

# 快乐成长，阳光前行

## 高邮市第一小学教育集团府前街校区师生作品选登

教师作品选登

### 保持心理健康，争做阳光少年

心理健康教育是情感沟通稳固的桥梁。心理学家苏霍姆林斯基对认知与情感的关系作了这样一个生动而贴切的比喻：“情感如同肥沃的土地，知识的种子就播种在这个土壤上。”反过来讲，如果离开“情感”这块“肥沃的土地”，也就结不出“良好的发展”的果实。而心理健康教育就是两者之间的桥梁，我们应重视心理健康教育，善于与学生沟通，让学生的情感得到倾诉，精神得到依靠，让学生相信自己一定能行，就能尽情释放学生潜在的创造能量，增强学生的学习兴趣，使学生逐步养成良好的心理品质，在完成学业的同时，把自己塑造成一个有着健康心理的人。

高邮市第一小学围绕“心理健康”教育开展了系列活动，来帮助孩子们调节心理，健康成长。临近开学，学校发展中心策划了“开学前心理调适小锦囊”活动，让孩子们接纳自己的情绪，静下心来，转变认知，看到新变化，启动新状态，并给出相应的指南。孩子们通过这次活动，也顺利开始了新的学习之旅。学校也邀请了市未成年人成长中心的心理健康

辅导老师们，走进校园开展以“青春‘心’领航 成长不迷茫”为主题的心理辅导活动。本次活动面向五年级和六年级学生展开，老师们精心准备，根据学生的年龄特点，制定了对应的丰富多彩的课堂活动。

为促进学生身心全面发展，进一步增强学生尊重生命、热爱生命、爱惜生命的意识，引导学生懂得感恩，珍惜美好校园生活，学校近期开展了“拥抱生命 与爱同行”主题系列教育实践活动，全方位为未成年人心理健康保驾护航。可谓是话语抚心扉，教育润无声，特色活动舒展心情，迎光生乐点频现……此外，学校心理小组老师还会定期通过校致用视窗节目向大家开展心理健康指导，班主任会利用队课时间让孩子们观看，效果颇佳。

“九层之台，起于累土；千里之行，始于足下。”对于心理健康教育问题，需要我们发挥钉钉子精神，一锤一锤敲下去，干在实处，落在细处，做在深处，才能将问题解决，才能让教育事业发展的脚步更加平稳坚定。 倪新颖

学生作品选登

### 读书，让生活更美好

莎士比亚说过：“书籍是全世界的营养品。”杜甫也曾有言：“读书破万卷，下笔如有神。”那么，书到底有什么魅力，能让作家、诗人发出这样的感慨？下面就来看看我与书的不解之缘。

从幼儿园起，我就开始读书。比起那些枯燥无味的文学书籍，我还是更热衷读有趣能让人易懂的漫画。恰恰也正是这些漫画，保留了我的童真童趣，也拓宽了我和书的成长道路。但上了一年级，我不得不和喜欢的漫画分开了，开始读文艺书籍。一开始觉得这些书枯燥无味，但读着读着，我的好奇心就被激发了，于是每天如饥似渴地读这些书。《笨狼的故事》让我看到曾经的自己，书中的那份童真童趣和小时候的我们如出一辙。到了三年级，我又开始读意义更深的作品。一本编织着友谊的《夏洛的网》，给了我们关于生命的深沉思索；《蓝鲸的眼睛》中的小女孩拾金不昧、坚持不懈的精神值得我们学习。现在我已经六年级了，读的书更多了，从书中中学会了很多道理。在《假如给我三天的光明》中，我学会了热爱生命。作为聋盲人的海伦·凯特，她凭借着自已的意志力，学习了5种不同的语言，读了多种名人著作。虽然她只有19个月的光明，却在黑暗中勇敢地迎接生活的挑战。

书是肥沃的土地，我如同一粒种子，是它让我茁壮成长。加油读书吧！书会让生活变得更加美好。

六(1)班 陈德治 指导老师:郭习静

### 让我感动的一个人

花开又花落，一年又一年。时光如流水，我们早已从嗷嗷待哺的婴儿长成风华正茂的翩翩少年。打开记忆的阀门，各种片段浮于脑海：朋友离别的辛酸，母亲怀抱的温暖……其中，有一个瞬间令我至今难忘。

烈日炎炎的夏天，体育课后，同学们陆陆续续地回到了教室，一窝蜂地朝饮水机跑过去，你拥我挤地向自己的水壶里灌水，“咕咚咕咚”喝个精光，然后再灌，饮水机里的水不到五分钟就被喝得一滴不剩。大家大声喊道：“换水的同学快去换水。”显然，大家都累了，一动也不想动。大家七嘴八舌地说道：“换水咯！快去换水咯。”“今天不是我换水！”换水的同学推脱道，“是你换水。”“不是我，是他！”只见一个黑影悄悄地来到了饮水机旁，拿起小水桶就往外飞奔而去，过了一小会，抱着满满的一桶水小跑着回来了。他的脸被涨得通红，豆大的汗珠从脸颊上滚落。他赶紧把水桶放到饮水机上，说道：“大家快去喝水吧！”说完就拖着疲惫的身体回到了座位上。

同学们似乎就是在等这句话，大家蜂拥而上，争先恐后地抢着倒水喝，不一会都心满意足地回到各自的座位上。我也倒了一杯水喝起来，这水隐约有一种似蜜糖的味道。

四(1)班 朱杨泓 指导老师:陈坤

### 夜游幸福里

最近，我家旁边有一个地方出名了，每天晚上都会有四面八方的人涌到这打卡。它就是幸福里，今天，我就带你去看一看吧。

一到幸福里，人山人海，摩肩接踵，整个幸福里被挤得水泄不通。映入眼帘的是花灯海洋：有小桥流水人家的江南风灯墙；有憨态可掬的可爱小兔子；有悬挂在空中五光十色的星球；有挂满枝头花花绿绿的灯笼；有巨大的天使之翼……数不胜数，让人眼花缭乱。

音乐喷泉开放的时间到了，咱们赶紧一睹为快。瞧，随着音乐声响起，河面开始喷涌出条条水线。在绚烂莫测的灯光中，它时而像一条巨龙凌空一跃，时而变成一朵朵荷花美丽绽放，时而像纤细的柳枝一样随风飘扬，时而变身婀娜多姿的仙女在水面舞蹈。喷泉激起的雨雾飘洒到我们身上，好像刚下过一场毛毛雨。围观的人们有的发出赞叹声，有的拿出手机拍

照留下精彩的瞬间，有的随着欢快的音乐又唱又跳……简直是一场喷泉盛宴。

欣赏完喷泉，咱们也饿了，美食一条街的气味早已四处弥漫。我们闻着香味而去，先来一份闻起来臭，吃起来香的臭豆腐。哇，这边的羊肉串烤得油滋滋的，令人垂涎三尺。那边的铁板年糕生意好到爆，赶紧挤进去尝一尝吧！小吃品种太多啦，不一会儿，我们的肚子已经圆鼓鼓的，胃感觉都快被撑破了。

嘿，那边真热闹，不时发出阵阵喝彩声，原来正在表演精彩的舞狮呢！路边有个齐天大圣搁那耍金箍棒，吸引了一群小粉丝。不远处的舞台上，杂技表演如火如荼地进行着……

光彩夺目的花灯，人们的欢声笑语，异彩纷呈的音乐喷泉，回味无穷的美味小吃，构成了一个热闹非凡的幸福里。大家赶紧去打卡吧！

五(1)班 张颖蓝 指导老师:刘兰英

### 童年趣事

童年是欢乐的海洋，在回忆的海滩边，有无数贝壳，颜色多样，有伤心的灰暗色，有喜悦的红色，有自由自在的黄色，有苦恼的蓝色……

记得在我上三年级第二学期的时候，发生了一件事。那天中午，我正在房间里看爸爸买给我的《十万个为什么》，翻来翻去，爱不释手。突然，妈妈大叫：“琪琪，去买包味精好吗？我在做菜。”我随声答道：“好的，我马上去！”我拿了妈妈给的20元钱，头也不回地往超市跑去。到了超市，我说：“阿姨，买一条围巾要多少钱？”阿姨回答说：“10元。”阿姨又疑惑地问我：“这么热的天，买围巾干什么？”我随口一答，蹦蹦跳跳地回家了。当我兴高采烈地把围巾交给妈妈时，妈妈生气地说：“我要买的是味精，不是围巾！”我垂头丧气地说：“妈妈，对不起，我没听清楚，把味精听成了围巾。”听了这番话，我和妈妈都哈哈大笑起来。

这就是我童年的一桩趣事，现在想起来真是趣味无穷啊！

五(3)班 沈思涵 指导老师:柏玉兰

### 战“痘”

一整天，我都感觉脸上痒痒的，就像许多毛毛虫在脸上散步。放学进了家门，我飞速甩掉书包，直冲卫生间。

“啊。”我对着镜子失声惨叫。妈妈和妹妹闻声而来，一脸茫然地看着我。“什么情况？”妈妈诧异地问道。“妈妈，你看，我的脑门咋这么多痘痘？”我转过身紧张地看着妈妈。妹妹看着我，在一旁哈哈大笑，像个大人似的指着我说：“哎！我还以为什么大不了的事呢，不就是长痘痘嘛，神经兮兮。”妹妹的风凉话，让我真是恼羞成怒。

我气呼呼地跑进了自己房间，“嘭”的一声关上了门。我打开天猫精灵，调低音量，小声地问道：“天猫精灵，脸上长痘痘了，怎么办？”天猫精灵真是我的贴心小管家，它告诉我不要用手去挤痘痘，不然会有细菌入侵，还要保证充足的睡眠，多吃水果和蔬菜。它还告诉我一个冷门小知识，把胡萝卜切成片，贴在脸上，可以缓解痘痘症状。听它这么一说，我两眼放光，一个“战痘”计划悄然萌发。我弯着腰，蹑手蹑脚地向厨房走去，洗净两根胡萝卜，切成片放在盘子里。我端着盘子返回房间，赶忙躺在椅子上，把我的战痘“希望”——胡萝卜片贴在脸上，享受着胜利的喜悦。突然，妹妹不知从哪里窜了出来，拉着我的手嚷嚷着：“姐姐，我也要贴，我也要贴！”一想到她刚才的风凉话，我便不理她。后来，我决定要她一下，一脸坏笑地对她说：“好啊，等一会姐姐帮你贴。”经过我的摆弄，妹妹成了个大花脸，我不由自主地笑了起来。而妹妹却觉得很好看，还在那摆POSE。

这时候，门铃响了，我俩争先恐后地去开门。爸爸看到我们这模样吓了一跳，笑着问道：“你们这是咋啦？”“就不告诉你。”我们姐妹俩调皮地说道。爸爸似乎明白了，他笑着说：“涵涵，痘痘并不可怕，长痘痘，说明你在长大，乐观面对。”

六(2)班 张芷菡 指导老师:徐加浩

### 多元诵读，书香润心

五千年的积淀传承，经典古诗文已成为我们最宝贵的精神财富，成为我们中华民族文化的魂与根。怎样更好地开展经典诵读活动呢？

#### 1.课程时间多元化

“一日练，一日功。”为了让学生耳濡目染地感受经典的韵味，我们见缝插针在各个时段安排了诵读时间，以保证诵读经典成为每日的必修课程。每天语文课前5分钟，伴着优美的旋律，开展每周一诗诵读；利用每周晨会、队会课，每月、每学期举行经典古诗文诵读展示活动。还可以在课后服务的时段开展经典古诗文诵读，保证一日之中，琅琅书声不绝于耳。

#### 2.课程内容多元化

为了传承中华优秀传统文化，让孩子们读经典、诵好文，我们遵循学生年龄特点和认知规律，开发经典诵读课程。将小学生必备的古诗背诵70篇作为基础教材，再按照不同的年段，选择不同的诵读内容作为校本拓展课程。组织语文老师开展调研，博采众长，集思广益，又丰富了《三字经》《论语》等诵读内容。

#### 3.课程形式多元化

学校通过“诵诗句”“唱诗歌”“解诗意”“创诗文”“品诗味”“演诗情”等方式开展系列诵读活动，使得国学经典如春风化雨般，浸润了孩子们的心田，丰富他

们的内心世界，增强他们对中华优秀传统文化的认同感和自豪感。

在授课过程中，鼓励老师们打破学科界限，挖掘课程中经典文化素材。有机渗透经典诵读教育。学校还借助丰富多彩的活动，让学生“在活动中诵经典”。以读书节、传统节日为依托，举行诵读活动。组织孩子们自编自演课本剧、历史剧，让孩子们感受不同时期的历史文化；结合国庆节、国家公祭日、社区活动、八礼四仪、文明城创建等活动搭建经典诵读表演的平台，展示学生的优秀诗作，提高学生诵读展示的兴趣。让学生出口成诵、书香致用，达到事半功倍的效果。

#### 4.评价方式多元化

为了更好地激励学生坚持诵读，保护孩子们的诵读热情，实现精神文化的可持续成长，学校建立自我评价、同伴互评、教师评价、家长评价“四位一体”的评价体系，还积极推进具有时代特色的网络诵读评价，激发学生的诵读兴趣。多元的评价体系，挖掘了学生的潜力，激发了诵读热情，促进了学生人文素养的提升和良好行为习惯的养成。

传承文化、任重道远。随着经典诵读活动的开展，在经典文化的熏陶下，学生的语文素养得到了提高，为塑造健康人格奠定了很好的基础。学生们也将不断从经典文化中汲取精神成长的力量，获得积极向上的正能量。

鲍玲玲



校园景色 学校供图