

校园资讯

楚都学校举行专题讲座 预防中小学生沉迷网络

本报(通讯员袁宇涓 张详)为引导学生绿色上网、文明上网,有效预防网络沉迷,呵护青少年身心健康,5月11日下午,由市教育局主办、荆州市楚都学校承办的预防中小学生沉迷网络教育专题讲座在楚都学校举行。

楚都学校团委书记张详结合学生年龄特点和校园生活实际,从网络成瘾的成因、危害及预防策略等方面进行细致讲解。他通过生动案例和科学数据,指出沉迷网络对学习效率和睡眠质量及人际交往的负面影响,并分享了“设定上网时间”“培养多元兴趣”“主动寻求监督”等实用自控方法。互动环节气氛热烈,“每天使用手机多长时间?”“游戏前会先完成作业吗?”……张详不时抛出贴近学生日常的问题,学生们积极举手回应,畅谈自己的上网习惯与困惑,他逐一耐心解答。

整场讲座持续约1小时,学生们全程专注聆听,踊跃发言。大家纷纷表示,通过这次活动更加清醒地认识到网络沉迷的潜在风险,也学到了具体可行的自我管理技巧,今后将努力做到“科学上网、健康生活”。

楚都学校历来重视学生媒介素养教育。学校相关负责人表示,将以此次讲座为契机,持续开展主题班会、心理辅导及家校协同活动,把预防沉迷网络工作融入日常教学与管理,为青少年营造清明、健康、向上的成长环境。

荆州实验小学开展青春期教育 为五年级女生送上暖心健康课

本报(通讯员邹婷婷)近日,荆州实验小学举办“关爱成长 守护青春”青春期教育专题活动。特别邀请荆州市中心医院神经外科监护室护士长文婷主讲,为五年级全体女生上了一堂科学、暖心的青春期健康知识盛宴。

文婷结合五年级女生的生理、心理发展特点,以温和亲切的语言、通俗易懂的案例,围绕青春期生理变化、卫生保健、心理调适、自我保护等核心内容展开讲解。她细致科普女生青春期第二性征发育等关键知识,纠正学生对青春变化的错误认知,引导大家坦然接纳自身成长,明白这些变化都是青春最美的印记。

下一步,荆州实验小学将持续聚焦学生成长全过程,开展更多贴合学生需求的身心健康教育,联动家长、社会力量,构建家校社共育的育人体系。

好书推荐

书页轻翻,皆是星河。一本好书,是成长路上的良师益友,是推开世界的小小窗棂,能让我们于文字间见天地、知古今、悟美好。愿你以书为舟,在墨香里奔赴山海;以读为乐,让点滴积累化作成长的力量,在阅读中遇见更好的自己。快来跟着小编阅读本周的故事吧!



《变幻多彩的地球》

《昆虫记》

这本科普读物以地球为画布,用地质变迁、气候演化与生命迭代勾勒出动态的蓝色星球。从板块碰撞形成的褶皱山脉,到海洋深处热泉口的奇异生命;从冰河时期的银色世界,到现代城市的钢筋森林——作者将复杂的地质学原理化作生动叙事,穿插火山爆发、陨石撞击等震撼场景,让读者在探索地球46亿年沧桑历程中,既惊叹于自然力量的鬼斧神工,也读懂人类与地球共生的深层羁绊。

当显微镜般的笔触深入虫豸世界,法布尔用三十年光阴织就这部“昆虫的史诗”。你会看见圣甲虫推滚粪球的生存智慧;蝉在地下蛰伏四年的生命绝唱;螳螂举着“镰刀”时的冷酷与优雅。他以诗意笔触打破人类中心主义,揭示蚂蚁并非“勤劳绅士”的真相,萤火虫竟是捕食蜗牛的“温柔杀手”。在科学与文学交织的文字里,每只昆虫都是自然舞台的主角,引领读者读懂生命的坚韧与奥秘,感受“以虫反观人性”的深邃哲思。

市教育局公布师德师风监督举报渠道 严查中小学教师违规有偿补课

公告明确,受理对象为全市各级各类中小学校在任教师。重点受理七类违规行为:学校组织、要求学生参加有偿补课;学校与校外培训机构联合开展有偿补课;学校为校外培训机构有偿补课提供场地、学生信息等便利;在任教师以任何形式组织、推荐、诱导学生参与校外有偿补课;在任教师参与校外培训机构或其他组织的有偿补课;在任教师为培训机构介绍生源、提供信息;在任教师借助直播打赏、知识付费等方式向家长、学生变相收钱。

市教育局提醒,举报人应坚持实事求是,举报时尽量提供被举报人姓名、所在学校、违规事实、时间、地点及照片、收费凭证、聊天记录等佐证材料,便于快速核查处置。相关部门将对举报人信息及举报内容严格保密。

这一举措是荆州深化教育领域作风建设、整治群众身边不正之风的重要行动,旨在以严的基调正风肃纪,推动教师依法从教、廉洁从教,全力营造风清气正的育人环境,守护全市中小学生健康成长。

沙市区成立郭云名师工作室 聚焦AI循证+精准教研 助力教师专业成长

本报(通讯员徐世超)为充分发挥名师示范引领作用,凝聚骨干教师教研力量,助力教师专业成长,近日,郭云名师工作室启动仪式暨首次研修活动在荆州市沙市实验中学文星校区举行,由沙市区各校教学骨干组成的工作室成员共启教研新程。

郭云名师工作室正式揭牌成立,标志着区域数学教育步入规范化教研新阶段。沙市区教育局相关负责人介绍,名师工作室是教师成长的重要阵地,全体成员将坚守立德树人初心,聚焦课堂教学,扎实开展课题研究、示范课展示、师徒结对等工作,发挥辐射带动作用,破解教学难题,创新教学方法,打造高素质骨干教师队伍,为区域教育高质量发展添砖加瓦。

工作室主持人郭云老师详细介绍了工作室“1+3+14”梯队架构、“启·研·润·行”核心理念,明确2026—2028年三年建设规划,将聚焦AI循证+精准教研特色方向,深耕初中数学精准教学研究,致力打造区域教学教研品牌,培育骨干师资,产出优质成果。接下来,工作室将以研促教、聚力前行,持续深耕初中数学教研,发挥示范辐射作用,助力区域数学教育提质增效,谱写教育育人新篇章。

郭云名师工作室揭牌成立。



沙市中学举行2023级学生成人仪式 800余名学子跨过“成人门”开启新征程

本报(通讯员高伦强)近日,湖北省沙市中学举行2023级学生成人仪式。活动以“成长、感恩、责任、梦想”为主题,800余名学生在师长、家长的共同见证下,迈入成年行列,开启人生新征程。

仪式在温暖激昂的乐曲中拉开帷幕,现场氛围庄重而温馨。一段成长回顾视频,展现了学生们从青涩少年到意气风发的蜕变历程,触动全场;亲子互换信件、温情相拥的环节感人至深,平日里含蓄的亲情与牵挂挂牵流露。活动现场,学生代表、家长代表依次发言,学生代表抒发对师长、父母的感恩

之情,立下勇担责任、全力冲刺高考的誓言;家长代表寄语孩子坚守自我、勇敢追梦,向学校的悉心培育致以诚挚谢意。

随后,全体学生面向国旗庄严宣誓,铮铮誓言响彻全场,彰显新时代青年的赤诚与担当。最后,学生们在家长的陪伴下携手跨过“成人门”,告别少年时代,迈向崭新未来。

此次成人仪式,既是青春的庆典,更是成长的洗礼。学校负责人以该校“习坎”精神寄语学生,做清醒的奋进者、包容的仁爱者、有价值的创造者,鼓励学生扎根成长、勇毅前行,以成年之姿书写人生华章。

回归育人本真 守护师生成长

——推进健康学校建设的思考

□ 荆州市荆南中学 李其贵 陈婉

教育“心”理念

在教育高质量发展与健康中国建设协同推进的当下,“健康学校”已从理念倡导变为行动纲领,成为衡量办学品质、评价育人成效的核心标尺。立足于身体健康、心理健康、行为健康、学习健康、生活健康五位一体,以大健康观统筹办学全过程,让师生在身体强健、精神充盈、适应良好的状态中实现可持续成长。

正本清源:走出“健康学校”的认知误区

实践中,不少学校对健康学校的理解存在偏差:或将其等同于落实体育教育,或将其窄化为心理健康教育。世界卫生组织早已明确,健康是个体在身体、精神和社会适应等方面的好状态,这一定义为健康学校建设划定了清晰边界。健康是全维度、全周期的生命状态优化,健康学校建设是覆盖教育教学、校园管理、家校协同、师生发展的“交响乐”。过度强调体育运动,可能导致学生体能透支、运动损伤,违背健康初衷;单纯堆砌心理健康课程,缺乏配套的学业减负、环境支持、行为引导,也

难以真正化解学生的心理困境。唯有树立整体健康观,才能让健康学校建设回归本质。

直面痛点:破解学生身心失衡的现实困境

当前,学生群体中出现的“眼里无光,身上无汗”、学业动力缺失、身心状态失衡等问题,根源并非单一因素,而是家庭、学校、社会多重压力交织的结果。家庭教育中,部分家长重成绩轻成长,重管控轻陪伴,忽视孩子的情感需求与习惯养成;教育环境中,学业难度攀升、竞争过度内卷,让学生长期处于超负荷状态,逐渐失去学习兴趣与探索热情;办学导向中,“中考至上”“高考至上”的指挥棒,让分数成为评价师生的唯一标准。这些都让健康便无从谈起,教育偏离了立德树人的初心。

理念重塑:以大健康观锚定办学方向

破解这一困境,关键在于树立大健康观,将“健康第一”贯穿办学始终。大健康观不仅指向学生健康,更包含师生健康、校园健康、教育生态健康;不仅关注身体与心理,更覆盖学习、生活、行为的全场景。学校作为育人主阵地,首先要扭转办学指导思想,彻底打破“分数优先”的惯性思维,把师生健康发展摆

在第一位。教育的目标是塑造“尽力而为”的完整的人,让成长有温度、有节奏、有后劲,才是健康学校的核心追求。

师者先行:以教师健康赋能学生成长

教师是健康学校建设的践行者,唯有教师健康,才能培育健康学生。教师的健康包含三层内涵:身体健康是基础,心理健康是关键,教育理念健康是核心。当前,部分教师面临职业倦怠、焦虑情绪、教学压力过大等问题,自身处于亚健康状态,难以传递积极的教育能量。学校要为教师减负松绑,完善身心健康保障机制,引导教师树立科学的教育观,摒弃拔苗助长的功利化教学,拒绝一刀切的评价模式,顺应学生身心发展规律实施分层教学,让每个学生都能学得懂、做得会、考得有信心,在学有所获中建立自我认同,才能真正实现“眼里有光,心里有数”,从内心激发学习动力。

协同共治:凝聚家校社育人合力

健康学校建设,更需要家校社协同发力,走出政策执行的极端化误区。家庭要摒弃“唯分数论”,关注孩子的作息、运动、情绪,营造宽松和谐的家庭氛围;学校要统筹体育、心理健康、学业指导、生活管理,将健康融入课程教学、校园活

动、后勤服务全过程;社会要营造理性的教育氛围,减少过度竞争与焦虑传导,形成家校社协同同行的健康育人合力。

守正创新:让健康成为教育永恒底色

建设健康学校,最终是为了让教育回归育人本真,让每个生命都能健康成长。当体育不再是任务,而是学生主动参与的快乐运动;当心理健康教育不再是说教,而是润物无声的情感滋养;当学习不再是负担,而是循序渐进的能力提升;当生活不再是单调的两点一线,而是丰富多彩的成长体验,健康便真正扎根校园。健康学校,是让学生有时间奔跑、有空间思考、有机会尝试,是让教师有尊严工作、有幸福育人,是让校园成为师生身心安放的温暖家园。

教育之道,在于培根铸魂、启智润心;健康之基,在于身心合一、全面发展。新时代的健康学校,必须以大健康观为引领,坚守健康第一的办学理念,拒绝片面化、极端化的短视行为,统筹身体、心理、学习、生活、行为五大健康维度,优化教育生态,减轻师生负担,让健康成为教育的底色,让成长成为校园的主旋律。唯有如此,才能培养出体魄强健、人格健全、热爱生活、全面发展的时代新人,为教育强国建设与健康中国战略筑牢根基。

公益广告

