

拨一拨，聊一聊，温岭热点尽在“掌”握

热线 86901890



双减在行动 »

基地创建、家长培训、心理赋能……

“双减”让校园生活更精彩

记者 江潇扬

“黄花烂漫无人折，柿叶翻红正好书”。每年秋收时节，正是北山河公园最美的季节。迎着秋日暖阳，市三中的学生们忙着采摘柿子，制成柿子饼。这学期，市三中联合市住建局在北山河公园成立“桃李森林科普教育基地”，并被评为浙江省“双干”助力“双减”专项科普教育基地。

校门口的基地 让自然教育落地生根

“桃李森林科普教育基地”位于北山河公园，占地面积约2万平方米，园内植被茂密，奇花异草众多，是集劳动教育、科普教育、拓展活动、标本采集、鸟类观察、诗歌创作和文明法治宣传为一体的主题科普基地。“如今，学生的劳动教育严重缺失，在劳动活动中，学生们多是以参观为主，缺乏劳动技能认知。”学校副校长滕凌志说。“恰巧‘双减’政策实行，我们以基地为契机，将身边的资源转换为教育资源，让学生对学习有期待感。”“生活即教育，社会即学校”，滕凌志认为利用自然教育，更能拓宽学生视野，夯实知识的纹理。

如今的北山河公园成了学生们的欢乐天地，学生们在这里写生、放风筝、种茶树，尽享自然的乐趣。目前，市三中还开发了《厨余垃圾制作酵素》《曲水流觞》《柿子饼的制作》《茶叶扎染过程》等14门课程，吸引更多的学生进入基地，利用多样化的技术手段展现大自然的奥秘。

校门口的基地让学生在课堂中有了更多欢乐。此外，学校还坚持“精心设计”“分层布置”“分类批改”，以优质作业实现高效减负，让学生作业日日清，在课余时间拥抱自由。

小惊喜，给予大温暖

“双减”减的不只是学生的学业重量，更要减轻学生的心灵包袱。在这次“双减”的背景下，师生的心理也发生变化。学生、教师的在校时间都延长了。相处时间的增加，也导致学生心理矛盾的增多。减轻学生的心灵压力，成为了市三中的工作重点。

立冬刚过，冷空气来袭，气温骤降，市三中校园里却窜出了两只毛茸茸的“轻松熊”，在清晨给学生们送上温暖一抱。这是学校举行的冬日拥抱活动——“给青春一个拥抱”。“最近正值期中考试，我们希望通过这个简单的拥抱减轻学生考试的压力，拉近人与人之间的距离，让拥抱彼此温暖，彼此



图片由学校提供。

鼓励，助力‘双减’。”滕凌志说。

当天，学生们被可爱的大熊所吸引，情不自禁地上前相拥。虽然时间有限，但是每一个人的拥抱瞬间，一次次微笑，都已成为这一天最美的风景。不少学生说，因这个拥抱而感到十分暖心，听到小熊对它们喊的“考试加油”，更是觉得温馨。

此次活动也是本学期心理健康活动月的活动之一。“双减”之后，学校再次聚焦学生的心理健康问题，通过种种活动给学生心理赋能，为他们的青春点一盏灯，点亮他们的前行之路。

“互联网+”家长学校平台 发挥家庭教育作用

学习从来都是一个家庭的事情。“双减”落地后，如何更好地引导孩子健康快乐地成长，对家长来说是一个新的课题和挑战，家长肩上的担子更重了，责任更大了。为此，市三中作为全国家庭教育实验学校和浙江省数字家长学校，致力于通过线上和线下的活动，打造“互联网+”家长学校平台，邀请家长进入学校，分享自己的教育经验。

“家庭和睦与否是影响学生学习的重要因素之一。”“作为父母，我们不能一味地将教育推给学校。”……晚上，市三中的体育馆内人声鼎沸，一场别开生面的“爸爸课堂”专题讲座正如火如荼地开展着，在场的家长们各抒己见，互相交流如何处理孩子的家庭教育问题。类似的家长培训活动，在市三中并不少见。前段时间，学校还为家长精心准备了一场团辅，辅导家长如何通过言

行、态度、环境的改变给予孩子正能量，以最大限度地发挥他的才智和潜能。

“互联网+”家长学校平台的起源还要追溯到市三中八（4）班的家长培训课堂。作为学校家庭教育的先行者，学生李皓毅的爸爸曾在班级公众号上分享家庭教育的经验。同班同学范存之的妈妈是公众号的忠实读者，她说，自己在公众号上学到了不少与孩子相处的技巧。“‘双减’推行后，周末没了培训班，我们和孩子都十分焦虑。”范妈妈发现孩子因为“双减”反而倍感压力，整天蹲在家里看书。看到这一情况，范爸爸和范妈妈立即商讨解决方法，决定在周末带着孩子前往体育馆跑步，锻炼身体。“以前孩子的脾气比较冲，我们有时候想跟她聊天，她也总是一副不耐烦的态度，但是现在，我们学会用包容的态度接纳她，她也开始乐于与我们分享自己在学校的故事。”

除此之外，八（4）班的家长们还依据学生的成长发展，分为态度组、心理健康组、小个子组等6组，分组研究学生的成长问题。“难得可贵的是，遇到问题，家长们不再第一时间把问题归咎于学生或者老师，而是自己寻找家庭教育的原因。”李皓毅的爸爸说，下一阶段，他们将寻找一个适合交流的场所，作为家长研究家庭教育的基地。

一棵小树苗，需要阳光雨露才能茁壮成长为一棵大树，如果阳光雨露不够，给它的枷锁又太多，它就会因为营养不良而夭折，或者长得歪歪扭扭。滕凌志认为，家长是阳光，学校是雨露，两者缺一不可。“双减”背后，家庭和学校更应该携手努力，促进学生健康成长。

科普服务助力“双减”行动



11月12日，由台州市科协、科技馆、温岭市科协联合主办的“科普服务助力‘双减’行动”进校园活动在温岭市箬横三小举行。学生们在指导老师的帮助下，近距离体验“泡泡人”，接触智能机器人、无人机等系列趣味项目。相关负责人表示，通过这样的活动，能够培养学生们的创新精神和综合实践能力，推动未成年人思想道德建设科技品牌活动向更深度、更广度的领域拓展，促使大家形成讲科学、爱科学、学科学、用科学的良好风尚，为助力“双减”行动贡献科协力量。

通讯员 江文辉摄

箬横二小 »

自尊、自信、自爱，解锁“男孩节”爱的祝福

本报讯（通讯员徐路焱）为展现男孩子的活力和积极向上的精神风貌，养成积极的生活态度，11月10日，箬横二小举办了第四届“男孩节”，本届“男孩节”的口号是：我健康，有责任，我是小小男子汉！

当天，学校通过大屏幕、红领巾广播等形式宣传，鼓励男孩子们成为真正的男子汉！在各班主任的组织下，女生为男生送上节日的祝福。“愿你航行万里，一帆风顺”“愿你坚毅勇敢，晨兢夕厉”……每一张贺卡，每一个惊喜，都蕴含着女生对男生的满满祝福。

生理和心理特点及发展规律，掌握了基本的身心保健等知识。

男孩子们纷纷说，早早地就开始期待11月10日这个特殊的节日，不仅能收到许多祝福，还可以在丰富的活动中展现自己。

据悉，“男孩节”是箬横二小的传统节日，每年的“男孩节”都有不一样的活动。学校希望通过这个节日，对男孩子们进行自尊、自爱、自理、自强、自立的教育，为学生提供展示的平台，使学生养成积极的生活态度。



把“清廉”之风吹进校园

记者 江潇扬 通讯员 毛庆秋

“廉洁是一朵无形的花，却能结出丰硕的果……”11月10日，城东小学开展了以“清风沐桃李 廉洁润校园”为主题的“清廉校园”建设师生诗歌朗诵会，学生们诵读关于廉政的诗词，感受传统廉洁文化的魅力。

师生参与，展示“清廉”魅力

围绕着“清廉”主题，师生们用情真意切的诗词、慷慨激昂的朗诵讴歌清正廉洁的时代主题。“清廉是学校的底色，开展‘清廉校园’建设是践行美好教育的必然要求，我们希望通过活动在师生心中种下清廉种子，打好人生的精神底色。”城东小学校长徐道法说。“师生一起参与，同心同力，更能调动学生和老师的积极性。”本次师生朗诵会只是学校“清廉校园”建设主题活动中的一个缩影。

文化阵地，营造“清廉”氛围

在激活清廉细胞的过程中，学校的文化宣传阵地也逐渐成为呈现清廉文化的另一片天地。

“‘清廉校园’建设，必须思考如何将清廉教育融入校园文化，从而达到‘随风潜入夜、润物细无声’的作用。”徐道法说。

走进城东小学，映入眼帘的是一座方方正正的亭子，那是学校的“廉亭”。“廉亭”取名为“方正亭”，意蕴“为人方正，浩气长存”，亭联为“德如春风品似白玉，文比秋水心慕青天”。一楼的“廉廊”“廉厅”也渗透着清廉文化。“一草一木皆传情，希望通过

文化宣传阵地让‘清廉’环境文化建设像呼吸一样自然渗透在师生的血脉里。”

学生陈柯含在参与了学校多次的活动后，对“清廉”有了新的认识。“清廉是‘清正廉明’。清，清白，是让学生遵纪守法，不做小偷小摸之事；正，正直，是让学生大公无私，不因徇私情而有失公正；廉，廉洁，是让学生不贪取钱财，如要拾金不昧等；明，正大光明，是让学生磊落行事，做错了事就勇敢承认，更不能撒谎。我们应该从现在做起。”

影子活动，践行“清廉”精神

“清廉校园”建设不能只着眼于校园之中，更应该走向社会。以“影子体验”活动为契机，城东小学带领低年级学生走进城东派出所，参观了派出所值班室、监控室、警用装备器材室，详细了解110报警、接警、处警流程。对于不同年级段，学校对清廉的标准也有所不同。低年级段更追求行为习惯的养成，高年级段的学生则注重于“清廉”文化的学习。“对于学生们而言，‘清廉’相对比较遥远，但是我们可以以‘清廉’为切入口，培养学生勤俭节约的好习惯。”除此以外，学校还通过请进来、走出去的方式，定期邀请派出所民警进校园开设讲座，给同学们普及安全、法治知识。

师德师风更是衡量清廉教育

的关键标准。学校安排老师走进市档案馆、椒江一江山岛纪念馆等红色教育基地，感受革命先辈浴血奋战、建设家乡的峥嵘岁月。同时，学校党支部联合学校工会以暑期师德培训为契机，组织教职工学习“双减”文件，与教师签订《城东小学教职工廉洁从教承诺书》，鼓励教师参加文明志愿者活动，深入社区，分发宣传单，争当“廉洁清风”使者。

“学校本来就是风清气正的地方，‘清廉学校’建设就是在无形中培养孩子正确的人生观、价值观、世界观，从小培养学生的清廉意识、清廉习惯、清廉作风，帮助扣好人生第一粒扣子。”如今，城东小学正吹响建设“清廉教育”的集结号，丰富的清廉活动让校园内清风徐徐，正气盎然。

温中实验学校 »

马术运动进校园



近日，市温中实验学校举行了第二十一届校田径运动会开幕式。当天，学校开幕式邀请了马术培训基地的教练员向全校师生展示了马术表演。

通讯员 陈珂摄