

致敬追光者

走近那些向光而行的一线教师 栏目记者 周娟 李杨

满载星辉 奔赴热爱

追光者：郑东新区白沙中心幼儿园 冉瑞玲



育人心声：满载一船星辉，在星光斑斓里放歌。

心怀热爱，方能奔赴山海，静待一树花开。参天大树始于不禁风的幼苗，她在幼苗的根茎上浇灌人生第一滴水，她用自己的一言一行，影响着孩子们成长。她就是郑东新区白沙中心幼儿园教师冉瑞玲。

在冉瑞玲心中，教育就是一个大孩子带着一群小孩子不断追求的过程。而她也时常感慨：“孩子是那么纯粹，与其说我在教育他们，不如说是他们每天在用‘爱’治愈我。”

当清晨的第一缕阳光照进来，她打开窗户通风换气，为教室更换新鲜空气，迎接孩子们的到来。美好的一天在与小朋友的问候中开始。每天晨检时，她都会先和每一位小朋友问好。对于班级里比较腼腆的幼儿，她会进行多次鼓励，鼓励孩子敢于开口说话。慢慢地，会有小朋友热情主动回应“冉老师，早上好”；渐渐地，班级里比较腼腆的小朋友也可以做到主动与老师问好。家长会时，冉瑞玲也收到了来自家长惊喜的反馈——孩子们都变得更加健谈、开朗活泼。

在冉瑞玲看来，孩子的世界很童真，他们能直接感受到老师对他们的爱，而爱与责任是相互交织不可分离的。因此，她在日常的保教工作中全身心地投入，把这种博大而宽宏的爱不断转化为日常保教活动中的耐心、责任心，从利于孩子心理和生理健康成长的角度出发，精心设计每一个活动，让孩子在幼儿园健康快乐地成长。

棋类游戏是孩子们快乐成长的魔法钥匙。当冉瑞玲拿出各种精美五子棋时，孩子们的眼睛瞬间亮了起来。“老师，这是什么呀？”一个小朋友好奇地问。“这是五子棋，它是非常有趣的棋类游戏。”她微笑着回答，耐心地给孩子们讲解五子棋的基本规则。看着孩子们专注的眼神，她知道，孩子们已经被这个神秘的游戏吸引了。

随着时间的推移，她开始设计更多趣味横生的游戏环节，如“找朋友”“限时挑战赛”等，这些活动进一步激发了孩子们的竞争意识与团队协作精神。此外，她还引入了“复盘活动”，引导孩子们回顾自己的棋局，总结经验教训，学会从失败中汲取智慧。

孩子们对棋类游戏越来越着迷。他们会在自由活动时间主动拿出棋盘，邀请小伙伴一起下棋。在这个过程中，他们学会了遵守规则，懂得了轮流下棋，不要赖皮。他们也学会了思考和决策，每一步棋都要经过深思熟虑。在与小伙伴的对弈中，他们还学会了尊重对手，即使输了也不气馁，而是勇敢地挑战下一局。

“爱是教育的基础，是老师教育的源泉，有爱便有了教育。”冰心的话深深触动冉瑞玲，鼓励她为实现爱的教育而不懈努力。“一腔热血温故土，四季甘霖润嘉禾”，冉瑞玲无悔曾经的选择，她将继续“撑一支长篙，向青草更青处漫溯”，因为她深信，终有一天，她会“满载一船星辉，在星光斑斓里放歌”。

从“心”出发 携爱而行

追光者：郑东新区龙子湖幼儿园 张倩倩



育人心声：作为一名幼儿教师，让自己的每一句话，都如磁石般有力，吸引幼儿对其聆听；每一缕微笑，都如花朵般美丽，让幼儿为其着迷；每一次互动，都如母亲般慈爱，使幼儿不由自主地簇拥。

在郑东新区龙子湖幼儿园“养根教育 携爱同行”关注儿童视角教育理念的引领下，张倩倩在一次次与孩子们互动的过程中发现，原来同一件事在儿童的视角中会呈现与成人不同的世界。

孩子们眼中的世界总是五彩斑斓，一次不经意的表扬，一个认可的眼神，都会让孩子发现自我的价值。在日常生活中，她更专注于孩子们的表现，寻找他们的闪光点。在她看来，每个孩子都是与众不同的，都有独一无二的颜色，而她要做的，就是用心引导，激发潜力。

在儿童的世界中，她用“一米身高看世界”，以儿童的视角解决生活中的问题。区角游戏中，“老师，浩浩抢我的玩具。”琪琪大声喊道，她蹲下身来，与浩浩沟通后才知道，孩子的初衷是想为已经搭建的“楼房”装一个游乐场。

孩子们童真可爱，她抓住孩子日常活动中的每一个教育契机，总是以儿童的视角去看待问题，让教育生活充满童趣，让孩子拥有更多的兴趣，在孩子的生活中创造更多属于他们的“哇”时刻。

教育路上，最完美的关系就是家长信任老师，老师全力奔赴。她设立“儿童存折”投放在家庭中，帮助家长学会关注儿童年龄特点与发展；她在班级中开展集“生肖”“愿望”活动，助力家园共育，抓住生活中的教育契机。在与家长交流沟通的过程中，她始终怀揣一颗真诚之心。她的真诚如同温暖的阳光，照亮了家长与幼儿园之间的桥梁，也让家园合作更加紧密。

幼儿教师——一个平凡的称谓，却肩负着不平凡的使命。今后，她会继续“随儿童，善等待，巧支架”，走近儿童、看见儿童、理解儿童，更好地发现儿童的一百种模样，理解儿童的一百种语言。在对未来的憧憬与期待中，继续探求幼教事业，一路向阳而生，逐光而行。

教育，是一场温柔与爱的交织。张倩倩深知，面对孩子们，最重要的一件事，就是学会用“爱”沟通。

担任小班班主任时，她总是用无尽的爱心和耐心关注孩子们，帮助新入园的孩子克服分离焦虑。她告诉孩子们：“老师妈妈会像妈妈一样陪你吃饭、陪你玩耍、陪你学本领，当你遇到困难需要帮助时，老师妈妈也会帮你一起解决。”她观察入微，关注着孩子们的情绪变化，及时给予安抚；她热情亲和，与孩子们一起游戏；她条理清晰，机智化解孩子们之间的小矛盾。她把笑容挂在脸上，她把孩子放在心上。她用暖暖的微笑、温柔的语言、平和的情绪换来孩子们满满的安全感与归属感。

师情师语

呵护童心 聆听花开

不知不觉从教已有20年，小小一方三尺讲台，承载了我二十年的青春时光。二十载寒来暑往，我默默耕耘，默默坚守，与生同行，以真心为底色，以耐心为颜料，以爱心为画笔，努力刻画一个最美教育工作者的模样。

“每个孩子都像一把锁，只有对应着他们的正确钥匙，才能打开孩子们真实的内心世界。”常年的班主任工作使我养成了每天和学生谈心的习惯，通过谈心，第一时间了解学生的生活和学习状态，掌握他们的情感需求。再通过解惑、疏导，帮助学生调整学习和生活状态。

班上有个男孩叫小艺(化名)，从来不交作业，也不参与小组值日；各科老师见着他就头疼，因为这孩子不会好好听课，要么是乱涂乱画，要么是跟周围的同学聊天，扰乱课堂纪律；只要班里出现状况，那一准是小艺，没得跑。我知道批评指责对于这样的学生没什么用，于是，我

经常在课下跟他聊天，我了解到小艺特殊的家庭背景：单亲家庭，妈妈是医护人员，工作忙，照顾陪伴他的时间不够，大部分时间小艺的衣食住行都由姥姥姥爷负责，而“隔代亲”又使得老人溺爱包办孩子的一切活动，长此以往，小艺丧失了很多成长的机会。

获得了孩子第一手“背景资料”后，我从家庭教育和习惯养成两方面入手，一方面，跟小艺的妈妈电话联系，进行家庭教育指导，在家不断给孩子创造机会参与家庭劳动，让孩子在锻炼中获得肯定和自信。另一方面，在学校注重培养其良好的学习习惯，如专心听讲、认真做笔记、规范书写等，同学和老师做监督者，每天都跟孩子沟通反馈，及时鼓励，形成良好的互动循环。一学期下来，小艺改变很大，通过努力，收获了各科老师的夸奖，大家一致认为小艺进步了，不仅如此，他还参加了市级的编程比赛，整个人都自信了，脸上的笑容也多了。

每一粒种子都值得等待，等待一个华盖参天的未来。

那一天，我接到了家长的“投诉”——小艺(化名)在家里跟妈妈犟嘴，妈妈说一句他顶三句，爸爸赶过来劝架，他却对爸爸动手，妈妈气得崩溃，特意打电话给我寻求帮助。接到这样的“投诉”，我既好笑又欣慰，好笑的是，孩子慢慢长大，家长的教育方式却还停留在孩子幼儿阶段，不能与时俱进；欣慰的是，家长如此信赖认可老师，第二天，我便与小艺谈心。小艺说，平时无论自己说什么，妈妈都反对，一点不信任他，这让他很生气，所以就跟妈妈对着干，其实，现在自己也有点后悔。我发现，小艺同学虽然有点叛逆，那也是“渴望长大”的强烈愿望，于是，我跟家长沟通，分享了许多有用的家庭教育管理视频，劝导家长改变交流方式，学着尊重孩子的感受，尝试支持孩子独立乘公交车上学，尝试让孩子学习

喜欢的吉他，渐渐地，家长学会了放手，孩子也在锻炼中获得肯定和自信。

在学习《红楼春趣》一课时，小艺毛遂自荐，不仅把自己在课外搜集的背景资料都展示给同学们，还梳理了人物关系，获得了同学们的一致称赞。随后，小艺又自觉承担起班级看管清点足球的任务，颇有班级主人翁的自觉性。有天放学，小艺妈妈专门给我打电话说，现在孩子在家学习变得积极主动了，会主动安排学习和生活，也不再跟家长唱反调，还是张老师有办法！

阳光普照万物时，它并不在意每一朵花是否都能散发出幽香与芬芳，它所在意的是，光线的每一个细微部分，是不是都给了花瓣最温暖的抚摸。我将班级中的每个孩子都视为一粒种子，无论你是花、是草，还是树，都会悉心呵护，静静守候。

郑州龙门实验学校教育集团 张艳艳

帮助孩子戒掉拖延

孩子拖延怎么办?《戒掉孩子的拖延症》有妙招。《戒掉孩子的拖延症》这本书列举了28种拖延症的类型。如：我们最关注的“写作业拖拉”“不知道做什么”“没有时间观念”“害怕失败而拖延”“过度在意细节而拖延”“上学总是迟到”等。每一种类型都有详细的案例，都对拖延的原因进行了深度解剖，还附有非常详细的解决办法。戒掉拖延的方法总结下来就是三大部分：提升时间管理力，锁定外在与生理条件；提升压力适应力，做好正向情绪的管理；建立良好互动与生活公约。

有一种拖延，叫“不到最后一刻绝不开始”，但好像每次都能赶在事情截止日期前完成。作者告诉我们，要启动一件事、解决拖延，一定要从最简单的部分开始。我们可以引导孩子做一个简单的启动仪式，从他最擅长的事情，或者眼前最需要解决的事情开始，也就是破除万事开头难。过程中，我们要观察孩子掌握进度的能力，同时，定期检视进度、设立截止日。提醒学生不要高估自己的能力，不要认为自己可以在极有限的时间里高质量完成任务。像我们班，今年五年级了，学生们的时间观念不强，有一些学生就有明显的拖延习惯，刚开始不着急，一说快下课了，犹如“囫圇吞枣”一样不引导，写保证书，孩子比大人更能遵守约定。其次，亲子携手克服拖延。和孩子一起分析彼此有哪些拖延的习性，设定一步步改变的目标，并约定当拖延再次出现时，要互相提醒、加油打气、互相帮助。比如，作为家长，我会告诉孩子，很多困难的事情你都做到了，这个你肯定也可以做到。所以，孩子现在经常说的一句话就是“坚持就是胜利”。

经常会有家长问老师，孩子做事总是拖拖拉拉怎么办?深挖原因，我发现做事拖拉的孩子，他们的父母大部分也爱拖延。我在这本书最后一种拖延症类型里找到了答案。父母自己爱拖延，孩子有样学样怎么办?首先，父母要展现改变的决心。坦诚地让孩子知道自己也有拖延的毛病，拖延导致很多不好的后果，同时，表现出改变的态度和决心。比如，写保证书，孩子比大人更能遵守约定。其次，亲子携手克服拖延。和孩子一起分析彼此有哪些拖延的习性，设定一步步改变的目标，并约定当拖延再次出现时，要互相提醒、加油打气、互相帮助。比如，作为家长，我会告诉孩子，很多困难的事情你都做到了，这个你肯定也可以做到。所以，孩子现在经常说的一句话就是“坚持就是胜利”。

现在，很多人推崇躺平，崇尚慢生活，乐于摆烂，好像拖延是一种时尚。书中说道，如果有一些事情是必须要做的，那么，拖着不做必然成为焦虑的帮凶。一旦成功克服拖延，你将重新找回自信，更懂得欣赏与接纳自己，并在生活中活出更漂亮的身影。

金水区利智学校 刘小向

自卑的“显眼包”

课堂上，老师问：“这个为动物建造的小房子，同学们还有哪些改进意见呢？”未加思考的小明(化名)很快举起手：“老师，这个‘狗窝’多少钱？我也想去住。”答非所问的话语、貌似搞笑的发言引得同学们哈哈大笑，所有人的目光一下子都聚集到了小明身上。本该正常的课堂，瞬间变得混乱喧哗，老师的脸色已然有些生气，小明却还未意识到自己的错误。

这样的状况时有发生，小明在课堂上喜欢说一些幼稚、搞怪、与众不同的话语，老师不提问他时，他甚至故意接话，不仅扰乱课堂秩序，还打断老师上课的节奏。

大家都说他是班级里的“显眼包”，爱表现、哗众取宠。久而久之，这种行为导致外界对他的评价降低，破坏人际关系，甚至引发矛盾

与冲突。为了帮助小明改变现状，我对小明的行为表现进行深入剖析。

行为分析：1.哗众取宠可视为自卑的表现，通过夸张、引人注目或过分迎合他人的方式来吸引注意力，以期得到他人的认可和赞赏。这种行为背后可能隐藏着一种内心的不安和自卑感，因为这些人可能认为自己缺乏真正的价值或能力，只能通过这种方式来弥补自己的不足。

2.缺乏是非标准，他并不知道自己的这些言语行为是不尊重别人的表现，他仅仅是想博得大家的注意，但却缺乏分寸和是非观念。

解决策略：1.刻意忽视他的哗众取宠行为。我告诉同学们、各科任老师以及他的家人，遇见小明的这种行为，我们都选择刻意忽视，让他逐渐意识到这

种行为是得不到大家的关注的。只有合理的言语行为，才会得到大家的积极关注，他一旦有良好的表现，要给予表扬和奖励，不断地正向引导，有利于行为的强化。

2.给他更多的关心和关爱。被关注是每个孩子的心理需求，当他出现这样的行为时，不要刻意打压，也不当众批评嘲讽。明白他内心深处的自卑与脆弱，引导他反思自己的动机和行为方式，鼓励他尝试用正确的方式表达想法。

鉴于小明的基础知识掌握不是太好，课下我会给他单独辅导，也会安排乐于助人的同学跟他坐同桌，对于他的点滴进步，我都给予高度肯定与赞扬，课堂上也会把目光多停留在他身上，一些稍微简单的问题也会叫他回答，偶尔的精彩发言也能让大家情不自禁为他鼓掌。无形之中，慢慢消除他内心因为成绩带来的自卑感，

渐渐找到学习的自信心。

3.帮他找到闪光点，增强自信和自我价值感。小明的闪光点是头脑灵活，胆量大，爱举手，有时候思考问题的角度很新颖，发言也有创意。于是我就在班级里为他“量身定制”一场辩论会活动，身为辩手的小明在活动中敢想敢说，展示出了自己的优势，大放异彩，赢得阵阵掌声。

班级里有一些小型活动，我也会邀请小明做主持人，其不怯场的台风、自带幽默感的话语，都能点燃活动气氛……小明的闪光点在一次活动体验中被不断放大，自我价值感不断提升，内心的自信也越来越足。

郑州市创新实验学校 徐伶俐