



2018年3月,市爱卫会和市健促委命名金水区总医院等13个单位为首批“郑州市健康

示范单位”,这些单位在哪些方面做出了健康示范?本报与市爱卫办从中筛选出10个单位,

将逐一挖掘展示他们的先进经验,为全市健康单位建设提供借鉴。

琅琅书声校园 健康滋润童心

——郑东新区康平小学“健康学校”创建纪实

“弟子规,圣人训,首孝悌,次谨信。”这是刚进入郑东新区康平小学一年级新生的第一课;在教师节,该校六年级学生用他们的琅琅诵读声,进行了一次特殊的谢师礼;学校大力推进心理教育,创新开

展“导生制”,将每班心理素质相对较弱的学生分包给各科任教师,配合班主任老师专门对这类学生进行帮助和教育……

以上只是郑东新区康平小学实施健康教育的一个缩影。连日来,记者在康

平小学的采访中深深感受到,该校将健康教育融入课堂、课间和课外,与道德教育、素质教育、知识教育齐抓共建,创新性开展各项活动,让健康教育在学校“动起来”。

丰富载体让学生“动起来”

健康教育,学生是主体。优美的音乐回荡在校园,稚嫩的童声响彻在校园,每天康平小学的校园广播站时间,广播中正在播放健康学校的小故事,每个班同学都早早地进入班集体,端端正正地坐在自己的位置上,聆听着同学们的心声。

提高青少年的健康状况,不仅要从小向其普及健康知识,更重要的是要让他们从小进行体育锻炼。每天上午的9点40分到10点10分,都是康平小学的“阳光体育运动”时间,精彩的现场引得校外路人驻足观看。

在该校的“阳光体育运动”大课间体育活动中,夏、秋季为健身操、O形跑、放松操,春、冬季为慢跑,如遇不好天气,便会组织学生做室内韵律操,或组织学生进行一些有益的棋类游戏,舒缓学生心情。学校同时将轮滑、垒球在师生中进行普及和推广,采取课内普及与课外提高相结合的方式,扎实推进,学校多次在国家级软式比赛中获奖,轮滑社团参加郑州市“体彩滑启”杯第十一届中小学生轮滑比赛获一等奖,周三下午的轮滑社团,每天清晨和傍晚的垒球训练,已经是校园里一道固定而又亮丽的风景线。

与此同时,学校从细处抓好学生养成教育,

规范学生言行举止:抓学生个人卫生,养成良好的个人卫生习惯,衣着整洁、大方;抓好学生学习用品的放置,学会整理物品,养成整洁、做事有条理的习惯;抓好学生科学用眼习惯,注重良好读写姿势的训练,保护视力,促进身体正常发育;控制学生在校时间,严格控制学生作业量,保证充足睡眠时间。

此外,学校紧紧围绕“健康校园”的要求扎实开展工作。积极配合办事处、社区向学生及家长宣传健康保险知识。建立了入学查验预防接种证及疫苗补种制度,将查验工作与一年级招生工作同时进行。认真做好各种流行病、常见病的防治工作,注重对学生进行用眼卫生教育,加大了预防控制沙眼、营养不良、肥胖症、传染病等知识的宣传及教育。

“多点开花”让教育入脑入心

“弟子规,圣人训,首孝悌,次谨信。”这是康平小学一年级新生刚进入校门的第一课。在教师节,六年级的学生用他们的诵读声,进行了一次特殊的谢师礼。

“朗诵《弟子规》,参加谢师礼,感觉很开心,我想谢谢老师,老师辛苦了。以后,我也会孝敬父母,讲信用,与哥哥们友好相处。”“语文课上,老师经常教我们要尊老爱幼,尊师重道,尊重长辈。但是具体如何去尊重,参加了这次谢师礼后,我真正明白了,‘父母呼,应勿缓,父母命,行勿懒’,在我们生活中应如何尊重父母、老师、朋友。”在拜师与谢师的活动中,学生学会感恩,收获满满。

学校将健康教育融入课堂。从2009年开始,学校把《弟子规》《大学》《中庸》《论语》等作为学校德育校本课程,持续开展诵读、践行《弟子规》活动;将上课前和大型活动作为诵读《弟子规》时间,让学生在家庭诵读《弟子规》和做感恩父母的事,把《弟子规》真正落实到日常生活中;定期举行国学经典诵读展示活动,将学生的健康教育以国学经典为依托,滋润孩子们的心田。

在康平小学有这样一个“游戏教室”,深受学生喜爱:教室墙壁是彩色的,里面有沙盘和很多玩具……这就是学校的心理咨询室。

心理课是该校进行心理健康教育的特色渠道。学校根据各年级学生的年龄特点、心理特征制定了完整的心理健康教学计划和课程,每班每两周开设一节课,由专兼职心理教师进班授课;每学期定期开出心理辅导公开课,并进行心理辅导课的研讨活动,对心理辅导课的效果进行评价,提出改进措施;对个别学生进行单独谈心,帮助他们早日走出心理阴影。

学校注重学生和老师的读书活动。从硬件上的开放式书吧、图书阅览室,到“我读书我快乐”的校园文化展示,力求让老师和学生浸润书香文化。下课时,学生可以在走廊的开放性书吧中找到自己喜爱的读物;回家后,孩子们的作业不是单纯的抄写,而是快乐读书的手抄报、书签设计、读书名言创作等;班会课上,学生会进行好书分享和推荐活动,学校还邀请家长进行亲子共读,读书分享会等活动;定期举行老师们的诗词大会、读书感悟会、共读一本书交流等活动,让每个人都能伴着书香健康成长。

学校让健康教育“走进”家庭,深入家长内心。每年,学校都会组织召开六年级学生家长大会,除了认真讲解小升初政策外,对于青春期心理疏导还做了认真而专业的讲解;对于一年级新生,学校会组织家长与学生共同参与拜师礼,为新生开点痣,请书法家教孩子们书写大写的“人”字,帮助家长完成从幼儿园到小学家长的心理转变。

除此之外,学校还注重对家庭教育的指导,通过多种途径帮助家长树立正确的家庭教育观念和教育方式,逐步提高家长的教育水平,使学生的健康人格在学校、家庭、社会构成的三维立体成长环境中得以良好形成。

覃岩峰 裴其娟 文 宋晔 图

努力构建“齐抓共管”格局

在康平小学的校园里,经常会看到一群老师的身影,他们事无巨细,在校园中排查安全隐患,在办公室商讨工作细节,这便是由该校办公室、教务处、德育处、总务处、工会等成员组成的健康工作小组。

为保障“健康学校”建设工作扎实开展,康平小学成立了“健康学校”创建工作领导小组,由校长付海英担任组长,全面负责“健康学校”创建方案的制定及各项工作的开展。在付海英看来,健康教育是素质教育的重要组成部分,创建“健康学校”,需要学校、家庭和社会共同创设一个好的环境,为学生的幸福成长提供人文关怀和发展动力。

健康教育融入校园角角落落。学校建立健全了健康教育工作网络,把健康学校建设工作纳入学校目标责任制管理,每学年至少有一次健康促进工作会议。设立校内监督岗,将校园内物品的管理与保洁分别设岗,责任到每个人,确保卫生无死角。由带班老师和值周学生组成督查小组,对学生的校园文明行为进行督查,并在班级中开展评比活动。

健康教育渗透校外方方面面。为加强校内外环境的治理,为师生营造一个健康和谐的学习生活环境,学校积极与办事处、派出所、社区共同参与健康促进干预活动,定期对学校周边环境进行治理,确保学校周边50米内无无证经营食品摊点,200米内无网吧,无出售不健康书刊、食品、音像制品的商店。组建“家校联合会”,引导家长参与到校内外健康环境的维护工作中来。

组织的健全,职责的明确,三风一训的渗透,形成了学校齐抓共管的良好局面,有力地促进了创建“健康校园”工作的有序开展。

加大硬件投入夯实素质平台

健康教育,硬件是基础。

康平小学是郑东新区管委会于2009年投资兴建的一所公办学校,也是郑州市绿色环保学校,安装了风能、太阳能、雨水回收利用系统,为学生进行环保教育、健康教育提供了丰富的载体平台。

走进学校,你能清晰看到这里的卫生基础设施完善,无卫生死角和暴露垃圾;教室采光照明、黑板和课桌椅配备,光洁如新;学校厕所干净卫生无异味,每个公厕配有洗手设施;学校为师生配备的饮水设备,确保了饮用水安全卫生。

学校按国家一类标准建设了体育场地并增配了体育器械,截至目前,现有室内外篮球场五个、排球场两个、羽毛球场两个、垒球场地三个,完备的运动场地和体育器械为学校师生锻炼身体、提升身体健康水平提供了便利的条件。

学校建设了医务室及心理咨询室,配备了卫生保健器材,定期开展好疾病防控、心理咨询;设立了独立的医务室,配备了各种卫生器械,有兼职校医,为开展健康服务工作提供了基础与保障。

2017年12月19日,中国儿童少年基金会“中脉安全体验教室”落成暨开课仪式在该校举行。该教室内布置了教学投影仪、模拟电话亭、灭火器、报警电话、逃生绳结等教学装置,墙面也印刷了各类安全知识,通过场景、情景式的真实体验,寓教于乐,为小学生安全健康教育提供有效的方法和途径。

如今,通过老师引导、知识问答、游戏互动、逃生演练等形式,学生切实增强了安全意识,增长了防灾避险知识,提高了自救互救技能,“中脉安全体验教室”已成为该校学生学习安全知识与技能、培养安全防护意识的“体验式”安全教育基地。

学校将“心育”纳入学校总体工作目标。充分利用学校广播站、校园网、宣传栏、校刊校报等宣传阵地,多渠道向师生宣传心理健康知识。开设专题讲座,包括心理训练、游戏辅导、心理知识讲座等,帮助学生普及心理健康科学常识,掌握一般的心理健康知识,培养良好的心理素质。塑造健康、乐观、向上、向善的康平少年。

