

开展专项整治 形成监督合力 化州:推动“双减”政策落地见效

■通讯员 周锦秀 董天忠

本报讯 近年来,化州市教育局等职能部门强化跟进监督,将落实义务教育“双减”工作情况和实际成效作为督查督办及

漠视群众利益专项整治的重要内容,持续监督加力,推动全区“双减”工作落地见效。据悉,该市压实主体责任,定期召开“双减”专题会议,从组织领导、机制保障入手,推动构

建起教育局牵头、相关成员单位联动的责任体系,健全专班运转、日常检查、问题线索移送、通报问责等机制;同时,充分发挥各派驻纪检监察组“探头”作用,监督推动“双减”责任落实落地、

跟踪问效。该市形成监督合力,统筹市镇两级监督力量开展专项督查,深入各中小学校、校外培训机构,围绕作业减负、课后服务、师资聘用、培训内容、收费情况等开展暗

访监督,对各责任单位自查督查发现的问题开展再监督再检查,动态掌握工作部署推进情况。此外,该市“双减”成员单位在各自网站、公众号发布了“双减”举报方式,广泛接受群众和社会监督。

开阔审美视野 感受艺术魅力 市田家炳中学摄影爱好学生参观蔡剑锋茂名滨海风光摄影作品展



为同学们讲解拍摄理念与构图技巧。通讯员 李顺阳 摄

■通讯员 黄靖海

本报讯 日前,在茂名市田家炳中学党委书记、校长刘广海的带领下,学校摄影爱好者学生来到茂名市图书馆参观蔡剑锋老师的茂名滨海风光摄影作品展《我的家乡我的海》。

蔡剑锋,广东茂名,1963年12月生。2005年开始涉足摄影,2009年6月加入广东省摄影家协会,2009年9月加入中国摄影家协会,喜欢风光摄影,出版有画册《东川红土地》和《守望——一位摄影师镜头里故乡的海》。本次作品展,现场人气高涨,热闹非常,同学们纷纷被蔡剑锋老师的摄影技术所折服,不禁惊叹,原来我们的家乡在蔡老师的镜头里是如此的美丽。蔡剑锋老师全程与刘广海一起为同学们一一讲解每一幅作品的拍摄理念以及摄影构图,同学们都聚精会神地认真倾听着,学习着。

老师是摄影人对热爱的执着,对家乡爱得深沉;之于同学们是一次艺术的熏陶,视觉的震撼。张峻源同学对于这次的摄影展更是感触颇多,撰写了一篇观展记录来记录自己第一次参加摄影展的收获与内心感受。

“参观摄影展是学生养成摄影眼的重要途径,也是培养学生全面发展的重要方法”,“通过参观这次摄影展,我充分学习到了老师,十年如一日的坚持,也看出了老师对家乡的爱”,“看着老师的这些照片感受到了震撼,给我们带来很强大的魅力以及个人的色彩”,“这里每一幅作品都有着属于他自己的故事,让我受益匪浅”,以上都是同学们对于这次摄影展真实的内心感受。本次的摄影展,让同学们更进一步了解了摄影的魅力,借助寓意深刻的摄影,感受到家乡的美丽变化。此外,本次的摄影展对于同学们而言更是一堂别具意义的美育实践活动课,开阔了同学们的视野,培养了同学们的审美观,深受同学们的欢迎。

电白九小与那霍镇中心 学校结对帮扶交流 结对促提升 交流共成长



■文/图 茂名日报社全媒体记者 邓巴烽
通讯员 张智婷

本报讯 为加快推进家庭教育工作常态化、规范化、科学化,助力帮扶学校管理水平和教育教学水平不断提升,4月18日,电白区第九小学与那霍镇中心学校开展家长学校结对帮扶交流活动,活动在电白九小举行。

电白九小党支部书记、校长冯汉娟代表电白九小全体师生对学习交流团的到来表示热烈的欢迎,并具体介绍了家长学校的基本情况和办学特色。那霍镇中心学校党总支书记、校长钟良作了讲话,他强调了本次到九小交流家长学校工作的目的,并对其率领的团队提出了希望。电白九小家长学校教研组长张智婷结合“全国规范性家长学校评估验收指标”,围绕家长学校宣传板、如何对标做好台账、如何常态化开展教研活动等方面分享了该校家长学校创建工作。最后,由蒋兰花老师在读书吧上了一节家教沙龙——《怎样让孩子不再丢三落四》。家教沙龙整个过程围绕“提出问题”、“分析问题”和“解决问题”三个环节进行。活动中,家长们分享了很多好的家庭教育方法,一起寻找更好的育儿妙招,助力孩子更好成长。漫漫帮扶路,涓涓手足情,此次结对帮扶活动的开展,实现了资源共享、携手共进的目的,交流时间虽短暂,却很充实。校际之间实现零距离交流,面对面互动,真正使结对帮扶落到实处,架起了教育友谊之桥。

出现不良情绪应如何积极应对?

市五一学校举行心理健康教育讲座

■文/图 通讯员 董蕙菱

本报讯 为了进一步推动学校德育和心理健康教育的发展,切实加强学生心理健康教育,培养学生积极向上的健康心态,提高其自我调节能力。4月17日,茂名市五一学校开展了六年级学生团体辅导——“我的情绪我做主”的心理健康教育讲座。

此次讲座由心灵驿站教师董蕙菱和谢颜秀共同主讲。本次讲座通过“踢猫效应”、“神奇画展”、故事分享和有趣的互动等多种方式,帮助同学们直观认识情绪、合理调节情绪和培养健康的情绪。

董蕙菱从情绪的基本类型、情绪对人的影响、调节不

良的情绪、共享心情的感悟四个方面带领同学们一起探究情绪的奥秘。在老师的引导下,同学们还发现了可以从表情、动作中觉察到自己或他人正处于情绪当中。同学们也通过分享自己的情绪了解到原来所有情绪的产生都有它的原因,并且情绪会感染身边的人,正所谓坏心情会传染,好心情益健康。最后老师鼓励同学们以乐观积极的态度对待生活、学习,学会做情绪控制的主人,遇到烦心事可以找同学或心灵驿站的老师倾诉,在成长的路上,获得幸福、快乐。

谢颜秀通过有趣的“踢猫效应”短片、故事分享和同学们间产生矛盾的例子给同

学们总结了管理情绪的方法,出现情绪时,应当思考如何应对,学会换位思考,不随意发泄给他人。同时,老师还分享了情绪不好时的应对方法,到镜子面前对自己扮鬼脸,发现自己也可以逗自己开心,其负面情绪瞬间消失。最后,伴随着激昂的音乐《幸福拍手歌》,同学们拍手释放自己的情绪。

此次心理健康教育讲座活动,让同学们认识了情绪的产生、基本类型、对人的影响,当出现情绪时学会如何舒缓内心的情绪,及时走出心理误区,更好地适应学校的学习生活,让校园生活更加和谐、美好。同时让同学们掌握了如何区分积极情绪和消极情绪



的方法,提高了控制不良情绪的能力,进一步提升了个人综

合素质和心理健康水平,真正学会了做自己情绪的主人。

春日里一道美丽风景线

信宜市田家炳小学护学志愿者守护学生上学安全



■文/图 茂名日报社全媒体记者 邓巴烽
通讯员 陈理 李美颜

本报讯 “迟日江山丽,春风花草香。”日前早上7点整,信宜市田家炳小学门前的中兴大街一群穿着红马甲志愿的志愿者们正在护送孩子们过马路,全力护航孩子们的上学安全。他们是由学校家长组成的“护学岗”志愿者。“不要着急,过马路,要走斑马线”,“慢点下车,小朋友,我帮你把书包背好”,“请等一等,让孩子们先过马路”……在信宜市田家炳小学门口对出的中兴大街上,只见12名家长志愿者拿着警示牌,分列在校门口斑马线附近的路边卡点,协助老师和安保人员维持秩序,疏导放学口的车流和人流,提示车主为孩子让行,帮助学生们安全上下车,构成校门口一道美丽而温暖的风景线。

信宜市田家炳小学一直致力于“平安校园”建设,为了给孩子们营造一个安全、文明、和谐、有序的校园环境,充分发挥家长在学校管理中的作用,树立良好的学校形象。信宜市田家炳小学于2023年2月成立家校合力志愿服务队,设立“护学岗”,由家长们自愿报名参加。2月份以来,无论刮风下雨,艳阳高照,家长志愿者们都会坚守在校门口。他们指挥交通,开关车门,保证车辆即停即走;他们疏导学生与家长,保证斑马线上的有序通行;他们搀扶电动车上孩子下车,保证孩子们安全着地。暴雨里,烈日下,严寒中,他们默默地坚守着,无私地奉献着,他们用自己的双手为孩子们撑起了一把安全的保护伞,给孩子们铺就了一条安全的上学之路。

很多学生和家觉得,这几个月在护学志愿者的齐心协力下,校门口交通秩序井然。“志愿者护学活动,不仅为孩子们撑起‘安全伞’,更锻炼了孩子们学雷锋的良好意识,潜移默化地增强了学生和家长的文明实践及安全意识。”信宜市田家炳小学校长姜燕表示,这种家校合力护航的方式,提升了学校的精神文明建设,弘扬了志愿者精神,通过家长的言传身教,能更加有效地教育学生,要学会互助、友爱、奉献,也唤起和凝聚大家维护交通秩序和学生安全的责任心,为优化学校周边环境、营造安全畅通的和谐校园奠定了坚实基础。

电白一中开展“5·25 我爱我”心理月活动 “积极心理”让生活如诗如歌

■通讯员 吴一霞 周敏华

本报讯 发现爱,感受爱,互爱互助,感受积极的生命意义。近日,电白一中青少年发展指导中心杨景恒、吴一霞、周敏华和叶彩兰四位老师携心理社团社员,开展了主题为“积极心理,幸福人生”的“5·25 我爱我”心理月活动。此次活动也迎来了吴一霞名教师工作室的学员们观摩学习。

据介绍,积极心理学之父Dr.Martin Seligman在2011年提出幸福模型——“PERMA”。PERMA具体是指:积极的情绪、投入、良好的人际关系、意义和成就感这五个元素。就此,分别设计了“收集最美笑脸”“暖心飞鸽”“情绪回收站”“彩绘曼陀罗”“OH 遇未知的自己”“我的成就故事”“共种善意树”“PERMA 长廊”等游园活动。

收集校园最美笑脸

第一个环节,寻找校园最美笑脸,同学们在笑容签到板上设计自己独一无二的笑脸,然后在精心制作的PERMA相框内定格留下笑容,记录自己珍贵的小确幸,这份精致的仪式感无形中提升了同学们对幸福的感知。

暖心书信“飞鸽”投递

纸短情长,不胜依依,“暖心飞鸽”以书信的形式,为自己的同学、朋友或老师传递自己的一份暖心祝福,也可以为高三的师兄师姐们送去自己的鼓励式特快投递,可匿名可实名,心理社员可充当“信鸽”一角,充分发挥友谊使者的角色。此次书写的明信片以电白一中独特的风景照为背景,希望可以提高学生在校的认同感和归属感。这个活动很受欢迎,300张明信片,不到半个小时就被写完了,同学们都意犹未尽。

“回收站”消除坏情绪

一个人成熟的标志之一,就是整理内心秩序的能力,能够把内心激烈无序的情绪波澜变成相对有序的部分,回归事实层面的因由,诚实地面对自我,此次活动以“消极情绪—觉察—书写—调节—力量—好状态”为设计思路,让学生将自己的消极情绪书写下来,贴在标有“情绪回收站”的宣传板上,再随机抽取积极心理提示卡一张,并分享抽到的卡片题目上的答案,希望同学们学会用合理的方式宣泄消极情绪,找回理智的掌控权,以具体可行的方式去处理现实问题,踏实

而坚定地回归积极状态。

用绘画寻找“心动力”

曼陀罗绘画是一种被广泛应用的心理治疗和艺术疗愈工具,具有帮助画者了解自己,回归本心的作用。学生遵循自己的内心,安静投入地描绘自己的曼陀罗,并把自己的作品挂在附近的位置,很多同学表示看到自己的成品时有着满满的幸福感和成就感。

OH 遇未知的自己

OH卡就像心灵的一面镜子,每次参与者都能从自己的解读中照见自己的内心,所以OH卡也叫潜意识投射卡。高中生正处于自我同一性整合的关键时期,对自己探索充满了非凡的热情与好奇。所以,同学们都里三层外三层地排着队积极地参加OH卡现场小团辅,此次活动以“消极情绪—觉察—书写—调节—力量—好状态”为设计思路,让学生将自己的消极情绪书写下来,贴在标有“情绪回收站”的宣传板上,再随机抽取积极心理提示卡一张,并分享抽到的卡片题目上的答案,希望同学们学会用合理的方式宣泄消极情绪,找回理智的掌控权,以具体可行的方式去处理现实问题,踏实

讲述自己成就故事

同学们在现场用麦克风向大家讲述自己的一个成就故事,并完成自己的能力雷达图,还可以赢取小奖品一份。有人曾听说过失败是成功之母,但也有人认为成功才是成功之母。从自己的成功故事里学生可以

更清晰地看到自己的能力优势,这些都是学生自信的来源,也是对未来冲刺的重要动力。对于自己能胜任的事情,学生会更愿意投入时间与精力,在这个过程中可以体验到积极心理学中提到的“心流”。

小确幸贴满“善意树”

真正的幸福,是懂得发现小确幸、享受小满足、感知小美好。幸福感,藏在每一件生活的小事里。每个路过的同学将自己平时感受到的美好和善意写在叶子上,并把它贴在我们的“善意树”上,从光秃秃的树干到绿意盎然的参天大树,我们看到了同学们对生活满满的热爱与感恩之心。

PERMA 长廊抢眼

PERMA 长廊汇集了积极心理学的相关知识和探索生命意义的漫画图片等等,学生画的曼陀罗绘画也聚集在此处,展示内容长达百米,丰富、有趣,又具有教育意义。同学们被精彩的内容所吸引,纷纷停下匆忙的脚步,认真观看。有很多高三的同学向心理老师反馈:“老师,这些图片能不能挂到我们高三那栋楼,我们刚考完二模,看了这些积极话语,感觉自己很有用,心理舒服