

“时间它把回忆凝结成歌,蓝白的校服有点褪色,也许有天会发现,这是青春的颜色……”

那些飘扬在校园里的美好旋律

核心提示

十多年来,厦大附中的学生们在音乐老师的指导下,先后创作出《光芒》《启航》《旅人》等二十余首校园原创歌曲。这些由师生们合作完成的原创歌曲,在开学典礼、建校周年庆、篝火晚会等活动中被反复传唱,是厦大附中校园特色文化的集中体现。

►厦大附中原创歌曲精选集发布会现场



A 美好的旋律永远难忘 原创歌曲精选集发布

12月14日,恰逢厦大附中建校17周年,午后的阳光温暖动人,学校在文学馆举办原创歌曲精选集发布会。厦大附中校领导,孙倩、林鹭、贾嵘彬等老师及多位原唱校友参加了活动。

“时间它把回忆凝结成歌,蓝白的校服有点褪色,也许有天会发现,这是青春的颜色……”在原声歌曲《纯白少年》悠扬的旋律中,发布会优雅启幕。厦大附中音乐老师贾嵘彬分享了歌曲《光芒》的编曲灵感,激发了同学们的创作热情。校友洪龙颖带来了《纯白少年》与《星河欲曙》两首歌的幕后故事,现场笑声与掌声不断。孙倩老师回忆了与音乐邂逅之旅,鼓励同学们珍惜难得的音乐创作资源。林鹭老师分享了创作音乐剧《万里归途》的心路历程。校友许悦、方鸿浩分别讲述了《纯白少年》的创作历程和在附中创建音乐社的故事,展现了附中人的文化传承。石鸾屿、李易珂和李欣然则分享了音乐成长之路与参演《漫长的告别》的体会。

随后,厦大附中校领导表达了对学校建校17周年的美好祝愿,并为每位校友赠送原创歌曲专辑。身着校服的“纯白少年”们为学长学姐们献上鲜花。当天参加活动的师生们纷纷表示:“活动令人感触颇深,那些耳熟能详的曲目让人难忘”。



厦大附中中学子演绎原创歌曲

B 记录诗意校园点滴 不断涌现出新作品

在厦大附中,学子们对诸多原创歌曲的创作灵感与幕后故事耳熟能详。一首首原创歌曲承载着学生们的情感与创意,记录了学生在诗意校园学习生活的点滴。

《光芒》是厦大附中的第一首原创歌曲。旋律改编自学校的上课铃声,就此诞生了这样一首轻松活泼的校园摇滚乐。歌曲由厦大附中第一届校园十佳歌手演唱,在2011年校园广场音乐会上正式演出。光阴荏苒,十三年前这首师生共同创作的歌曲发布之后,同学们的创作热情被点燃,不断涌现出很多新作品。

“我亲爱的旅人啊,把未来的路都会成画。”2023年,厦大附中原创歌曲《旅人》完成,歌曲描绘了旅人们到了临别之际,回忆起曾经点滴时依然热泪盈眶,送上最真挚的祝福的场景,字里行间承载着光阴的故事,融入爱与温柔。同学们还把这首歌送给他们敬爱的厦大附中已经退休的校长姚跃林。

“人生如逆旅,我亦是行人。”受苏轼诗词启发,歌曲创作学生之一的洪诚泽回忆起歌曲创作过程仍十分难忘:“怀揣着对过往幸福回忆的眷恋与感慨,由大家共同完成创作。”同为创作者的陈泽鹏说,第一次进行作词作曲,自己抓好这次机会向老师同学们学到了很多音乐知识,“不过身为架子鼓手,我也传授给大家许多节奏知识”。

今年发布的原创歌曲《入夜》,是一群理科班的男生用“水果”编曲软件创作出的电子舞曲风格的曲子。身处激烈的竞争环境,厦大附中的学生创作团体借着这样一首动感活泼的音乐勉励同学们:“学会调整状态,互相鼓励,一定能共渡难关,实现梦想。”

C 打造特色校园文化 伴随学生快乐成长

育就是让学生感受美、鉴赏美和创造美,我们把它形成一个闭环,何乐而不为?”

厦大附中原创歌曲是学校特色校园文化的重要组成部分。厦大附中开展丰富多彩的社团活动,以“我即文化”理念打造特色校园文化。“原创歌曲会通过十佳歌手大赛、篝火晚会、广场钢琴演奏会等校园活动演绎出来,给热爱音乐的学生创造了展示的舞台。那些飘扬在校园里的美好旋律,是对厦大附中学子的一种肯定和一种风采展示,同时,对于繁荣学校校园文化能起到积极的推动作用,成为校园文化建设的又一亮点,伴随同学们健康快乐成长。”该校相关负责人表示。

“作为经典文学作品,《童年》蕴含着丰富的人生哲理和情感价值。学生通过制作小报,不仅加深了对作品的理解,也能在实践中体会到阅读的乐趣和创作的喜悦。”黄老师表示,布置这次读书小报,旨在在教学中实践“整本书读思达”,激发学生阅读整本书的兴趣,培养他们的动手能力和创新精神。学生们的积极参与和出色表现,正是得益于他们对读书小报的“好奇与热爱”。从阅读完整本书到构思设计,再到选材制作,最后进行读书分享和作品展示,每一个环节都体现了学生的创造力和实践能力,也让他们深刻感受到了阅读的乐趣和语文学科的魅力。“同学们一旦掌握这样的阅读方法,今后就能自己给自己布置阅读作业了,可以收获‘不动笔墨不读书’的良好效果。”黄惠芬说。

“阅读完整本书后,理清书中人物关系,选择合适的内容,精心编排制作,勾勒线条,反复雕琢每个板块的细节。”近日,在龙海区浮宫中心小学六年级(2)班的精读名著《童年》分享展示课上,同学们纷纷展示着自己的作品。他们有的用水笔勾勒,有的用彩笔勾勒,有的则结合彩笔展现书中人物关系和性格特点……每一幅作品都蕴含着孩子们对《童年》的独特理解和深切情感。

其中,洪韵然同学制作的小报尤为突出,吸引了大家的目光。“这份小报匠心独具,无论是版面设计,还是内容编排,都展现了他对《童年》这部作品有自己的阅读收获。”该班语文老师黄惠芬说。同学们能够将阅读感悟转化为具体的作品,充分展现了他们的创造力和想象力,将阅读体



同学们分小组互评作品

验与动手实践紧密结合,收获了满满的成就感。

洪韵然同学完成这份读书小报花费了两周多的时间。谈及创作过程,他兴奋地说:“自从黄老师在阅读

指导课上推荐了《童年》这本书,我就被其中的故事深深吸引。老师说她以前也喜欢设计小报,把阅读过的书通过文字与图片结合呈现出来,很有成就感。这次,我根据黄老师指导的

M 教育问答

读者:我家孩子上小学三年级,平时不管干什么事都爱拖拉,总要唠叨很多次才会去听、去做。我也知道做一个唠叨的妈妈不好,但是又没有办法,请问该如何帮助孩子克服拖延症?

东山县第二实验小学一年级语文教研组长吴辉玲老师回复:小学生拖拉是指小学生在有时间和精力,将一项必须要完成的学习任务,不断地延迟推后的一种非理性行为倾向。它与现实条件的制约有一定的区别,比如身体不适、情绪问题等,家长要先做一个判断。

拖拉的根源一般来自以下几个方面:情绪根源、时间根源、注意根源、人际关系根源。拖拉的情绪根源涉及内心感受、恐惧、压力等。但是,通常情况下,孩子们并不能够识别这些情绪,只是感到不舒服。为了避免这种不舒服,孩子就会出现拖拉的情况。此外,注意力的高低直接影响孩子完成学习或其他相关任务的状态,注意力不好的一个重要表现就是拖拉。拖拉的人际关系根源,主要指拖拉者的家庭背景和社会关系,即在家庭关系中所受到的影响很可能会在学习和生活中延续下去。

在家庭关系中,造成拖拉行为的家庭类型,一般有控制家庭、怀疑家庭、依附家庭、疏远家庭、施压家庭。孩子在担心害怕、长期被否定、一切被包办等情况下,都极易产生拖拉的现象。想帮助孩子克服拖拉的家长可以尝试这样做:

一是帮助孩子分解任务。教孩子将一项任务分解成几个小步骤,最好是有梯度地分解,从容易上手的先开始,第一步可以在5分钟之内完成。且任何任务只能一步一步来,根据孩子的实际情况调整小目标的完成时间。值得一提的是,为学习设置简短的休息时间也是有必要的;二是设置清晰的界限和结果。家长要跟孩子明确必须要完成什么事情,没完成的后果是什么,而不是去设定一个任务的开始时间。可以考虑写一份书面约定,使孩子能务实而坚持不懈地达成结果;三是欣赏孩子,及时鼓励。赞赏其努力、创造性和坚持,而不是因为结果而赞赏。也就是说,为其取得进步的每一个步骤而赞赏他,而不只是赞赏最后一步的完成。家长还可以尝试将“借口”转化为“赞赏”——例如,“如果你饿了,就再写15分钟然后去吃东西”;四是明确“谁是主人”。家长要清楚这个问题:“这是谁的事情?——你的孩子,而不是你。”你的孩子的表现不是你个人价值的反映,所以家长要调整好自己的失望、好强、尴尬和妒忌等情绪,不为你孩子做他能够自己做的事情。

此外,家长要尊重孩子。建议家长对孩子的态度和教育要尽量保持弹性,尽可能地让孩子有选择的余地,尤其要慎重“开战”。争取胜利或者证明自己正确与否,是否比维护好亲子关系并帮助孩子按照自己的方式发展更为重要;家长还要学会找准时机,适度示弱。家长要克制自己的质疑、愤怒、不信任,绝对不要轻视孩子的感受,站在他们的角度试图理解。可以适度与孩子分享自己的心情和忧虑,尝试寻找与孩子的共情点,家长还可以一起总结反思,讨论错误。尝试解决办法,哪怕只是收效甚微,对缓和亲子关系也是有帮助的。

◎本报记者 苏水梅 采访整理

孩子一直“不开窍”怎么办?

读者:都说静待花开,我一直采取比较松弛的教育方式,可是我的孩子一直“不开窍”,排名也始终比较靠后,眼看要上初三了,我心里着急,不知道该怎么办?

漳州一中优秀班主任刘晴老师回复:家长一直采取比较松弛的教育方式,这其实是好事。一个家庭亲子关系如果不是紧绷状态,孩子的状态是更容易调整的;而“孩子‘不开窍’,成绩上不来”,孩子的开窍要么是某次重大刺激的顿悟,要么是在日积月累的试错中慢慢开悟的,想取得好成绩也是得持续不断的努力加持才有可能;“临近初三,有点焦虑”,焦虑源于对未来的不可控,家长要自己做自己能做的,及时转念,不杞人忧天,才有“无心插柳成荫”的惊喜。

家长对孩子的爱是全方位的,建议家长要“不吝啬夸奖、不吝啬陪伴、不吝啬教育资源、不吝啬社交体验”。养好一个孩子,未必需要很多钱,更重要的是教育理念和规划,适时的引导与陪伴。“不吝啬教育资源”,是说在教育投入上,可多买孩子感兴趣的书籍和网络课,因为知识带来的好处永远高于买书的成本。孩子可以通过阅读提高眼界、增长见识、学会深度思考。一旦孩子自己想通了想成为什么样的人、想做什么样的事儿,内驱力自然也就有了。“不吝啬社交体验”,是说孩子成长过程中的“摸爬滚打”需要他自己亲身去体验,不要想当然包办代替。

面对孩子在初中学习阶段遇到的困难,建议家长可以用一个拥抱、一句关怀、一抹轻触,将儿时的“亲密抱抱举高高”演变成摸摸头、拍拍肩膀或者击掌,在恰当的时刻,通过肢体接触为孩子注入信心与力量,将爱意传递给给孩子,营造家庭的温暖氛围。“一分钟聆听”指家长用心聆听孩子的声音,走进他们的内心世界。孩子学业压力大了,时间紧迫了,也可以利用晚上和周末时间聊聊孩子每天的经历和感兴趣的话题,专注倾听能拉近与孩子的距离,增进了解,让孩子感受到被尊重与理解;“一分钟教导”指面对孩子的错误行为,要循序渐进地引导,明确指出问题并给予改进方向。矫正时应平和理性,避免冲动和激烈的情绪化反应,不在餐桌上和睡前批评孩子,因为大多会影响孩子的饮食和睡眠质量;“一分钟赞美”指善于发现孩子的优点,在适当的时机给予真诚、具体的赞美,能够帮助孩子形成积极的自我认同感,更有动力往前走。

把握上课的45分钟黄金时间,认真完成老师布置的课前或课后作业,当天、当周或者当月清理学习疑难点,勤思善问,不让雪球越滚越大压垮自己。放下手机,合理分配时间读书刷题,想出成绩必须投入时间。家长可以把对孩子的这些提醒列出清单,抓好时机对孩子进行引导。“半小时阅读”“半小时运动”“半小时晨读暮省”“半小时兴趣拓展”,尽可能每天安排出这4个“半小时”,学业繁忙时2到3天安排一次也不错,“阅读”主打一个语文的文化底蕴积累,厚积薄发,写作文可以挖深度;“运动”主打身体素质提升,中考高考需要体能过硬,不生病不缺课,可持续发展;“晨读或晚读”宜大声朗读,刺激海马体,记忆能深刻些;“暮省”就是每天反思自己哪些做到了,哪些做得不够,好复盘精进;“兴趣拓展”就是合理宣泄情绪和压力,唱唱歌、弹弹琴、下下棋、打打球都能很好地舒缓身心,将状态调整好才能更好地投入学习中。

◎本报记者 苏水梅 采访整理

M 作业趣

作业内容:精读名著《童年》后,以其内容为主题制作手抄报并做展示和阅读分享

激发阅读兴趣 培养创新精神



同学们分小组互评作品

验与动手实践紧密结合,收获了满满的成就感。

洪韵然同学完成这份读书小报花费了两周多的时间。谈及创作过程,他兴奋地说:“自从黄老师在阅读

指导课上推荐了《童年》这本书,我就被其中的故事深深吸引。老师说她以前也喜欢设计小报,把阅读过的书通过文字与图片结合呈现出来,很有成就感。这次,我根据黄老师指导的

设计技巧和小组可以展现的内容,设计好版面,用水笔勾勒出线条,配上小插图,再用水彩笔涂上颜色。在文字部分,我介绍了高尔基,还展现了主要人物的性格特点和突出事例,最后,我还特意找了一些与主题相符的名言警句作为点缀,使整个小报更加丰富多彩。”

“作为经典文学作品,《童年》蕴含着丰富的人生哲理和情感价值。学生通过制作小报,不仅加深了对作品的理解,也能在实践中体会到阅读的乐趣和创作的喜悦。”黄老师表示,布置这次读书小报,旨在在教学中实践“整本书读思达”,激发学生阅读整本书的兴趣,培养他们的动手能力和创新精神。学生们的积极参与和出色表现,正是得益于他们对读书小报的“好奇与热爱”。从阅读完整本书到构思设计,再到选材制作,最后进行读书分享和作品展示,每一个环节都体现了学生的创造力和实践能力,也让他们深刻感受到了阅读的乐趣和语文学科的魅力。“同学们一旦掌握这样的阅读方法,今后就能自己给自己布置阅读作业了,可以收获‘不动笔墨不读书’的良好效果。”黄惠芬说。

◎本报记者 苏水梅 文/图