

美好教育追梦人 栏目记者 苏立萌 禹萌萌

## 心怀阳光育芬芳

本期教师：管城回族区春晓小学 刘军

**匠心追梦：**心向往之，行必趋之。刘军始终朝着心中最初的梦想砥砺前行，立足实际，创造性地开展教育教学工作，在教育这片田园里勤奋耕耘，积极探索、奉献。



他叫刘军，是一名坚守在一线十多年的语文教师，也是一名工作了十多年的班主任。教育之路，是一场怀着爱成人之美、成己之美的旅行，亦是刘军和学生成长路上最美好的遇见。他坚信以身示范会带给孩子们向上的力量，总是由衷赞赏每一个孩子的闪光点，让他们充满自信，快乐成长。多年来，刘军用爱的教育与孩子们之间建立起一座座心灵相通的桥梁。

“快听，快听，刘老师今天又在读书了。”这是隔壁班早到的学生传来的声音。从去年上个学期开学至今，刘军做到了每天第一个进教室，每天让学生都能听到他的读书声，伴着书声开启他们新的一天。“随着日子的流逝，我逐渐发现班里的孩子变了，最近几天的早上，竟然有几个孩子在我进教室之前就进了教室，并把周围的凳子都放了下去，拿着晨读材料正在诵读。”看到这一切，一股幸福感一下子涌上刘军的心头。“我终于不再‘孤独’了，孩子们正在被我唤醒。我的‘第一剂药’正在起作用。”

“打造幸福教育，教育幸福的孩子。”这是刘军对教育理念总结。和孩子们在一起，刘军更多的是帮助他们实现自己的人生价值和意义，也实现自我的人生价值。古代的“鸦有反哺之义，羊有跪乳之恩”“滴水之恩，当涌泉相报”“推言寸草心，报得三春晖”等典故、名言，其实都是对“感恩”最好的注解。冬至活动里，刘军更是把“感恩”二字映射在学生的心中。看到孩子把自己用一上午时间辛辛苦苦包出来却未尝一个的饺子，用双手端给保洁师傅，端给保安师傅，端给养育他们九年的父母，他的心里感到非常骄傲。“与此同时，在孩子们的身上，我也实现自己的人生价值，或许这就是人生价值的共享吧。”

在无悔的教育事业中，刘军一步一个脚印坚定前行，收获了郑州市优秀教师、郑州市优秀班主任等一系列荣誉。2019年12月，管城回族区春晓小学刘军名班主任工作室成立。自成立以来，该工作室在“琢玉育人”理念的引导下，以“做有温度的德育”为室训，希望用有温度的德育方法温暖学生，雕琢学生的心灵，培养学生的素养，使学生健康快乐成长，用爱润泽他人；用有温度的管理方式温暖班主任队伍，帮助减轻班主任繁重的工作负担，提高班主任自身的专业能力，促进班主任走上专业化道路。

“所有的职业都是在改造世界，而我所从事的职业是在创造世界，我所收获的是任何数字都无法计算的生命价值和幸福成果。”心怀阳光，脚踏净土，桃李芬芳，刘军将继续在三尺讲台上书写自己最真实的人生。

## 倾心呵护待花开

本期教师：郑东新区实验幼儿园 闫晓琳

**匠心追梦：**持续提升自身专业水平，创新幼儿教育方法，用心关爱、呵护每一朵祖国花朵，培养幼儿良好的学习习惯、生活习惯和行为习惯，陪伴他们快乐成长。



幼儿时期是人生奠基的重要阶段，如何做好孩子成长的引路人？自2002年从事幼儿教育以来，闫晓琳潜心教学，勤于钻研，持续创新幼儿教育方法，全身心投入幼儿教育之中，用心关爱每一个孩子，陪伴孩子们全面发展、健康成长。

“在幼儿教育过程中，我注重培养孩子良好的学习习惯、生活习惯和行为习惯，开发幼儿的兴趣爱好。”在担任一线教学工作期间，闫晓琳严格要求自己，积极提升自身专业水平，创新幼儿教育方法，在幼儿教育方面积累了丰富的经验，成为孩子们喜欢、家长信任的好老师，并荣获高级家庭教育指导师、郑州市优秀班主任、郑州市文明教师、郑州市教研先进个人等多项荣誉。其主持并参与的多个课题也顺利结项，多篇论文、成果荣获国家、省、市、区、区一、二等奖；执教多节优质课荣获省、市、区一、二等奖。

前行路上，热爱幼儿教育事业的闫晓琳快速成长，在幼儿教育教学和引领教师成长方面颇有心得，成为主导并参与幼儿园园本建设的一员“大将”。“为全力培养健康身心、充盈精神、舒展个性、开阔视野的幸福儿童，落实‘立德树人’根本任务，我们幼儿园建构了‘五真’园本课程，科学融合课程内容，以主题活动为主线统领各领域活动，实现德智体美劳‘五育并举’。围绕园本课程，我们开展了丰富多彩的主题课程，如节日主题活动《当幼儿园遇上重阳节》，萌发幼儿敬老爱老的品性美德；自然科学主题活动《幼儿园来了一群小蚂蚁》，让孩子在园所内自由探索中发现大自然的神奇等。”2020年，在前期成果的基础上，为更好地完善园本课程，全体教师积极参与园本课程建设，作为副园长、课程小组主要负责人，闫晓琳更是主动担当，加班加点规划工作方案，针对研讨过程中出现的问题，她结合幼儿发展，立足园本实际，提出可行性建议，助推园本课程建设顺利进行。

“要做好孩子引路人、指路人，自身专业水平提升是基础。”工作之余，闫晓琳经常主动购买学习书籍，虚心请教优秀教师，持续提升自己专业水平。同时，为引领新进教师成长，她总是热情分享个人经验，把学到的先进教学方法、教学管理模式等专业知识分享给青年教师，实现教师队伍共同成长，让孩子们享受更美好更用心的幼儿教育。

近年来，我国儿童青少年近视率居高不下、不断攀升，近视低龄化、重度化日益严重。为进一步加强学校健康教育，营造近视防控宣传教育氛围，教育部办公厅于近日印发《关于开展2021年春季学期近视防控宣传教育月活动的通知》，部署在2021年3月，开展春季学期近视防控宣传教育月活动。

据了解，我市不少学校都围绕提高爱眼护眼意识、改进学校日常管理、带动家长参与等方面，针对影响视力的重点因素，采取切实有效的措施，合力加强近视防控宣传教育工作。如何才能共同呵护好孩子的眼睛，给他们一个光明的未来？让我们一起来看看这些学校的经验和建议吧。



永平路小学学生快乐运动

# 科学防控近视 护航“睛”彩童年

本报记者 李杨

### 爱眼护眼很关键



回民第一小学学生做眼保健操

“越来越多的学生戴上‘小眼镜’，的确是非常令人揪心的现状。作为一名从事小学教育的工作者，我们必须高度重视，时时处处对学生用眼知识的宣传，培养他们养成读、写、坐时用眼的好习惯。”金水区黄河路第二小学党总支副书记杨晓琳认为，小学生近视率升高，主要原因是平时运动量少、眼睛缺乏必要的休息、看电子产品时间过长、不正确用眼、不注意用眼卫生等。

为了改变这种现状，黄河路第二小学持续开展相关活动，不仅利用全体升旗仪式、全体教师集会、

致家长的一封信等形式，向学生宣传科学用眼常识，让他们树立正确用眼观念，在各个教室张贴近视防控图，进行防控近视专题学习，还邀请郑州市人民医院眼科医生走进校园，对全校师生进行爱眼护眼科普宣讲，对保护眼睛的基本常识进行示范指导。

“孩子一天中在学校的时间最长，那么老师就要承担起提醒和监督的职责。”杨晓琳表示，作为教师，上课时一定要将正确用眼的意识贯穿课堂始终。“比比哪个小组的坐姿最端正”“看看哪个小组的孩子腰板挺得最直”……可以用小组比拼的形式时刻提醒学生端正坐姿、保护视力；在进行写字训练的时候，教师一定要强调“一尺一寸一拳头”，哪个学生做得好，要适时进行表扬或奖励，激发他们养成良好用眼习惯的信心；在上阅读课的时候，教师也要时时注意哪些学生爱低头、趴伏、歪头、偏头、眯眼视物等，不厌其烦地坚持纠正，教育学生采取正确的读书姿势，帮助他们树立爱眼、护眼意识。“当然，作为家长，要让孩子早睡早起不熬夜，不玩电子设备，不玩各种近距离的电子游戏，少看近，多看远，帮助孩子养成站、走、坐时挺胸抬头的好习惯。”

管城回族区回民第一小学副校长葛琦也表示，学校在学生近视防控方面责任重大，除了要保证教室照明质量、课桌椅符合卫生标准、课桌椅高度与学生身高的比例相称、每周调换一次学生座位之外，还要经常开展视力保护教育和预防近视知识讲座来培养学生良好的用眼习惯，督促学生做好眼保健操，提醒学生注意营养均衡，多吃一些对保护视力有辅助作用的蔬菜水果。



黄河路第二小学教师纠正学生写字姿势

### 电子产品勿沉迷

“现在的孩子近视率越来越高，近视的起始年龄也越来越小，不少低年级的孩子已经戴上了眼镜。我认为其中很重要一个原因就是电子产品的使用越来越频繁。电脑、手机、平板等电子产品无处不在，这些电子产品对眼睛的伤害很大。尤其是手机，对眼睛的伤害最大，已经成了影响青少年视力的第一杀手！”葛琦告诉记者，很多家长为了联系孩子方便，早早地就给孩子配了手机，极大增加了孩子接触电子产品的时间和时长。低年级学生放学后在摇晃且光线不足的公交车上眼不离机现象非常普遍，其实这对孩子眼睛的伤害更大。读童话、看动画、上网课，这些都离不开手机或平板，这就加重了其对视力的影响，让孩子过早加入近视的行列。

葛琦表示，虽然电子产品对小学生的健康有负面影响，但也无法为他们提供一个完全不受电子产品干扰的环境，因此只能采取一些策略，尽可能避免电子产品给学生的视力带来负面影响。最重要的是引导孩子合理使用电子产品。家长要加强对孩子使用手机的督促管理，引导孩子科学、理性对待并合理使用手机。首先要让孩子认识到，电子产品只是给学习和生活带来便利的工具，要在孩子使用电子产品时进行合理地限制和指导，严格规划电子产品的使用时间，以避免孩子沉迷其中，导致视力疲劳，引导孩子注重保护视力，促进身心健康。

“需要注意的是，父母是孩子的榜样。很多孩子的行为习惯都受到父母的影响。不少家长只是口头命令孩子少玩电子产品，而自己却长时间玩手机，这样只能起到反面教育作用。”葛琦还提醒各位家长，大自然是孩子最好的老师和朋友，让孩子与自然接触，有利于建立和谐的亲子关系，有利于孩子的健康发展和重建健康的生活方式，也能有效缩短他们在电子产品上花费的时间。因此，家长应尽可能地利用周末、节假日带领孩子亲近大自然。家长、学校应联合起来，共同携手阻止小学生成为低头族，还孩子一双明亮的眼睛。

### 户外活动不可少

采访中，不少老师都表示，儿童青少年近视率升高的现象，是需要全社会关注重视并急需采取有效措施控制解决的问题。随着社会的急速发展，除了不良的用眼行为习惯之外，身体素质下降和学业负担过重等因素也成为此问题出现的主要因素。

“有研究表明，户外活动时间与近视的发病率息息相关。因此，作为学校，一定要通过落实体育与健康课程课时、增加户外体育运动安排等措施，保证学生户外活动时间。”据郑东新区永平路小学副校长张锋介绍，为了保证体育运动时间，该校除了保证国家规定的体育课时开足、上好之外，还在上午、下午各设置半个小时的体育大课间室外活动时间，并针对性地科学配置大课间项目及内容，确保学生体育锻炼有成效、切实增强学生身体素质。除此之外，该校

还优化课堂教学和课后作业，加强多学科作业内容优化融合，多布置实践性、动手类作业，在保证又减量的前提下，切实减少用眼时间和减轻学生课业负担。

张锋表示，我市公立小学多数都实现了“校内午餐和课后延时服务”，学校可以依据校情、学情，尽可能地保证并增加学生户外运动的时间。除了每天安排两次户外大课间活动之外，还从中午餐后时间里抽出半个小时，让学生进行户外自由活动，甚至是下午课后延时服务时间，也可以抽出半个小时让学生自由参与课外活动。课间，也应该引导孩子走出教室活动、远眺。“总之，让学生尽可能多地开展户外健身活动，一方面可以增强体质和抵抗力，更重要的是可以通过有效、有趣的户外活动放松心情、缓解用眼疲劳，达到科学护眼的效果。”

## 厉害了我的团

栏目记者 禹萌萌

本期社团：管城回族区创新街小学田径社团

## 运动场上竞风采

管城回族区创新街小学田径社团经多年发展，现如今已成为一个有梯队、有特色的成熟社团。2018年，学校为了田径社团更加专业化的发展，引进一批国际田联少儿趣味田径器材，为后期田径社团梯队化建设提供了有力保障。

该社团结合《义务教育体育与健康课程标准(2011版)》的要求和学校的实际情况，将趣味性融入田径运动中。低中段的学生以趣味化的田径运动和田径游戏为主要内容，高段的学生以趣味化的田径项目和竞技比赛项目为主要训练内容。社团根据学生的年龄特点安排不同的训练内容，通过形式多样的锻炼，着重提升学生参与田径运动的兴趣，发展学生的基本田径技能，让学生在享受快乐田径运动游戏的同时，提高身体素质、培养团队精神、造就拼搏竞争的决心和信心。

梯队化发展使参与社团的学生能够更加科学系统的学习和训练，田径人才也代代涌现。在学校体育组教师辛苦付出和孩子们刻苦训练下，创新街小学田径社团的孩子在区级田径比赛中多次获得第一名的好成绩，在河南省第一届少儿趣味田径比赛中获得D组男子5×80米接力第一名，D组女子5×80米接力、C组男子4×100米接力第二名和团体第八名的成绩。



学生在运动会跳远比赛中奋力拼搏



社团成员在河南省第一届少儿趣味田径比赛中荣获佳绩



田径社团硕果累累