

太原市晋源区金胜学校

## 全体教师暑假共读《自驱型成长》

暑假期间,太原市晋源区金胜学校全体教师按照学校安排,共读《自驱型成长》一书,徜徉书海,共同探讨符合青少年成长的科学教育理念和有效的教育方法。

《自驱型成长》作者是美国临床神经心理学家威廉·斯蒂克斯鲁德和奈德·约翰逊。书中主要讲述如何科学有效地培养孩子的自律意识,旨在帮助焦虑的父母们学会放手;让受繁重课业压力影响的孩子,能灵活地应对压力和挑战,获得更好的身心健康成长。这本书语言通俗有趣、简洁流畅;方法实用,指导性强,同时辅以大量真实案例和切实可行的操作方法,能有效地指导老师如何引领孩子稳步走向成功。

全体教师认真阅读,细心体会书中的理论,教师们纷纷摘录了书中许多精彩的理论,如:最

好的成长是自我成长,最好的控制是自我控制。为人父母,最重要的是引导孩子学会独立思考、独立决断、为自己负责,充分释放孩子自我完善的内驱力,身体力行,体验成长的困惑与获得成长的勇气……

同时,学校还成立读书会,鼓励教师在读书群交流自己的教育心得;八年级杨桂琴老师说:“这本书中让我觉得很有意思的地方是一个关于脑科学的知识。大脑中有一个部分叫前额皮质,是发展出语言、逻辑、推理能力的一个地方。当人压力过大时前额皮质就会掉线,一个叫做杏仁核的地方会接替它出现,这时候的人会变得易怒、不受控制。如果长期存在这样的压力,就会刺激人分泌更多的压力荷尔蒙,从而刺激肾上腺分泌皮质醇,长期较高的皮质醇水平会弱

化海马体细胞并最终杀死他们,而海马体是创造与储存记忆的地方,这就是为什么急性压力下,孩子会产生学习上的种种困难。”

九年级郭海娥老师认为:这本书的核心思想就是要让孩子能够控制自己的人生,建立自己的驱动力,而不是靠父母或者老师的外在的压迫去做事情。具有内驱力的孩子,他的进步是可持续的,并且是正向循环的。

七年级武美红老师认为:从教师和家长的双重视角,去分层次分析目标,并结合自身的实践感悟、理解,要不断提高学生的自驱力,让学生自主学习,从而达到事半功倍的效果。

生活中老师家长们总是会为孩子做作业或者任何事情拖拉磨蹭、不会规划时间等问题着急上火,但往往发现,越是着急,

越无济于事;越想让孩子按老师家长认为的有效方法去做,孩子往往越抗拒。关于这种现状,本书也给出了答案,老师家长所做的这一切,让孩子感到降低或丧失了自己对生活的控制感,老师家长在用自己的方式代替孩子做主,才有了诸多磕磕绊绊,不尽人意。那么,家长朋友们,请放松下来,让孩子自己去决定吧!哪怕他的决定有时候看起来不那么明智,那恰恰是他大脑的决策机能任在越变越强,他面对压力的韧性也越来越强。

与经典对话,与好书相伴,阅读使人进步,分享让大家共同成长。金胜学校教师将继续通过交流分享互促共进,不断提高职业素养,夯实理论功底,共沐书香,悦读一夏。

(本报记者 张丽 闫珊 通讯员 原林秀)

太原市小店区平阳路街道殷家堡小学

## 探秘植物生长 提升科学素养



在“双减”背景下,如何以科学合理的作业培养学生的科学素养,项目式实践作业会给大家带来不一样的惊喜。近日,太原市小店区平阳路街道殷家堡小学科学组以“探秘植物生长,提升科学素养”为主题布置了暑假项目式实践作业,设计兼具趣味性、综合性、实践性的作业内容,让孩子们利用暑假走进大自然,去探索,去收集,去实践,用真实的行动去探索植物世界的奥秘,提升学生学科核心素养。

植物是地球的“元老”,每个大树都有不一样的皮肤,它们通过不同的方式裂开,产生各种不同颜色、图案。孩子们走进大自然观察树皮、了解树皮、拓印树皮。他们在拓印的同时也在探索、在观察、在思考,通过触摸来感知树皮的纹路,感受植物、认识植物。树皮拓印培养了孩子们的观察能力和实践动手能力。孩子们也感受到了“活化石”的魅力。

一粒种子,经历播种、萌芽、生长、开花、结果,完成了一次成长。这是一次有温度、有力量的成长,见证植物生长的过程,也是学生成长的过程。孩子们在暑假里亲手种一株水仙花或蒜苗,或者种一粒种子,或者选择合适的植物的营养器官根、茎、叶来种植一株植物,观察其发芽、生长、开花、结果的过程,目睹植物的一生。

孩子们自己挑选取材简单、发芽时间短、植物特征明显的植物进行栽培,比如绿豆、黄豆、大蒜、水仙花等,和植物成为好朋友。探索植物的生长过程以及植物的组成部分、每个组成部分的作用,感受植物的生命力,培养学生爱护植物、照顾植物的情感,体验动手操作、解决问题的成就感。

孩子们通过文字、图片、照片或写观察日记的方法来做记录,把所见所感用自己喜欢的方式记录下来,然后和同伴一起分享,通过体验、记录活动来感知动植物的生命变化,初步了解生命的诞生、成长、衰老等自然现象,发现植物的生命之美。

科学让孩子们插上想象的翅膀。暑期项目式实践特色作业,让孩子们更感新鲜且充满挑战,与普通的知识学习相比较,老师们更有效地利用假期时间,引导孩子们能够以自己的方式去发现、去探究、去感悟,不仅丰富了他们的假期生活,在这样的学习过程中还提高学生科学学习能力,提升学生科学学习素养。

接下来让大家继续探秘植物生长,在观察中发现,在实践中探索,融入学科知识,继续项目化学习之旅,过一个有意义、有趣味的暑假!

(本报记者 张敏 李丽 通讯员 尹慧仙)



盛夏炎炎日,读书正当时。近日,太原市小店区新星幼儿园小一班开展了以“‘悦’读书香‘暑’你精彩”为主题的亲子共读活动。活动通过多种多样的阅读形式,激发幼儿的阅读兴趣,提高语言表达能力,共同享受温暖的亲子陪伴时光。

《3-6岁儿童学习与发展指南》中指出:“提供丰富、适宜的低幼读物,经常和幼儿一起看图书、讲故事,有利于丰富其语言表达能力,培养良好的阅读兴趣和习惯,进一步拓展学习经验。”然而绘本则是幼儿首选的儿童读物,在阅读绘本的过程中,幼儿聚精会神地倾听和观察,也能有效提升幼儿的专注力。

唐诗,中华民族的瑰宝。它承载了民族文化的厚重,折射出华夏文明的辉煌。幼儿诵读和吟唱古诗,既能够锻炼语言表达能力、陶冶情操,又能让幼儿对中国传统文化有更深刻的认识。

翻开书籍,和伟大的经典对话,如同打开一个辽阔的精神世界。在漫漫的历史星河中,闪烁着无数璀璨的星星;这儿有诸子百家,四书五经;这儿

## 太原市小店区新星幼儿园小一班 暑期亲子共读 照亮幼儿书香世界



有老子庄子,有孔子孟子,有杜甫李白……亲子共读中华经典,聆听古诗书韵;阅读千古美文,传承华夏文明。

趁假期依旧,兴致正浓。以书为媒介,以阅读为纽带,让家长们一起陪伴孩子坚持阅读,让孩子们爱上阅读,让书籍陪

伴他们快乐成长,让家园携手,共同照亮孩子的书香世界!

(本报记者 闫珊 通讯员 季梦洁)

太原市小店区西温庄乡武宿小学

## 倡导学生体验家务 养成良好生活习惯

近日,太原市小店区西温庄乡武宿小学响应区教育局在全区范围内持续深化养成教育精细化工作方案号召,特在全校组织开展暑假“好习惯成就好人生”行为习惯养成教育活动。通过实践、体验和感悟,逐步使学生们养成劳动实践、意志锤炼、理性调控的好习惯。

武宿小学德育处主任赵印卿

号召各中队利用好假期,积极联手家长,培养队员们形成尊重的意识,养成尊重的习惯,实现家校共育。以劳树德、以劳增智、以劳强体、以劳育美、以劳创新,促进学生德智体美劳全面发展。

一屋不扫,何以扫天下。管住脏、乱、差留下真、善、美,给自己留下个好习惯,给别人留下个好环境。擦去的是一块污渍,净化的

是自己的灵魂,把碗端到厨房,轻轻地放在水池里。

打开水龙头,把碗筷简单的冲了一下,然后把洗洁精分别倒在碗筷上,用抹布把碗和筷子都洗干净,洗筷子的时候要一根一根从上到下反复洗了好几遍,洗碗时先把里边洗干净,再把外边洗干净,接着打开水龙头,先把筷子上的洗洁精冲洗干净,再把它

们放在篋子里,最后把碗上的洗洁精一个一个从里到外都冲干净,把碗里余下的水都倒干净,把碗都放好。

学生们还利用暑假期间帮助爸爸妈妈一起工作,感受工作的辛苦,学着去体谅父母的不容易。

习惯决定孩子的命运。习惯的力量是巨大的,人一旦养成一个习惯,就会不自觉地在这个轨道上运行,如果是好习惯,将会终身受益,对待劳动,从小养成爱劳动的好习惯,要让孩子懂得劳动是最光荣的。

(本报记者 张敏 李丽 通讯员 段然)