



厉害了 我的团 栏目记者 苏立萌

本期社团：金水区金桥学校“金翼”航空模型社团
“金翼”乘风 逐梦翱翔



放飞自己制作的飞机



悬浮纸飞机训练

放学后的安静校园，是金桥学校“金翼”航空模型社团学生活跃的实训时间：试飞、调试机器、再试飞、挑战障碍物飞行……无论天气好坏，他们坚持训练，冷静应对各种环境，泰然面对种种困境，在日复一日的训练中收获着经验和成功。

为丰富学生课余生活，2017年，金桥学校成立了“金翼”航空模型社团，按照“科技引领未来，创新放飞梦想”的理念，培养学生动手动脑能力。来自三至六年级的50多位怀揣飞翔梦想的学生，在这里化身“小小飞行员”，通过社团日常训练以及各项省市级比赛，收获飞行的技巧和创新的快乐。

为增强团队协作力和凝聚力，日常训练中，社团成员掌握活动主动权，采取“老带新、高带低”的方法，分成4人小组，高年级同学一边帮助低年级同学操作，一边思考打磨自己的作品，主人翁意识空前增强。久而久之，产生了一批优秀的小助教，现在小组内的学生已经形成了互帮互助的学习氛围。为培养学生技能，社团教师樊楚浩总是耐心地为同学们讲解飞行器的飞行原理，以及木质、泡沫、纸质飞机的组装、调试飞行，还有遥控类飞行器的操控及使用。同时，该社团注重培养学生的团队精神和互助合作能力，通过设计丰富多彩的社团活动，充分调动学生的思维和兴趣。

2017年9月30日，“金翼”航空模型社团学生迎来首次比赛——郑州市首届创客教育文化艺术节“创之赛”3M+E项目预选赛，并大展身手。随后，在省市各项相关比赛中，总能看到该社团学生大放异彩、斩获佳绩的精彩瞬间。其中，2018年郑州市青少年航空模型锦标赛、郑州市创客教育文化艺术节“创之赛”4M+E项目赛上，该社团成员取得亮眼成绩，在河南省体育传统项目学校航空航天模型锦标赛上，荣获“体育道德风尚奖”。如今，孩子们在坚持不懈的社团训练中，探索着航空模型飞行技巧，感受着科学带来的无限魅力，让心中的“飞天”种子飞得更高更远。

教育时讯

文明出行 安全相伴

多校开展交通安全专题教育

本报讯(记者 李杨)在全国交通安全日到来之际，我市部分学校以“交通安全”为主题开展了一系列宣传教育活动，进一步增强师生交通安全意识及自我保护能力。

11月26日，管城回族区港湾路小学各中队开展了“快乐与安全同行”主题班会。队会上，辅导员向队员们讲解交通知识，出示不安全交通行为图片，使队员清晰认识到图片中的错误行为。随后，辅导员让队员们讨论：“为什么他们会出事？”队员们纷纷发表自己的看法。最后，辅导员利用“交通知识竞答”活动让文明交通意识和知识牢牢扎根队员心中。

为了让队员们懂得尊重生命、珍惜生命，进一步提高遵守交通规则的意识，管城回族区星火路小学于11月29日开展“交通安全进课堂”活动。各中队通过观看视频、学习交通安全知识、学认交通安全标志等形式，牢固树立道路交规意识，牢记安全守则。三二中队辅导员结合生活中的交通违规案例，深入分析违反交规带来的种种危害。活动中，全体队员及家长认真阅读《星火路小学学生交通安全承诺书》，并在承诺书上签字。

在高新区科学大道第三小学“守法知礼让，安全文明出行”交通安全主题班会，同学们在老师的带领下观看非机动车交通事故案例视频《别让守法缺失 莫用生命赶路》。随后，各班的小主持人带领大家共同了解交通安全日的起源，并学习了交通安全知识。同学们纷纷表示，今后会时刻遵守交通法规，为建设安全文明城市贡献自己的一份力量。

管城回族区银莺路小学也于近期开展了以“交通安全”为主题的教育宣传活动。该校副校长梁发强着重围绕“红绿灯”“过马路”“乘坐交通工具”“戴头盔”等方面有针对性讲解，并要求学生文明出行，安全过马路，不闯红灯，乘坐交通工具时系好安全带、戴好头盔。随后，各班利用班会观看交通安全教育警示片，同学们动手制作“安全文明出行”手抄报。通过一系列活动的开展，交通安全意识已深入人心。

为了广泛传播交通安全知识，联合“六员进校园”多方力量培养学生良好的交通安全意识，金水区优胜路小学还专门邀请校外辅导员交警大队警官孙航为四年级学生带来了一场精彩讲座。整场讲座动静结合，生动有趣。孙航从“马路不是游乐场”“上下学路上交通安全”“认识交通标志”“乘车的安全规范”“远离大货车”等方面进行讲解，通过生动的幻灯片、动画视频，看图猜标识等游戏，以孩子们喜闻乐见的方式对学生进行深入教育。同学们纷纷表示，今后一定要安全出行，除了自觉遵守交通法规外，还要努力做好小小宣传员。

专家支招预防网络沉迷—— 亲子共携手 宜疏不宜堵

本报记者 李杨



二七区外国语小学心理健康课堂上，学生表演戒除网瘾的情景短剧。

“妈妈，我想玩一下手机。”“等一下，我还要再玩一会儿……”孩子沉迷网络，依赖手机，几乎是每个家长都要面对的难题。

网络，让孩子看到了更广阔的天地，却也成了他们学习的天敌，亲子关系的枷锁。手机依赖，不仅占用宝贵的学习时间，还严重影响孩子的专注力和视力。如何才能帮助孩子们学会合理利用网络，预防手机沉迷呢？记者专门采访了我市部分学校经验丰富的老师和心理专家，快来听听他们的建议吧。

一味禁止不可取

孩子为什么会沉迷网络、依赖手机？采访中，大多数老师认为这种依赖主要是因为孩子在网络世界中找到了成就感。而对于这种情况，家长不能一味禁止孩子玩手机。孩子对手机的好奇，不是简单禁止就能浇灭的。有时，这种禁止对孩子来说反而是一种诱惑。

“学生喜欢上网，因为在网络世界里他们更加容易获得肯定。比如发布一段小视频，可以快速获得点赞和评论，赢得一场游戏也能极大满足孩子的自我成就感。”二七区长江路小学教育集团德育处主任陈亮表示，现实世界中，大人对孩子的要求往往是不允许做错过，不允许失败，就导致孩子不敢尝试、害怕犯错。而在手机上恰恰相反，在游戏中可以尽情犯错，随时可以重启，可以快速把刚才的错误转化为经验，从中获得快感，所以很难停得下来。

通过观察，陈亮还发现，接触网络也是现在学生的社交需要。当大家都在讨论一些网络热点事件时，如果自己没接触过，会感觉很难融入同学们之中。比如提到一些电竞明星或当红主播时，如果自己接不上话，会感到更尴尬。所以，孩子们也需要从网络中获取更多与其他同龄人交流的谈资，找到自己的存在感。

“作为老师和家长，我个人的意见是宜疏不宜堵。目前，短视频发展是大趋势，电子竞技已经进入了亚运会，直播购物也成为了千家万户司空见惯的购物模式，所以再强行要求孩子与网络割裂是不现实的，也是不科学的。作为家长，应该帮助孩子梳理这些信息，哪些是有积极意义的，哪些是低俗不可取的，而不是一刀切，完全禁止孩子使用手机。”陈亮说。

空白时间规划好

在这个时代，完全禁止孩子接触网络和手机，并不实际。那么，家长能做的就是预防孩子沉迷，让孩子学会合理分配学习和玩手机的时间，培养孩子的自控能力。

“在我看来，能不能控制住电子产品的使用，关键在父母。现在有不少父母把电子产品当成保姆来用，想让孩子安静，想忙些别的事情，就把电子产品往孩子手上一递，也不控制时间，基本到自己忙完为止，或想起孩子为止。因此，想让孩子科学使用电子产品，家长必须以身作则。如果家长每天都沉迷在手机和网络里，孩子也很难经得住诱惑。”金水区纬一路小学教导主任武艳玲认为，老师和家长应该首先让孩子明白，网络是虚拟世界，游戏也不能帮助解决生活和学习上的任何问题。老师在学校要全面关注学生的发展，激发学生学习的兴趣，帮助学生养成热爱阅读、喜欢探究的兴趣爱好。而家长也应该多抽时间陪伴孩子，充实孩子的精神生活，放下手机带着孩子多

到户外活动，增强体质，分散孩子的注意力，开拓视野。

预防孩子沉迷网络，最重要的就是帮助孩子做好空白时间的规划。武艳玲建议，低年级学生家长可以帮助孩子培养兴趣爱好，比如画画、跳舞、弹琴、练字等，用一些有意义的事情填满孩子的空白时间，他们自然就没有时间使用电子产品了。高年级学生对自己的空白时间要有自我规划，但毕竟是孩子，家长还是应该监督落实到位，和孩子一起制定规则，双方都要遵守，关键在于日复一日的坚持。如果孩子已经玩手机上瘾，或者沉迷于手机游戏，一定要及时找出原因，对症下药，可以和孩子一起商榷手机使用时长和范围，慢慢地缩短孩子使用时间，规范孩子使用手机范围和内容，引导孩子科学而合理地使用手机。需要注意的是，沟通过程中家长不可一味指责甚至打骂，不要情绪过激，更不要危言耸听，否则很容易引发孩子的逆反心理，造成反效果。

亲子和睦是良方

采访中，一些专业人士表示，大部分家长都认为孩子爱玩手机主要是自控力的问题，或者把责任全部归咎于网络。其实，孩子对手机上瘾只是一个表象，其背后有很多不容易被察觉的复杂原因。比如当亲子关系出现问题时，孩子就很容易逃避、逆反，进而拿起手机寻找快乐。

“我认为想要彻底预防网络沉迷，父母就要先从亲子关系入手，改变和孩子的沟通方式，改变陪伴孩子的方式，形成健康和和睦的家庭氛围，用爱填满孩子内心的空虚。在爱的滋养中，孩子才会更努力，更优秀。”管城回族区春晓小学校长贾慧娟表示，每个孩子内心都是在追求归属感和价值感，如果孩子因为缺少陪伴而感到孤独，因为不被认可而感到失败，就很容易到网络、游戏的世界里寻求安慰。作为老师和家长，应该多关注孩子的进步，鼓励孩子做有意义的事情。她建议家长能抽时间多陪伴孩子，和孩子一起参加体育锻炼，一起进行家务劳动，最好是能培养孩子的阅读兴趣，形成良好的阅读习惯。

二七区外国语小学心理健康教师、国家二级心理咨询师范淼也认为预防网络沉迷的关键是打造良好的亲子关系。“对孩子成长而言，良好的家庭环境、亲子关系至关重要，家长要学会认可、欣赏孩子，理性看待孩子间的差异，尊重每个孩子自身的发展节奏和特点。父母需要管理好自己的情绪，在养育孩子的过程中不断学习、反思和成长，同时，要把握好尺度，既要支持引导，积极鼓励，又不要操之过急、盲目干预。”

对于如何打造良好的亲子关系，范淼也为各位家长提出了建议。首先，要做教育型的父母，多看有益的书籍，认识到孩子现在的年龄特点以及他们的身心特点；其次，不要把自己的理想和期望转嫁到孩子身上，每个孩子都是独一无二，都有自己的闪光点；家长还要多与孩子沟通，体会他们的内心世界。孩子的学习固然重要，但是身心健康更为重要。与人为善，热爱运动，兴趣广泛，学会与人沟通和相处，这些都是孩子心智情商发展很高的表现。

校讯速递

栏目记者 张震

镜观教育 栏目记者 张震

文化路第一小学翰林校区 创新管理方法 促进“双减”落地

为深入贯彻落实国家、省市“双减”文件精神，金水区文化路第一小学翰林校区近日开展落实“双减”工作“大学习、大讨论”活动。

本次活动从学校管理人员和教师两个层面，分别围绕“学新政 悟方法 创新管理促进学生全面发展”“学新政 悟方法 提升素养改进教学”两个主题深刻解读“双减”内涵，完善落实“双减”推进策略。

该校全体班子成员认真学习领悟“双减”政策内容，并结合学校乐享教育育人理念，对教育发展理念的回归、教育生态的重塑和教育治理的创新进行深入思考，积极落实“双减”政策，强化学校教育主阵地作用。各学科组老师围绕“为什么减、减什么、怎么减”等问题进行讨论，分别从课堂教学、作业设计、学习评价等方面梳理了目前的思考、做法以及困惑，进行有针对性的讨论交流。

惠济区艺术小学 开展社会实践 助力学生成长

为增强学生的社会实践能力，让他们体验生活中的乐趣，培养劳动意识，惠济区艺术小学于近日开展“小小采购员，今天我当家”社会实践活动。

出发前，每个学生根据家庭实际需求，列出了详细的购物清单和预算表，计划好周末去超市进行采购的时间。进入超市后，孩子们立马认真查看起物品标签，根据自己的购物清单选择心仪的商品，在随后的结账过程中还帮助收银员计算价格。

每一次经历都是一次成长，每一次锻炼都是一份财富。采购结束后，孩子们纷纷用自己的方式记录所见所感，认真总结此次采购的收获与不足。此次实践活动让学生做了一次真正的小主人，用眼、用心获得了最直观的感受，做到了“知行合一”。



惠济区兴隆铺路小学于近日举行首届趣味运动周活动。爱的魔力转圈圈、螃蟹运球、小小神投手等竞赛项目考验了学生的体力和智慧，更培养了学生的团结协作精神和集体意识。

日前，二七区兴华街第二小学联合郑州市文明办的志愿者开展红色知识有奖竞答活动。少先队员们志愿者的引导下参观了党史红色长廊，传承红色基因。竞答环节，学生们踊跃参与、积极作答，展现出扎实的理论基础和良好的精神风貌。

