

小园艺 大作为

——吴江区八坼中学用“园艺”治愈心灵



心理健康是素质教育的根本，是培养学生核心素养的基础。近年来，八坼中学以“园艺+”为载体，助力心理育人质量提升，促进学生形成健康的身体和心理素质，培养学生积极健康的心理品质。

开拓第二课堂，研发“园艺”课程

据吴江区八坼中学校长吴丽芳介绍，为了更好地促进学生的身心健康、全面和谐地发展，八坼中学在原有《“德善”园艺校本课程》《我们是劳动小能手》《我是小小园艺师》等课程的基础上，系统梳理相关学科方向、课程中涉及的心理元素和心理育人的功能，依托“园艺”社团，开发了《园艺+》(心理健康读本)，形成了一批针对心理健康教育的“园艺微课”，通过“园艺微课”，实现“健康心理塑造”与“劳动知识传授”的有机统一。

体验园艺活动，营造和谐关系

八坼中学每个班级都有一块自己的“责任田”，学生每天在指导教师的带领下，不仅能让他们在自己的一方小天地里体验劳动的快乐，更能让学生在“植物栽培、自然观察、自然物创作”的过程中交到朋友，改善与家庭、同伴之间的关系，



也能建立更多与老师间的情感联结，促进良好师生关系的建立。

邹益红是八坼中学的音乐老师，她对学校开发《园艺+》(心理健康读本)并开展一系列“园艺”治愈心灵活动，很有感触。她说，今年下半年刚开学时，她发现一位学生有些异样，经过了解发现，该学生沉迷于闯关游戏，严重影响了孩子的正常学习和生活，平时郁郁寡欢、沉默寡言，很少与人交流。“园艺社”主要负责人周明荣老师对其进行了相关的辅导，鼓励该学生参加“园艺社”。同时，老师们也有意识地安排其他学生与其结对子帮助。在施肥、浇灌的不断劳作中，该同学的情绪逐渐开朗，开始与一起合作的同学进行交流。一次，邹益红发现该学生与其他同学在做英语交流，心里如释重负。

营造文化氛围，创设育人环境

吴丽芳说，学校还引进沙盘游

戏疗法，利用科学的心理辅助，帮助学生健康成长。学生通过把沙子、水和沙具运用于意象的创建，沙盘所表现的系列沙盘意象，营造出游戏者心灵深处意识和无意识间的持续性对话，了解学生的情况。在不教育、不指导、不干扰，无条件地喜欢他接纳他的前提下，学生会感受到心理老师的善意，建立起亲密关系，从而逐步引导学生逐步走上心理健康的轨道。

心理老师与学生的“健康心理”的背后是坚定的理想信念与不竭的精神动力。劳动教育一直是八坼中学的德育特色，在讲好“劳动光荣”的基础上，学校以“我在园艺中的故事”为载体，用身边的典型事例来教育感染学生，实现“园艺+”的润物无声。同时，学校积极挖掘、建设并传承园艺文化，以文化滋养师生心灵，涵育师生品行，在实现心理成长的同时推进文化育人。

通讯员 徐峰



学生菜地



八坼中学的沙盘游戏

学生习作

无土栽培活动有感

上周四，我们学校举办了一场无土栽培活动。

早上，我们先去报告厅，听教授讲解了无土栽培的一些简要知识，之后同学们分别种植属于自己的小白菜。我们每人得到了一个小工具箱，教授先把之前种好并长大的小白菜拿给我们看，当场摘了一片，自己吃掉了，我们看后都惊叹不已，心里更急切地想自己种起来。

首先我们把工具箱打开，拿出塑料盆和调配好的土壤，接着把土壤倒进盆里，用铲子把土壤敲碎，然后用手指在土壤上面戳了九个洞，每个洞里撒二至三粒小白菜的种子，最后用瓶子浇水并喷洒均匀。此时的我既兴奋又很期待，兴奋的是因为我终于把小白菜种好了，期待的是我希望种下的小白菜快快发芽，快快长大。

通过这次无土栽培活动，让我感受到了学好知识的重要性，以前我一直认为蔬菜等植物都必须生长在地上，没想到在无土的状态下也能够生长，听了教授的讲解才了解了植物生长所需水分和营养完全可以离开土壤。多么神奇呀！我想这正是教授们通过研究植物生长规律才想出的无土栽培的好办法，这样既节省了土地空间，又可以让人一

年四季吃上绿色无污染的蔬菜。

作者：昆山信义小学 徐柳滢
指导老师：段艳炜

种植小白菜

一分耕耘，一分收获。2020年12月2日，星期三，我参加了学校组织的种植活动。这是我们第一次种植，同学们都非常兴奋。

首先，我们来到阶梯教室，王老师给我们讲了怎么种植。

然后，我们来到操场，开始今天的种植活动。我们先把土弄碎，然后用手把土压平，再用手戳九个洞，在每个洞里放入三粒白菜种子，最后把土盖上，浇水。这样，我们的小白菜就种好了。我盼望着我的小白菜快快长大。

种下去的第二天，我就迫不及待地跑去看看我的小白菜长没长出来，可惜它没有任何变化。第三天早上，我又去看我的小白菜，小白菜仍然没有什么变化。

晚上，我回家问妈妈：“妈妈，我的小白菜怎么还没长出来？”妈妈说：“植物生长是有过程的，需要耐心等待。”

我盼望着我的小白菜快快长大。

作者：昆山信义小学 刘嘉润
指导老师：王梦婷

快乐的种植活动

今天是星期四，我们上完了早自习之后，都以为会跟以前一样，上第一节课，可是今天却不是这样。

上完早自习之后，老师让我们出去排队，虽然我们不知道要干什么，但我们还是又迅速又安静地排好了队伍。我们跟着老师一起来到了报告厅，老师把我们领到了我们班的座位坐了下来。原来我们现在是要听王镇博士的讲座，讲座的主题是“模块种植”，王镇博士首先讲到了什么是模块种植，也给我们讲了种植的详细过程，还讲到了我们应该如何观察和记录植物的生长情况。同学们听完讲座都很兴奋，因为我们终于可以自己种植植物了。

听完讲座以后，我们很有秩序地离开报告厅，来到了操场先做操。做完操之后，我们每个人都领到了一盒工具。在老师的带领下，我们开始了种植活动。我们先把土拿出来，放到种植盆里，耐心地用小铲子把土压碎，在土上挖几个小洞，然后在每一个小洞里放几粒小白菜的种子，再轻轻地用土把种子盖起来，最后再用事先准备好的水瓶给种子浇浇水。差不多所有的同学都忙完了以后，老师帮忙把我们的种植盆整齐地摆放在了教室外的空地上。

我看着我的种植盆，憧憬着小白菜快快发芽。真希望我的小白菜可以早一点长大，我一定要好好地记录下小白菜的生长过程，给大家分享我的喜悦心情。

作者：昆山信义小学 张楚涵
指导老师：王梦婷

开心的种植活动

今天，阳光明媚，我们期盼已久的种植活动要开始了。一大早，老师就带着我们去操场做准备。

到了操场的我们开心不已。种植专家王博士上场了，他细心地给我们讲解了种植要领。我们迫不及待地动起手来。

首先，我们要把装到种植盆里的土打松散。但是我们用铲子铲、用钉耙垦，土块还是不够松散。后来我想：还是用手来捏吧！果然，没过多久，一大块一大块的土都被我捏得松散极了。然后我用铲子把土给铺平，接着用手指按照王博士的指导戳了九个洞。这些小洞是我给种子做的新房子，希望它们住在里面能够赶紧生根发芽，快快长大！

种好啦！最后一步是浇水。我小心翼翼地将装在瓶子里的水给它们浇上。

就这样，我的小白菜在盆里安家了，我期待它们的叶芽早些与我

相见！

作者：昆山信义小学 魏焯洋
指导老师：吴轶芊

我是小农民

今天，我和同学们在校园里当了一回农民，种了一回白菜。

一开始，我有点紧张，生怕自己种不好，种子不能发芽。但我还是鼓起勇气试一试，想体验一下农民伯伯种菜的辛苦。

我拿到工具后，按照王博士的指导一步一步地做：首先把土块碾碎，再用手指在松软的泥土上戳九个半根手指长的小洞，然后将种子小心翼翼地放在小洞里，接着用手把泥土盖上。成功把种子送入泥土里之后还需要给它喝饱水。我们提前准备了一个矿泉水瓶，它的盖子上戳了三个小洞。在矿泉水瓶里装满水，它就变成一个洒水壶了。

虽然种菜的时候很累，但我一想到可以吃到自己亲手种的小青菜，我就开心不已！小白菜种好啦，我把它搬到阳光充足的地方，让它沐浴阳光。我满意极了！希望我的小白菜能快点长大。

作者：昆山信义小学 仰罗岚
指导老师：吴轶芊