

文明漳州城 爱拼才会赢

## 汲一汪文明清泉 润一片卓然沃土 ——华安县第二实验小学文明校园风采



华安县第二实验小学校园

华安县第二实验小学创办于1997年,2000年9月正式独立办学。学校秉承“滴水穿石,天天向上”的办学理念,着力打造“小水滴”育人特色。先后获得“首批省级师范教育实践基地”“义务教育教改基地”“省首批小学劳动社会实践基地”“漳州市2022年度十佳平安校园”“漳州市五好基层关工委”“漳州市第二届文明校园”等荣誉称号。

### 水滴文化 润物无声

近年来,华安县第二实验小学用水之色,用水之形,把水滴文化渗透到书香校园、墨香校园、精美校园、智慧校园结合起来,融入校园景观、文化、制度和网络等各种环境建设,形成独特的水滴文化,得到“中国好老师”行动公益办公室推广。走进校园,蓝色的校服、蓝色的校道、蓝色的教师工作手册、“水宝叮咚”大型玻璃钢雕塑、“水之念”水滴少年个性展板、校道水滴logo、水宝大头贴拍照雕塑等随处可见。徜徉校园,可以切身体会学校精心打造的“水之源、水之蓝、水之韵、水之德、水之声、水之恋、水之道、水之梦”八个主题的浓厚水滴文化。

### 滴水穿石 启智润心

开创建育新形式,设立学生行为习惯养成评价机制——“天天向上”,该项目获漳州市教育教学成果奖一等奖。每学期评选出60名品学兼优的“水滴少年”、30名“水宝少年”,订制水滴少年服装、设计玩偶“水宝叮咚”,邀请家长一起参加期末闭幕式

### 薪火传承 久久为功

以党史教育为契机,打造“红色经典进课堂”品牌党建项目,用好用活李林、许地山、钟南山等10支先锋队,开展“英雄在我心”“红色经典进课堂”“寻访红色足迹”活动,引导少年儿童学党史、颂党恩。作为市级非遗传承基地,组建非遗学生社团,开设《竹天下》课程,挖掘竹歌、竹舞、竹编、竹画、竹文等特色,并把竹竿舞作为学校阳光体育大课间运动项目。充分挖掘节日文化内涵,以年龄段为单位,每年轮流开展“春节·和”“元宵·圆”“清明·忆”“端午·念”“中秋·思”“重阳·爱”等六大节日主题活动,讲故事、唱歌谣、跳民族舞、搓汤圆、做花灯、品月饼,将中华优秀传统文化和美育外化于行,内化于心。

汲一汪文明清泉,润一片卓然沃土。华安县第二实验小学将继续以水之品质铸崇高师德,水之灵动育茁壮新苗,水之精神营造文明新风,奋力开启立德树人新征程。

## “课服”阳光促成长 万紫千红总是春 ——华安县仙都中心小学文明校园风采



华安县仙都中心小学校园

仙都中心小学位于土楼故里、铁观音之乡华安县仙都镇,创建于1931年春,是一所文化底蕴深厚、办学历史悠久的省级农村示范校。该校坚持“以人为本,和合共生”的办学理念,为孩子们提供有温度、有跨度、有亮度的“1+N”课后延时服务课程体系。先后被授予“福建省义务教育管理标准化学校”“漳州市小学科技教育示范校”“漳州市体育工作先进集体”等荣誉称号,连续5届被评为“漳州市文明校园(学校)”。

### 戏剧——擦亮乡村振兴“非遗”特色

作为创建多年的乡村学校少年宫,仙都中心小学挖掘出农村原有的乡团资源,于2018年9月,开设戏剧社团,每周聘请校外4位专业老师进校为学生授一次课,让学生们深入了解和学习戏剧表演的艺术形式、唱腔特点、表演技巧等,并在非遗文化的滋养下茁壮成长。如今,又引入现代元素、多元化表演形式,学生渐渐迷上了这项闽南文化瑰宝。戏剧表演参加校级、镇级、县级文艺汇演,均深受好评。剧目《华安颂》在“建党百年,与国同庆,展我风采”比赛中荣获二等奖。“戏剧社团”已成为仙都中心小学一张靓丽的名片。

### 茶艺——传承中华民族优秀传统文化

茶道、茶史、茶器,感知茶韵风景;识茶、泡茶、品茶,感悟生命细致。中国是茶的故乡,也是茶文化的发源地。2014年来,学校将茶文化引

### 创客——科技引领创造美好未来

自2018年创建创客室以来,开设智能仓储、Steam教学机器人、创意编程等丰富的创客活动课程,每年科技节开展“童心探科学 共创科技梦”为主题的科技节系列活动。阿尔法机器人跳舞表演(春晚机器人)、超变战场赛游戏体验、绿茵小将赛场体验等,充分挖掘学生的潜能。在2021—2022学年漳州市青少年儿童科技创意大赛,林博晨同学荣获个人三等奖;在“漳州市第三届创客大赛暨人工智能与机器人挑战赛”,苏钰棋、林博煜组队参加“智能仓储”项目获得三等奖;林洛琛、林博煜参加“三维虚拟机器人”项目获得二等奖;蒋思颖参加“三维虚拟机器人”项目获得三等奖。

潜能谱写课后服务,绘就教育幸福时光。仙都中心小学将以市级文明校园为推手,不断优化、创新课后服务内容,让学生在“课后服务”这股春风的吹拂下,丰富、多彩且有温度地向阳光开,健康成长!

本组文图由 市委文明办 提供

## 平和二中:千人诵读开启新学期

本报讯(记者 苏水梅)2月20日上午,平和二中全体师生齐聚校园,举行“平和二中2024春季开学典礼暨《少年中国说》千人诵读”活动,共启新学期、新篇章。

“惟留恋也,故保守;惟希望也,故进取;惟守恒也,故永日;惟进取也,故日新……”活动中,师生们用抑

扬顿挫的语调和激情四射的情感深情诵读。“在开学典礼上举行集体诵读《少年中国说》,很有仪式感。”平和二中教师杨贺铭介绍,新学期伊始,活动弘扬爱国主义精神,强化爱国主义教育,激发同学们学习、读书的兴趣,从而学会做人、学会做事、学会相处、学会学习,做到“知行合一”。

## 孩子的压岁钱该如何打理——

# 取之于娃 用之于娃?

### M 关注

每逢过年,对于孩子们来说,压岁钱可能比年夜饭桌上的美味佳肴更吸引眼球。随着生活水平的提高,不少孩子的压岁钱红包也越来越丰厚。近些年有关压岁钱的话题频频在春节假期登上热搜,年过完了,面对孩子动辄四位数的压岁钱,是该任由孩子自己打理,还是由父母代为管理,让不少父母头疼不已。



小朋友正在展示自己收到的红包

### 家长:孩子主动上交最好,一同规划压岁钱的使用

在压岁钱的处置方式中,孩子把钱上交父母一直都是最稳妥的选择。父母有着更为丰富的生活经验,跟孩子相比对于钱财的打理规划也会做得更好。

今年读小学六年级的毅同学,从小学一年级开始,每年都会把自己收到的压岁钱整理出来,放在一个大红包里,统一交给爸爸妈妈保管。虽说都上交了,但是每一笔压岁钱爸爸妈妈都会记在专门的记账本上,每年交了多少压岁钱以及压岁钱的使用情况都会进行记录,每个季度也会跟毅一起对账。

相比于毅同学主动上交压岁钱,也会有少部分家长要求孩子将压岁钱上交,由家长进行“保管”,不给孩子处置的空间,这是否合理呢?根据《民法典》中“八周岁以上的未成年人为限制民事行为能力人”,《民法典》规定,限制民事行为能力人可以独立实施纯获利益的民事法律行为。而压岁钱就属于纯获利益的民事法律行为,作为八周岁以上的孩子,有权使用自己的压岁钱。因此如果父母选择以代为“保管”为由没收孩子的压岁钱,用孩子的压岁钱进行消费,实际上是违反了法律规定。

### 孩子:长大了有自己的消费观,家长也需正确引导

实际上,让孩子从小就支配自己的压岁钱,有助于培养孩子正确的金钱观和消费观,也避免出现离开父母独立生活后生活费使用不当的情况。不过每个小孩成长环境的不同,也会让他们在压岁钱的使用上有着不同的方式,这时候也需要父母在其中进行正确的引导。

“今年的压岁钱一共有1900元左右,这笔钱我要先给自己买一双在家里穿的洞洞鞋,然后在新学期开始之前再买一双新球鞋,接着期中考试结束之后,再买一双球鞋。”在刚上初中的小城同学跟记者透露自己的压岁钱使用计划中,绝大多数开销都是去买鞋。

此外,由于每一笔压岁钱的开销还需给妈妈审阅,小城便将压岁钱使用计划写了出来,并交给妈妈“审核”,虽说小城的妈妈对于孩子买那么多双鞋的计划也感到奇怪,但还是支持他的计划。“孩子都上初中了,只要花的每一笔钱都有意义,压岁钱想怎么花都可以。”对于孩子的计划,小城的妈妈表示支持。

与小城同学不同的是,高中生阿杰同学并没有对自己的压岁钱花销进行合理规划。今年春节,阿杰在整理完所有的红包并统计压岁钱的总

数额后,便把压岁钱藏了起来,以备自己在新年的花销。据阿杰的家长透露,根据往年的情况,有时候明明在家里有新鞋的情况下,阿杰还是会用压岁钱买下一双新鞋,有时候看游戏里的哪款皮肤,便会请哥哥姐姐代为购买。“我跟他老爸商量好了,新的一年,他的压岁钱每一笔开销都要记录,有些不该花的冤枉钱就不让他花,以免上大学后,他还不懂得节制,导致生活费不够花。”阿杰的母亲告诉记者。

### 老师:对于压岁钱的合理规划,有助于培养理财意识

无论是孩子自己主动上交压岁钱,给父母代为管理,还是自己存下来,进行合理有效的购物计划,都要根据孩子的年龄、孩子的金钱观以及家庭财务情况等多种因素合理规划。根据不同年龄段孩子的情况,记者也采访了漳州市新桥中心小学的韩艺丹老师和漳州二中吴雁弘老师。在家庭生活中,小学生们的吃喝玩乐几乎都由父母一手操办,因此小学生自己的开销并不会很多,不过家长可以通过对于压岁钱的规划,帮助孩子树立正确的金钱观。对此,韩艺丹老师觉得,家长可以帮助孩子列一个一年压岁钱的花销统计表。“表格中可以根据孩子的情况设置‘购买学习用品’‘购买零食’‘备用金’等每月固定金额,‘礼物金’等特定开销,以及‘年收益’和‘年结余’等多种账目,并在一年内将每一笔压岁钱的开销都记录下来,可以按照每个季度或者每个月跟孩子对这些钱进行复盘,看看哪些钱该花,哪些钱不该花。”韩艺丹老师表示,这样不仅可以让孩子对自己的压岁钱做一个管理,也能培养孩子正确的金钱观和消费观。

跟小学生相比,中学生正处于青春期,注重追求独立处理金钱的权利,日益丰富的商品,越来越大的学习压力,都刺激着这个阶段的孩子的购物欲。吴雁弘老师觉得每年一次的压岁钱,实际上给了每个家庭一次绝好的教育机会。“家长们不要直接代替孩子保管压岁钱,或者过多地干涉孩子对压岁钱的分配,可以为孩子建立一个专属账户,然后再引导孩子进行合理分配——及时储蓄,适当投资、正确消费。引导孩子了解金融理财方面的知识,启发一下孩子的理财意识,和孩子一起制定理财方案和投资方案,在丰富理财知识的同时,通过每年的理财实践逐步形成完善的投资理财观念,这对孩子的成长和未来独立生活更有帮助。学会理财是每个孩子成长的必修课,它不仅培养了孩子的财富观、价值观,更决定着孩子一生的格局。”吴雁弘老师告诉记者。 ◎本报记者 刘健宁 文/图

### M 教育问答

## 如何精神饱满开启新学期?

本报讯(记者 陈慧慧 通讯员 成明)近日,我市初中、高中寒假正式结束,开始新学期。那么,新学期来临,同学们要如何做好情绪调适?开启全新学习生活需要注意哪些?日前,记者采访了厦大附中心理辅导员的相关老师,为同学们答疑解惑,一份“开学正确的打开方式”,请查收!

### 运用“SWTC”法调节情绪

“开学了,有的同学会出现一些消极的情绪感受,同时还会有失眠、嗜睡、头晕、记忆力减退等现象。这是因为假期当中身心都处于放松状态,一下子进入到高强度、快节奏的学习生活中,出现较大落差而导致的。”对于新学期的情绪调适,厦大附中心理教师赵曼丽认为,要合理宣泄。面对开学的焦虑,同学们可以找好朋友聊一聊,将自己的不安讲出来,也可以进行适当的运动,通过挥洒汗水,将自己的负面情绪宣泄出来。要给自己积极的心理暗示。“学期之初不妨给自己一个暗示:新学期就要开始了,太好了!我可以和同学一起在操场玩耍啦!我又可以学习到新的知识!我又可以上我最爱的课啦!积极的心理暗示可以有效增强我们的愉悦感,让我们精神饱满地迈进新学期。”赵曼丽提出,可以运用“SWTC”法调节情

绪。什么是“SWTC”法?就是,STOP“停”——中断负向思维的扩展。首先,通过呼吸进行放松。慢慢闭上眼睛,把手放到腹部做一个腹式呼吸,先用力把气吐出去,让肺部清空,再深深吸一口气,屏住三秒,再用力大口吐气。再花一分钟的时间回忆一件美好的事情。WRITE“写”——勇敢表达负面情绪。拿出便签纸或者日记本,将自己的不安、害怕、忧虑、愤怒等负面情绪写下来,并写下此时此刻让你最困扰又无法解决的问题。THINK“思”——开启理智积极思考。在大脑中检索,回忆一个自己曾经成功解决问题的经历(学习或生活),通过回忆成功时的自信感受,激活自己的内在力量,告诉自己:我是有能力解决问题的,我可以以渡过当下的难关。CHANGE“换”——换种思路重新思考。再拿出自己写下的小纸片或日记本来看一看,让我们换一种思路,带着积极的态度,重新再思考一下解决问题的方法。

### 制定新学期新计划新目标

厦大附中心理教师魏瑶琪则为学生提供了一份超完备的开学行动指南。“开学了就要尽快从‘猫头鹰’调整成‘百灵鸟’哦。最好的方法是给自

己定个时间计划表,从开学的第一个星期就开始调整——按时起床,晚上不要熬夜,同时在一天的学习安排上加入运动时间、读书时间等。这样会更快帮助你进入上学的作息状态。”魏瑶琪说,新学期伊始,要复习旧知识,预习新知识,做好每日学习计划,做好复习和预习工作,让新旧知识得以更好衔接。同时,开学后要对自己的学习以及生活用品进行归类整理,列出清单,做好学习生活的各种细节准备,提升自己对新学期的期待。

寒假期间,可能有些同学对手机、电脑等电子产品的使用已成习惯,我们如何在开学前控制电子产品的使用频率呢?魏瑶琪提出,采取“隔离法”。如将手机调成静音,放在看不见的地方,减少无关刺激的干扰;或者等待10分钟。神经科学家研究发现,大脑经过10分钟的等待之后,就不会再表现出对即刻想要的东西有强烈的偏好了。“同学们要专注于手头的任务,等过了10分钟想玩手机的念头就没那么强烈,也许已经沉浸在学习之中了。”最后,魏瑶琪提醒,新学期同学们还要结合自己实际情况,试着制定新学期的学习目标和计划,或者将目标分解,制定阶段性的目标,树立学习的信心。

### 在实践中提升英语水平

上大学后,李方妍觉得自己的英语水平有了显著的提升。在她看来,西北工业大学是一所理科占据很强优势的大学。“说实话,起初我并不太喜欢英语专业。”李方妍说,她目前就读的西北工业大学长安校区,坐落于秦岭山麓,学校的学习氛围很浓,学校是以三航为特色的综合性大学,校园内有很多与航天、航空、航海有关的景观,随处可见飞机模型。“一个学生进入大学学到什么固然重要,但更重要的是受到一种文化的熏陶。”

“寒假期间,回到家乡,正好可以利用乡村实践活动来检验一下自己的学习成效。”李方妍于2024年1月下旬开启了自己的大三寒假生活。她在接受记者采访时说,在近三年的学习中,自己最感兴趣的课程是剑桥商务英语。“在课上,我学习了在商务场合如何用英语沟通、如何进行会议前寒暄小对话,在不同场合应保持怎样的语气和态度等等。”李方妍认为最有趣的是,这门课的老师鼓励同学们走出学校进行田野调查。她跟随小组成员去采访学校周边夜市的小摊贩,随后完成了近30分钟的英文汇报。“在那次的课程实践中用扎实的单词、语法,来检验和提升口语表达,丰富语言知识,训练表达技巧,真是收获良多。我还和小摊老板建立了友谊,从组员身上学到了很多人际交往与沟通的技巧。” ◎本报记者 苏水梅

### M 象牙塔

## 李方妍:大学与高中最大的区别是学习方法

李方妍,西北工业大学外国语学院英语专业2021级本科生。高中就读于厦大附中,现任西北工业大学外国语学院学生会执行主席、西北工业大学学生阳光工程青年志愿者服务队副队长。连续两年获得国家奖学金。

### 语言是打开世界的一把钥匙

从假期支教到乡村振兴,参与志愿服务贡献青年力量,李方妍孜孜以求,不知疲倦。她因此收获了“UNDP青年创客挑战赛一等奖”“IGEM国际基因工程大赛国际银奖”、中国“互联网+”大学生创新创业大赛省级金奖。“语言不只是语言,它更是打开世界的一把钥匙。”在李方妍看来,学习英语不仅可以领略各国的礼仪文化,也可以深挖西方深邃的哲学思想,希望自己可以寻真问题、求真学问,利用所学讲好中国故事。

李方妍说,进入大学学习英语专业,自己变得更积极开朗了。起初她觉得,学习英语不过是简单的听说读写技能的枯燥练习,但是在大一结束之后,她慢慢发现英语专业极具魅力。“在一所理科占据很强优势的大学,学习英语是一个很奇妙的体验。”她告诉记者,只有在课堂大胆发言,在课下积极与人沟通,才能提升自己的英语水平。“在一次次的组内作业中,我锻炼了自

己的领导能力和团队协作能力。能成长为西北工业大学外国语学院学生会执行主席,心里真是挺开心的。”

### 大学与高中最大的区别是学习方法

在过去两年的寒、暑假期间,李方妍组队前往其他省份进行社会实践。李方妍热心志愿服务,积极参与乡村支教等公益活动,志愿时长650余小时。在活动中,李方妍和小伙伴既开阔了视野,也收获了荣誉:其所任队伍获“推普助力乡村振兴”全国大学生暑期社会实践志愿服务优秀团队、全国“三下乡”社会实践优秀团队、全国“三下乡”社会实践全国示范性团队、全国大学生社会实践百强等荣誉。

李方妍认为,进入大学学习,对于学习内容选择的自由度更大。“大学与高中最大的区别是学习方法。大学是综合能力的培养和锻炼,像高中一样每日埋头苦读并不是最优方法。考试并不是所有大学课程的唯一考核方式,部分课程要求学生提交期末课程论文。这不仅要要求我们要大量的知识储备,还需要有良好的逻辑思维以及资料收集和文献检索能力。此外,大学意味着我们有更多的时间可以去发现兴趣爱好,并且找准自身的定位。”李方妍说,自己会利用课余时间积极参与丰富多彩的校园活动和课外实践。