

## 校园速递

川大学生扶贫志愿服务队  
赴甘洛县开展“电商助农”

本报讯(木拉提)为助力脱贫攻坚,日前,四川大学学生扶贫志愿服务队前往凉山州甘洛县就“电商助农”扶贫工作展开调研。

在为期3天的调研中,志愿者们先后来到甘洛县振兴农业发展有限公司、彝家山寨农牧科技有限公司、彝针彝线刺绣专业合作社等地,通过实地考察并与企业负责人交流,了解各公司发展状况、产品情况、销售宣传途径以及拉动当地贫困居民就业等情况。为做好四川大学“5·20”采购节的宣传,志愿者们来到甘洛县电子商务公共服务中心,对农产品进行宣传拍摄。此外,志愿者们还前往四川大学对口投资建设的种植基地参观学习。

据了解,四川大学学生扶贫志愿服务队将通过教育系统扶贫平台——“e帮扶”平台参与农产品包装设计、数据分析、宣传推广,助力脱贫攻坚。

四川建筑职院线上课程  
获评全国优秀“网上金课”

本报讯(实习记者 梁童童)全国高职高专校长联席会议于日前发布通知,公布了56个被评为优秀“网上金课”的教学案例。我省四川建筑职业技术学院铁道工程系教师张瑛主讲的地铁深基坑工程课程成功入选,也是本次四川省内参赛院校唯一入选者。自4月18日发布通知起,全国共有145所院校提交案例,经专家审核,遴选出了56个案例,均在中国高职高专教育网相关专栏中展示。

受新冠肺炎疫情影响,按照教育部、教育厅的要求,四川建筑职业技术学院自3月2日开始正式实施在线教学工作。张瑛积极响应学院要求,备课、上课及课后指导等各个环节都遵循了“一个都不落下”的原则,全力做好线上教学工作。地铁深基坑工程作为本学期的理论课程,随堂测验、互动等需求较多,结合线上平台稳定性以及学生学习条件等因素加以考虑,课程最终采取“腾讯课堂+职教云”的方式开展线上教学。该课出勤率高于95%,迟到早退现象较少。课堂上,同学们讨论积极、热烈;课后,作业完成度也比较高。通过对学生的预习情况、课件学习时长、随堂测验、课后作业等各项指标的监控来看,学生对课程内容的掌握情况较好,完成了课程标准及教学计划规定的教学内容。同时,课程本身及张瑛老师都受到了学生的较好评价。

成都市玉林中学附属小学  
与绵阳伟清小学结对签约

本报讯(记者 钟兴茂)日前,在四川省乡村学校振兴联盟的撮合下,成都市玉林中学附属小学与绵阳市游仙区伟清小学签订结对合作协议。双方将本着资源共享、优势互补、协力攻关、共同提高的原则,开展校际结对共建,促进地区教育优质、均衡发展。

玉林中学附属小学有着十多年的国学教育底蕴,从实践“经典诵读”到建立“玉韵国学课程体系”,让学生在传统文化中受到熏陶、浸润。伟清小学则发挥乡村优势,以“竹文化、花式跳绳、高跷喷呐”三大特色为主打造书香校园,以乡村少年宫为平台大力发展艺术特色教育,极大地激发校园的生命与活力。两所学校在弘扬国学文化、传统文化上,不谋而合、异曲同工。

经四川省乡村学校振兴联盟指导联络,玉林中学附属小学和伟清小学商定结为友好学校。双方将以学校文化建设为引领,以师资队伍建设为抓手,以优化课堂教学为载体,以资源共享、优势互补为途径,以提高办学水平、建设优质学校为目的,开展校际共建活动,通过领导结对、教师结对、特色工作联盟、教科研交流活动、教师互派、校际资源共享等具体措施,不断提高教育质量和办学效益。

作为两所学校签订结对协议的“媒人”,四川省乡村学校振兴联盟专家、成都高新区教育总督查唐方告诉记者,两所学校在弘扬传统文化方面的共同点,奠定了此次合作的坚实基础,同时玉林中学附属小学作为先行者,在学校管理、队伍建设、校园文化等方面可供伟清小学借鉴、学习,实现乡村学校共同成长、特色发展、优质发展的目标。

## 返校后,让学生“心理软着陆”

——成都市中小学校开展“5·25”心理健康教育活动

■本报实习记者 梁童童 记者 胡敏 文/图

5月25日是全国学生心理健康日。受疫情影响,今年的这一天显得格外特别。当天,成都市各学校开展了以“悦纳自我”为主题的心理健康教育活动。

## 培养积极思维模式 了解并悦纳自己

“我最想感谢的还是我自己。感谢我自己不管面对多大的困难,最终还是坚持下来了。……”成都树德实验中学初二(13)班的班会上,一位同学正在分享自己的“小确幸”。他感谢了很多人,从国家、学校、医生说到身边的老师和同学,最后感谢了自己。

这是一堂以“感恩三件事”为主题的班会课。新学期开学以来,班主任李春蓉倡导学生每天都要有所“感恩”:感恩自己、同学;感恩父母、老师。而这一堂课的主题,就是对前段时间的“感恩”心得进行分享。事实上,这样的班会课只是树德实验中学的心理健康周系列活动的一个项目。

5月22日,该校全体同学在操场上进行了“杯子歌”游戏,利用手中的杯子,配合节奏欢快的音乐,集体合作完成一系列复杂却有趣的动作。这样的练习,不仅可以调动学生的注意力和情感,同时也让学生放松心情,养成用成长型思维看待问题的习惯。除此之外,心理老师传授给学生治愈自己的“绝招”还有午间冥想、蝴蝶抱、空瓶子等,它们均脱胎于积极教育理论:鼓励学生悦纳自己的同时,学会正视问题、勇于尝试。

成都市草堂小学西区分校同样在培养学生养成午间冥想的习惯。考虑到小学阶段的学生心理,该校的心理班会课分年级、多主题、多形式进行。此外,学校还特意设置了心理健康小知识主题宣传展板,通过普及简单有效的方

法,帮助孩子们调节自身的情绪。

## 学生化身“表演家”勇敢表达内心情绪

“因为疫情开学推迟了,你的心情怎样?请用动作来表达。”成都市成华实验小学心理老师杨溢话音刚落,同学们就抓耳挠腮地表演起来。“定!”她用“魔法棒”(一支手工玫瑰花)一指,被选中的同学定格在双手挠头的动作。同学们一起观察,双手挠头背后是什么情绪。从表演中,同学们表达了开学推迟时的烦躁;终于开学的喜悦;开学一段时间后,喜悦中又有几分对学习的焦虑等情绪。

成都市成华实验小学是全国中小学心理健康教育特色学校,研究学生心理健康教育已经20年。“学生通过‘表达性艺术’将情绪宣泄出来,就是互相支持、疗愈的过程。”成都市成华小学校长张家明说。

在成都石室中学初中学校(青龙校区),一个“鼓掌”游戏引发初三学生深思。“刚开始很用力,到了中场慢下来,最后五秒已经稀稀拉拉。这像不像我们的学习?”成华区心理团辅专家组成员、心理教师宋玥启发道:任何考试或者活动,全情投入不是为了证明给谁看,而是证明自己可以。一番话说到同学们心坎,再次鼓掌时,同学们铆足了劲,给自己加油。

这节团辅课是成华区100场团体心理辅导活动之一,成华区教育局根据学校需要,组织专业师资送教到校。同时进行的,还有成都石室中学初中学校(青龙校区)自主开展的面向所有班级的“拥抱阳光,悦纳自己”主题心理班会课,同学们通过“去掉小黑点”等活动,学会悦纳自己的不完美。

## 用知识化解不安 借创作绽放自我

成都市三原外国语学校的星星港心理发展中心,为全校师生精心设计了一系列主题活动:心理活动月的启动仪式、心理知识宣传、心理视频展播等等。其中,以《遇见“新”自己——曼陀罗心理绘画体验》和心理园艺课程最具特色。

新都区的其他小学也纷纷开展了各具特色的心理健康教育,例如,大丰小学带着师生观看与生命有关的影片《寻梦环游记》,通过观后感写出对生命的感悟。疫情,让所有人对生命有了新的感悟,使今年的心理健康教育有了特殊的色彩。

早在疫情尚严峻时,新都区心理健康教育中心就开通了线上心理辅导热线,组织心理教师开展线上教研培训。通过新都微信公众号推出新都心育战“疫”系列微课,化知识为力量,消除师

生、家长的不安。

据了解,成都市教育局高度重视学生心理健康教育,4月就发文要求各区(市)县教育局、中小学以“危机与生命”为主题,将疫情作为生动深刻的教科书,并通过组织心理专家队伍、全面摸排与重点关注等方式,积极开展危机应对和生命教育,加强心理危机干预和心理疏导,化“危”为“机”。

各区(市)县整合心理教育资源,探索各具特色的做法,如青羊区制定《中小学班主任疫情期间心理防护与心理疏导工作手册》,通过班主任专业指导,让每一个学生在全面复课之际“心理回归软着陆”;成华区通过开展全员心理健康筛查、全覆盖心理班会课、百场心理团辅、重点对象个体辅导、专题性心理教育督导五个抓手保证心理健康教育全覆盖,筑牢学生心理防疫战线。



成都市成华实验小学学生用动作表达收到开学通知时的喜悦心情

## “5·25”心理健康系列活动上线,健康知识“云传播”

本报讯(记者 胡敏)“喷嚏之后慎揉眼,勤洗手来少聚餐,聚餐记得用公筷,开窗通风散一散,在家锻炼不偷懒……”5月25日,“传·良好习惯承·文明新风”未成年人健康防疫口诀公益视频正式上线,成都学生可以通过视频中朗朗上口的口诀,学到个人健康生活习惯,调整情绪和心理状态,以及爱自己的健康生活理念。

用公益视频传播防疫理念,是成

都市第五届“5·25”心理健康系列主题活动之一。该活动由成都市精神文明建设办公室主办,成都市未成年人心理成长中心承办,总共三个板块内容,除防疫公益视频外,还包括线上互动趣味小游戏、和《用爱“充电”点亮成都》“5·25”爱自己公益短片。

识别趣味游戏的二维码,进入互动游戏界面,回答一些跟生活习惯有关的问题,就能获得一个运动达人关

键词,并参加抽奖。游戏设计理念是通过线上心理测试,从趣味化结果中提炼心理关键词,让游戏参与者在运动精神中发掘积极的心理品质,加强积极心理学的传播。

“用爱‘充电’点亮成都”公益短片中有保洁、保安、学生、外卖员等倾心述说,通过纪实的手法呈现社会百态,讴歌无私奉献的各行各业工作人员,号召全民重视心理健康,为社会

传递正能量。

“本届活动跟以往最大的不同,就是所有活动都在线上举行,不仅面向未成年人群体,也面向全市公民,希望通过这样的一种方式呼吁大家能够关注自己的心理健康,找到一个适合自己的方式去爱自己。”活动负责人侯莫易说,此次“5·25”心理健康周系列活动,得益于活动“线上云传播”的形式,覆盖面比往届更广。



图片新闻

## 一场特别的少先队员入队仪式

本报讯(实习记者 梁童童 摄影报道)5月25日,成都师范附属小学举行了中国少年先锋队新队员的入队仪式,一年级453名新队员正式加入少先队。受疫情影响,今年的入队仪式改在各教室进行,新队员不能像往年那样集合在操场上,让爸爸妈妈亲手为自己系上红领巾、见证这神圣而庄严的一刻;但正因如此,这一季的入队礼才更加特别。图为学生将右手握拳举至耳旁,庄严宣誓。

## 世界冠军姐妹花进校园:分享成长经历 传播拼搏精神

本报讯(记者 殷樱)“你们猜猜,谁是文文姐姐,谁是婷婷姐姐呀?”近日,花样游泳世界冠军蒋婷婷、蒋文文的参赛视频,北京奥运会获奖、伦敦奥运会获奖、全运会冠军……每一枚奖牌、每一张奖状都是祖国的荣誉,她们自强不息、顽强拼搏的精神感染着每一位在座的老师和学生。

为了更好地传播拼搏、进取、永不放弃的体育精神,成都石室天府中学及其附属小学举办“世界冠军进校园 拼搏精神励学子”活动,激发学生更好地养成健康向上、砥砺奋进的卓越意志品质。

在分享会一开始,会议屏幕上播放

着花样游泳世界冠军蒋婷婷、蒋文文的参赛视频,北京奥运会获奖、伦敦奥运会获奖、全运会冠军……每一枚奖牌、每一张奖状都是祖国的荣誉,她们自强不息、顽强拼搏的精神感染着每一位在座的老师和学生。

“可能大家对运动员的生活经历不太了解,我们今天带着自己的小故事来分享,希望对大家有所启发。”蒋文文表示,运动员最大的特质是不放弃的精神,每天可能要重复做着同一个动作,非常枯燥,遇到的困难也比较多。“但在教练

和团队的支持下,看到自己一天一天的进步,最后能站在领奖台上,穿着印有我们国旗的衣服,看着我们的国旗在运动场上升起来,那一刻觉得一切都值了。”

而蒋婷婷则回忆起自己学生时代的故事,鼓励学生无论是学习还是运动都要有不服输的精神。“记得在一次三千米体育测试中,刚一跑,我的鞋子就被旁边的同学不小心踩掉了。为了不耽误比赛时间,我就光着脚丫继续跑,最后以第一名冲向了终点。”她说,就是这种不服输的精神一直帮着自己前行。同时,她还

分享了自己的成功小秘诀:不断地为自己设定小目标,并全力以赴地去达到目标。

“刚开始学游泳,有点害怕怎么办?”“练习花样游泳,老是记不住动作怎么办?”“当游泳和学习不能兼顾时怎么办?”……在学生提问环节,蒋婷婷和蒋文文的回答是:坚持,这两个字顿时引起了在场学生的深思。最后,学校向蒋文文和蒋婷婷颁发校外辅导员证书,希望学生以她们为榜样,发扬永不放弃的体育精神。