

无锡这所学校有个“橙子姐姐”

这位心理学硕士主播“橙心电台”帮学生打开心灵窗户



“亲爱的小朋友们,你和好朋友在相处的过程中出现冲突、误解时,你们是如何处理的呢?今天我们来听听一对好朋友之间发生的小故事,一起来替他们解决一下吧……”

11月16日,无锡市新吴区丽景实验学校“橙心电台”推出第10期语音节目“和好朋友产生矛盾怎么办”,主持人“橙子姐姐”和小朋友们亲切谈心,告诉他们“转变思考方式,学会换位思考”“学会倾听,及时交流”的道理,要站在对方的角度去思考问题,在产生矛盾时耐心地去倾听对方的想法。

今年新学期伊始,丽景实验学校在微信公众号推出心理健康教育专栏“橙心电台”,由心理学系硕士、专职心理健康老师“橙子

姐姐”程梦茹主持录制,每周开播一期,在学校公众号和喜马拉雅App推送。

“橙心电台”收集和解答同学们的烦恼和困惑,分享美化生活的点点滴滴,让孩子们感受快乐,在温暖中感受“心”的力量。从第一期电台开始,围绕开学心理调适、爱玩手机、容貌焦虑、十一假期、生命教育、体会母爱、相处美好时光等话题,和学生们谈心交流,帮助学生们打开心灵的窗户。

据介绍,今年第一期电台,主播“橙子姐姐”给刚开学的小朋友们提供心理调适建议,第二期讲了某小朋友由于爱玩手机引发的家庭“战争”的小故事,第三期围绕“容貌焦虑”给小朋友们一些缓解焦虑的建议和方法。第四期第五期和小朋友们聊了如何欢乐又充实的度过十一假期和假期结束的收心小秘籍。第六期聊的是生活中令人感动又印象深刻的小事情,并且邀请同学们积极投稿做电台小嘉宾。第七期以生命教育为主题,告诫小朋友们要体会生命的美好,热爱生活。第八期

以一首“光辉岁月”歌曲,带领小朋友们陪着妈妈一起回到属于妈妈的少女时代,体会母爱。第九期讲述只有拥有真正朋友的人,才能感受到友情真正的美好之处。

丽景实验学校专门建立了为学生们学习和生活提供服务的心理中心,中心成立以来,贯彻心理育人、互帮互助的原则,为师生提供心理帮助,宣传心理知识,旨在营造健康、积极的校园氛围,提升师生心理素质,推进学校心理健康教育工作。

该校建立了市、区、校三级青少年心理咨询热线、信箱和微信公众号,为同学们提供最暖心的心理咨询。心理中心目前设有办公区、沙盘辅导区、咨询访谈区、音乐放松区、读书角,为学生建立一对一的心理成长手册,收集基本信息,记录每一次咨询和辅导过程,为孩子们的健康成长保驾护航。心理中心还采用绘画、音乐、正念等疗法开展珍爱生命、情绪调适等多种主题的团体辅导,以“朋辈小组”学习方式帮助孩子们互相支持、共同成长。陶子 喽鸣

尚贤万科小学以“纸文化”为主题

开发“校馆融合”博物馆特色课程

“纸”想遇见你,精彩别错过。11月25日,经过了“博物馆课程月”之后,无锡市尚贤万科小学举办“‘纸’想遇见你”——五年级纸文化项目研究成果展示汇报活动,学生们或用PPT生动介绍纸的前世今生,或用群口相声讲述纸的种类和纸的制造过程,或带来了一场“纸艺时装秀”……通过展示分享他们的“研究成果”。这是该校以“纸文化”为主题的博物馆特色课程的首次展示活动。

“我校从今年2月提出设想并逐步研讨、实施,积极开发‘校馆融合’为特色的博物馆课程”,该校党支部书记、尚贤教育集团总校长高颖菁介绍说,今年2月,学校首次提出开发博物馆课程的想法,随即几次举行可行性研讨会并邀请校外专家参与研讨,认为将开发博物馆课程和学校正在改扩建的场馆建设结合起来,是一次很好的机遇。

“纸既是一种传统手工艺,也是一种材料,还是一种承载文明的载体”,学校最终确

定了“纸文化博物馆”这个思路。传统纸类手工艺可以连接上艺术类、劳技类学科;从材料上来说,它又可以连接科学课程;从承载文明这个角度,纸文化又可以连接语数英等文化课程。

以“纸文化”为主题的博物馆课程渐已成形。学校提出将综合楼一楼一间不规则教室打造成博物馆,作为纸文化博物馆课程的显性展示区,“纸与日常生活、纸与历史科技、纸与文化艺术”都要在展示区呈现。同时,结合水墨画课程、纸艺体验课,将一楼美术教室打造成纸文化博物馆课程体验室,将一楼走廊打造成纸文化学习成果展示区,展示学生对纸艺作品的研究过程和成果。

借新建“纸文化博物馆”的契机,学校为五年级学生们设计了丰富多彩的纸文化项目研学活动,同学们经历了确定项目、规划方案、解决问题、形成成果、展示交流的研学过程,深入思考、分工合作、彰显个性,全部过程也体现了

学校“四有”好教师团队的力量和智慧。

教师们明晰了符合本校特色的项目化主题“纸文化”,制定了相关课程计划。不同学科的教师围绕该主题进行了跨学科教学实践:美术课上制作纸艺面具,科学课上体验造纸工艺,数学课上探索纸带规律,语文课上选定研学主题,综合课上开展研学实践……

开发“校馆融合”特色博物馆课程也首次有了实践性行动。今年暑期,学校设计了《尚贤娃探秘博物馆,小脚丫丈量大世界》研学单,组织学生走进无锡博物馆、苏州博物馆开展博物馆研学活动。在行走中学习,博物馆作为学生的第二课堂,提供了丰富的实践学习机会。

“博物馆的种子在我校悄然生根发芽了。”校长周一斐表示,博物馆之旅把课堂搬进了博物馆,学校将创造更多类似的实践学习机会,让孩子们通过亲身实践,自主思考,在真问题、真情境中增强探究和创新意识。 缪玉婷 喽鸣

开展生命教育,举办“德育展示”

梅里中学将心育融入德育,探索有温度的德育模式

以“爱心义卖、心理素质拓展、记忆策略”这三块内容为主题,无锡市梅里中学于11月25日举办了丰富多彩的“德育展示”活动,这是继前不久该校吴慧德育名师工作室开展生命教育主题活动之后又一次“探索有温度的德育”行动。

“义”路成长,与爱“童”行。在爱心义卖活动中,师生们争相参与,纷纷献出爱心。同学们用亲手绘制的义卖海报装饰“摊位”,摆出自己捐赠的学习用品、图书、小摆设、手工艺品、鲜花绿植、各类美食,有的模仿直播带货,有的以抽奖、套圈吸引眼球,还有限时打折清仓甩卖……校园篮球场、中央大道人头攒动,爱心商品伴着冬日暖阳,学生们用爱的行动谱写了一曲美丽温暖的旋律。

同时,该校心理老师王乐组织举办了“结伴同行”心理素质拓展活动,分为“万里行珠、卡牌风云、无敌风火轮、绳绳不息”四项

活动,班级心理委员及志愿学生共100人在活动中充分锻炼了沟通能力、组织能力。“队员之间的信任、团结协作和良好的心态,保证了整个任务的完成”,学生代表们发表了自己在整个过程中的感受,良好的心态是快乐学习生活的前提。

在梅里中学新洲校区,各班开展了“心理健康让记忆更高效”主题心理课。老师们首先通过有趣的活动让同学们了解记忆的正确率和两条记忆策略。其次,讲解心理学中著名的艾宾浩斯遗忘曲线,让同学们了解遗忘这个过程的特点,并明确最佳记忆时间。再次,给同学们介绍了谐音记忆法、对比记忆法、重复记忆法三种有效的记忆方法,帮助同学们提高记忆效率。此次心理课帮助同学们克服记忆方面的困难,懂得了科学用脑、提高学习效率的重要性。

据了解,此前,该校吴慧德育名师工作室

领衔开展了一次以“生如夏花之绚烂,让生命向阳而生”为主题的生命教育活动。在“心育读书会”上,吴慧就“如何引导学生认识自己”“正确看待自己,追寻生命意义”等主题同老师们进行了分享与探讨。她还为学生们带来了一堂《让心灵充满阳光》生命教育课,通过运用生动的名人事例,展现了他们在面对挫折时所激发出来的勇气与毅力,鼓励孩子们以积极的心态面对挫折。

工作室特聘专家李达教授为班主任们带来了一场“你我同行,走出人生困境”的讲座。特聘专家李洁医生为学生们带来了一场“减压赋能”考试减压讲座,传授了许多缓解焦虑的实用方法,鼓励学生们“要有面对考试的勇气”。

珍爱自己,关爱他人,乐观进取,勇敢面对挫折,让自己的生命焕发光彩,梅里中学将心育融入德育,积极探索有温度的德育模式,让学生们每次都是收获满满。赵伊雯 王乐 徐元儒

无锡职业技术教育

27项“十四五”重点课题论证研讨

11月25日,无锡市教科院在无锡立信高等职业技术学校举办职业技术教育“十四五”重点课题集中论证研讨活动。南京师范大学、江苏省教科院、江南大学等相关专家出席并作专业指导,全市7所职业院校27项省、市级课题主持人及核心成员60余人参加,这是无锡市教科院今年组织的第二次课题集中论证活动。

此次论证研讨课题内容既有传统的人才培养、专业建设、课程建设等,也有紧扣时代脉搏的课程思政建设、劳动教育、心理健康教育、核心素养培养等职业教育热点问题。参与论证的有无锡技师学院《课程思政背景下职业院校公共基础课学生社会责任感培养研究》、无锡机电高等职业技术学校《中华优秀传统文化融入职业学校思想政治课教学的实践研究》、无锡立信高等职业技术学校《“1+X”证书制度下五年制高职会计专业五融合人才培养模式研究》等27项省、市规划课题,其中有12个课题圆满结题。

无锡立信高职校刚刚喜迎办学40周年华诞,并牵头成立了无锡市财经职业教育集团。学校正在以“双优”建设为新起点,强化办学特色,丰富办学内涵,着力提升办学品位,努力把学校打造成具有财经特色的江苏联合职业技术学院五年制高职标杆性分院。陶子

无锡旅商高职校与台湾一所大学开展交流活动

双方推进合作项目 培养现代服务业人才

11月24日,无锡旅游商贸高等职业技术学校与台湾育达科技大学以互联网为媒,共同举办了一场别开生面的“创新引领发展 科技培育达人”线上交流活动。海峡两岸的青年学子欢聚一堂,通过分享各自的创新创业作品,进一步加深了了解。

旅商高职校师生代表向台湾师生介绍了学校信息工程系创新教育的实施情况,并将学校在江苏省创新大赛中获得一等奖的作品“矿友守护神”和“嗨尔思智能课桌”作了展示和介绍。台湾育达科技大学分享了该校的“智能管家”和“智能厕所”两个创意产品。两校线上的相会和交流,收获的是灵感、友谊、知识和快乐。

据了解,自2018年结为友好学校以来,两校积极开展校际互访,并通过“互联网+”开展校际交流与合作,加深台湾同胞对中华民族悠久历史和优秀文化的认识和理解,增进文化认同,促进心灵契合。

《基于“互联网+”的现代服务业国际化人才培养》是两校的合作项目,2021年此项目获得了教育部港澳台事务办公室的批复,2022年4月,获批成为2022年基础职业教育对外合作交流重点建设项目。

近年来,两校借力“互联网+”,以培养现代服务业国际化人才为目标引领,基于多元场域,以专业课程“硬条件”为支撑,共商相关专业课程标准,促进学校专业建设水平,提升育人水平。双方将进一步以“培育新一代国际化服务人才”为主旨开展教育教学,实现对国际理解教育的价值塑造,达到学生无缝进入职场的目标。 洪欣平

