批富有创意、兼具科学性和实用性的青少年科技创新成果,进一步营造崇尚科学、鼓励创新的良好氛围,为我市在省级赛事中取得优异成绩奠定了坚实基础。

安康学院数学与统计学院“数学文化节”走进岚皋

本报讯(通讯员 邹珊)6月10日,安康学院数学与统计学院70余名师生志愿者走进岚皋县佐龙中学,开展“数学文化节”走基层实践活动。

本次“数学文化节”包含“数学文化小课堂、数跃校友大讲堂、趣味数学游园会和心理充电站”四大板块。开幕式结束后,各板块有序分区开展。安康学院数学与统计学院宣讲团走进佐龙中学七、八年级各班,带去生动有趣的“数学文化小课堂”,教师们通过讲述数学家励志故事,带领同学们领略数学文化内涵。大礼堂内,“数跃”校友大讲堂如期开讲,教师们畅谈从教心得、分享班级管理妙招,为在场师生答疑解惑、指引成长方向。户外场地

上,“趣味数学游园会”中魔方、汉诺塔、华容道等益智项目轮番上演,同学们踊跃闯关,在趣味挑战中锻炼逻辑思维与动手能力。“心理充电站”氛围轻松欢快,各类解压互动游戏有序开展,帮助大家舒缓学业压力、调节身心状态。

此次活动,不仅将趣味数学知识和优秀数学文化送入乡村校园,也为数统学院学子搭建了知行合一的实践舞台,让青年学子在志愿服务中锤炼本领、涵养情怀。一场跨越校地的文化互动,一次薪火相传的使命接力,既拉近了城乡教育的距离,也让尊师重教、勤学笃行的种子在两地师生心中生根发芽。

安康中学教育集团初中部全面展示“五育并举”育人成效

本报讯(记者 李开武 通讯员 刘小果)6月12日,安康中学教育集团初中部举行办学两周年成果汇报暨校园“融创”节活动。活动依托白鸢之声、金话筒、创客、汉调二黄等特色素养课程,生动诠释了学校“桂园素养课程体系”的内涵,全面展示了“五育并举”育人成效。

本次成果汇报暨校园“融创”节以《循季·生息·新枝扬》为主题,设“春之启程”“夏之拔节”“秋之丰盈”“冬之守望”四个篇章。歌舞、合唱、朗诵、街舞、情景剧、汉调二黄、走秀、器乐展演等节目接连亮相,活动同步举行了“新枝奖”科技颁奖仪式。作为安康中学教育集团初中部的特色品牌活动,“融创”节通过打破学科壁垒,统筹体育锻炼、文体活动与心理疏导,创新推进评价体系改革,打造“安仔争章、汉水少年”多元评价机制,以

多元奖章激励学生全面发展,摒弃唯分数评价导向,全方位呵护学生身心健康,让每个孩子的闪光点都能得到展现。

依托安康中学教育集团的深厚底蕴,该校与重庆巴蜀中学深度合作,创新推行“初高中贯通式培养”模式,深耕文化育人、心理育人、科创育人三大板块,搭建人文、艺术、科技、体育、竞赛五大成长平台,坚持因材施教,精准适配学生成长需求。办学两年来,安中初中部学生在省市级体育、艺术、科技等各类赛事中斩获大奖60余项,先后获评全国中小学科学教育实验校,入选陕西省“人工智能+”基础教育实验校、省级拔尖创新人才培养课题种子学校、安康市“育英计划”试点校。多项荣誉彰显办学品质,受到社会与家长的广泛好评。



『老兵送考』情暖山城学子

通讯员 赵坤 邵欢 张玉红

6月7日高考首日,岚皋县城下起了小雨,为考生赴考之路增添了些许不便。早上7点40分,志愿老兵陈义军按预约信息,准时抵达某酒店接到一名考生并安全送至考点,开启了高考首日的爱心送考服务。

今年的高考,陈义军既是守护考生的退役军人志愿者,也是一名奔赴考场的考生家长,双重身份让他的公益守护更具温度与意义。高考期间他已为20余名考生提供了免费接送服务。岚皋县老兵志愿服务队自2021年开展爱心送考活动以来,已安全接送考生2000余名,妥善处置各类突发情况5起。岚皋县老兵志愿服务队现有队员30余人,年龄从20岁至60余岁,全部由退役军人组成,6年来他们用坚守与温情为一届届高考学子的青春追梦保驾护航。

今年高考前夕,岚皋县退役军人事务局为老兵志愿者们举行了爱心送考仪式,20多辆张贴有“岚皋老兵送考”标识的爱心车辆整齐列队,拉开了2026年爱心送考活动的序幕。“服务队将始终秉持退伍不褪色、退役不褪志的初心,自发组织、无偿服务,全力为考生提供免费接送服务,用实际行动彰显新时代退役军人的凝聚力与社会担当。”连续6年参与爱心送考志愿者包登国说。

成长卡,打通校内评价与校外成长的通道。

该校通过建立“班级评——年级评——学校评”“教师评——同伴评——家长评”三级联动流程,采用“实体卡+虚拟卡”双轨模式,全程公开透明,全力保障奖章评定公平公正。学期末,依托奖章积累数据评选“五雅少年”,一枚枚奖章串联起学生的成长轨迹,成为看得见、摸得着的成长档案。该校还特别设立“五雅超市”,让小卡片变身专属“成长货币”。每月最后一周,学生可凭借奖励卡自主兑换心仪“奖品”——跳出传统文具书籍范畴,充满童真创意:兑换“免作业一次”的小福利,集齐多张换取“和校长合影留念”的珍贵机会,还能实现“一日小班长”“与朋友同桌”等特色心愿。这种童趣化、有温度的激励方式,点燃了全员争章热情,校园处处呈现“人人争章、个个向上”的生动景象。

以一枚小小的奖章为突破口,鼓楼小学深耕教育评价改革,把“五育并举、健康第一”融入每一处细节,把“以学生为本”做到学生心坎上。每一枚奖章都承载着教育的温度与力量,引导学生在运动中强体魄、在坚持中磨意志、在尚雅中修品行,让每个孩子在雅润校园中自信成长、全面发展,向着新时代好少年稳步迈进。

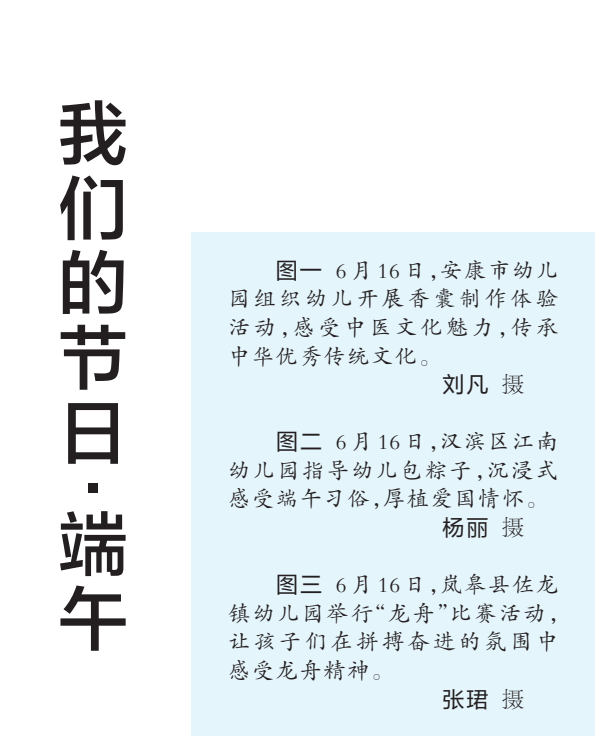
一枚奖章承载的育人力量

通讯员 张花梅

汉滨区鼓楼小学秉持“以诗明德,以文化人”的办学理念,创新打造“五雅少年”综合评价模式,让一枚枚小小的奖章,成为撬动育人变革的核心载体。从2024年1.0版的5种贴纸1种总章,到2026年2.0版细化出12种特色卡加1种万能卡的激励体系,学校构建起覆盖德智体美劳全维度的成长评价新生态,走出了一条独具魅力的内涵发展之路。

鼓楼小学以“雅”为核心,确立“五雅少年”为总目标,拆解为德雅、智雅、体雅、情雅、行雅五大一级指标,再细化为仁爱友善、乐学善学、生命运动、艺术表现、劳动创造等10项二级指标,形成三级评价架构。每张成长卡对应一项具体素养,让五育融合理念落到实处。在日常激励中,该校将原有的5类基础章细化为12种特色成长卡,涵盖“仁爱友善卡”“诚信文明卡”“乐学善学卡”“生命运动卡”“艺术表现卡”“劳动创造卡”等,精准覆盖学生成长的各环节。学生无论是课堂发言、体育锻炼还是劳动值日,都能“得卡即扫、即时记录”,让评价融入日常点滴。针对突出表现,该校增设“万能卡”专项激励机制,为学生的“闪光点”开辟专属通道。同时配套制定校外实践奖励细则,学生参与体育赛事、文艺展演、科创竞赛等均可兑换

我们的节日·端午



图一 6月16日,安康市幼儿园组织幼儿开展香囊制作体验活动,感受中医文化魅力,传承中华优秀传统文化。

刘凡 摄

图二 6月16日,汉滨区江南幼儿园指导幼儿包粽子,沉浸式感受端午习俗,厚植爱国情怀。

杨丽 摄

图三 6月16日,岚皋县佐龙镇幼儿园举行“龙舟”比赛活动,让孩子们在拼搏奋进的氛围中感受龙舟精神。

张珺 摄



图一



图二



图三