

探索者

让更多学生走向更广阔的世界

记慈利县优秀校长伍双辉

姚楚民



伍双辉始终认为，坚持兴趣和自觉是学习最大的要义。他非常注重激发学生的学习

兴趣，引导学生自觉主动学习。

在教学中，伍双辉十分重视在积累、阅读、演说和写作中实现对学生语文核心素养的培养。平时，他注重词语的积累和运用，组织学生每天坚持抄记3个成语、进行成语接龙和感悟分享，将其称之为 成语盛宴；注重名言警句的积累和感悟，每天组织一名学生上讲台演讲自己对该名言警句的领悟，将其称之为 名言盛会；注重整本书的阅读和赏析，每周安排一个课时组织学生阅读，并组织

学生写读之所得，将其称之为 阅读盛典；注重学生对社会大事和焦点的正确认

识和态度，每周安排一个课时组织学生收看《新闻周刊》，并组织学生写下自己的观点或感悟，学生优秀的习作他每学期一整理编成集子供学生阅读分享，将其称之为 社会盛

景。

他这些务实而又富有创意的教学方法，让他所教的1901班语文成绩名列前茅，高考时超全校平均分10多分。他的学生中有20多名学生的作文在系列报刊杂志上发表。

时代新人的 引导者

要把落实 立德树人 根本任务贯穿到整个教育过程中，要把为党育人、为国育才

落实到行动中。 这是伍双辉写在教育日记里

的一段话，也是他当校长的 秘诀。

在慈利县第四中学，伍双辉提出深挖学校百年老校的历史文化，传承袁任远等一批老校友的革命精神和为民情怀，结合与学校相关联的红色资源着力打造 任远 德育品牌。在他的规划和推动下，学校已基本形成体系完善、形式多样、红色充足、情怀深厚的 任远 德育品牌。

每个年级有针对性的开展不同的红色教育活动，达到培根铸魂、厚植情怀和青年壮志的目的。伍双辉要求，高一学生参加 袁任远故居红色远足 活动、清明节 瞻仰烈士陵园、赓续红色血脉 祭奠活动、以弘扬五四精神为主旨的演讲活动，通过学习领悟老校友的革命精神、革命烈士的牺牲精神、五四运动的爱国精神，在学生心中埋下民族复兴的种子。到了高二，组织学生参加 瞻仰抗战遗址、爱我大好河山 垭门关爱国远足活动，从抗战中认识到青年一代的不忘国耻、爱我河山、民族复兴的责任使命。高三时，组织学生参加 登笔架山 展龙凤志行成人礼 励志远足活动，登高望远，展书生意气，谈宏伟抱负，立报国壮志。

从 铸魂 到 情怀 再到 壮志，从高一、高二到高三，伍双辉将教育理念与学生成长发展的过程相结合，在活动中既有校本教材的课堂 润心，也有具体活动的研学践行，还有活动成果的作文 抒怀，入脑入心，知行合一，效果良好。

慈利县第四中学政教处有关负责人对此介绍： 伍校长创新推出的教学模式充分利用了本土红色资源，引导学生通过追溯红色记忆、挖掘红色故事、体悟红色文化等体验式教育，弘扬了红色文化，厚植了家国情怀，增强了爱国精神，一系列的德育实践活动已成为学校响亮的德育品牌。

谈及未来，伍双辉说： 荣誉只是过去，作为一名党员教师，让更多的学生走出大山，考进理想大学，做一个堂堂正正的人，始终是我最大的追求。

教育资讯张家界航院：
英语 词达人 勇摘全国一等奖

近日，第四届 外研社 词达人杯 全国大学生英语词汇能力大赛国赛公布获奖结果，张家界航空工业职业技术学院的学子在本届大赛中分别荣获高职高专非英语专业组一、三等奖的优异成绩。

张家界航空工业职业技术学院共有3名学生参赛，经过激烈的角逐，凭借扎实的英语词汇基础和卓越的表现力，233216班唐一斌同学以全国第35名的成绩荣获国赛一等奖，220237班张茂松同学以全国第190名的成绩荣获国赛三等奖。

本次大赛由中国外语战略研究中心、中国外语教材与教法研究中心和上海外语教育出版社（简称外教社）联合举办，分校赛、省赛、国赛三个阶段，以英语A、B级词汇以及思政词汇作为竞赛内容，通过在线测试的形式展开竞技。该大赛被列入中国高等教育学会发布的《2023全国普通高校大学生竞赛分析报告》观察目录，也成为该报告中唯一上榜的大学生词汇类大赛。（向冬雪）

中国国际大学生创新大赛（2024）
青年红色筑梦之旅 活动启动

6月12日，中国国际大学生创新大赛（2024）青年红色筑梦之旅活动在上海启动。

中国国际大学生创新大赛（2024）由教育部等12个部门与上海市人民政府共同主办，上海交通大学与上海市闵行区人民政府承办。今年大赛 青年红色筑梦之旅 活动以 扎根中国大地、创新筑梦青春 为主题，使广大青年学生厚植家国情怀、扎根中国大地，用创新实践服务国家、服务人民，将个人奋斗融入强国建设、民族复兴伟业。

启动仪式现场，来自全国各地的青年学生代表，以 我的岗位在乡村、在车间、在沙漠、在深海、在蓝天 为题，分享了他们在基层医疗、智能制造、绿色环境、海空装备等领域的创新创业实践，讲述了中国当代青年主动服务国家急需、把青春奋斗融入党和国家事业的生动故事；通过AI技术生成的 钱学森数字人 讲述了 我的岗位在中国，勉励广大青年学生传承老一辈科学家精神，坚持不懈奋斗报国。

（据新华社）

教育时评

让 科普之翼 更有力

喻思南

公民科学素质的提升需要持续呵护和培养。科普是全社会的共同事业，满足人们丰富多元的科普需求，关键在于持续完善全社会参与科普的机制。

无人机飞行表演、缠绕画制作体验、飞天小豹 数字人讲解、小小航天人 艺术团表演 前不久，2024年全国科技活动周期间，一场科普市集在上海黄浦江边举办。通过互动体验、科普展示等形式，一系列好看、好玩、好学的科普产品触达普通市民，人们在 边玩边学 中探索奇妙的科学世界。

科普普及是推动公民科学素质提升的重要手段。前不久中国科协发布的调查结果显示，2023年我国公民具备科学素质的比例达到14.14%，比2022年的12.93%提高了1.21个百分点。我国公民具备科学素质的比例稳步提升，反映出国家科普能力建设成效。当前人民群众对科普的需求与日俱增，更加多元。让科普深入人心，还需要在服务的精准性上下功夫。

好的科普往往不是单方面的输出，而是与受众需求的双向互动。由于知识结构、所处环境的差异，不同人群对科普的需求也不

尽相同。围绕个性化需求做科普，化 大水漫灌 为 精准滴灌，效果可能事半功倍。比如，在云南昆明嵩明县，当地围绕农民在种植中药材方面的痛点，通过 农户点单+部门派单+专家接单 的方式，组织专家开展科技下乡讲学活动，调动了群众的学习积极性，科普成效显著。再比如，针对中小学生对科学好奇，中国科学院深圳先进技术研究院实验学校开设了 博士课堂，引入一线科研人才做科普，帮助孩子们接触学科前沿、培育科学思维，在孩子们心中播下科学种子。

提升科普效果，要有高质量内容，还得与时俱进创新形式。如今，互联网日益成为老百姓获取科技信息的主要渠道，运用好信息化手段，有助于让科普触达更广泛的人群。 蒸馒头哪层先熟 被陨石划破的航天器如何自动愈合 如何运用热力学知识学会穿衣，不在寒冬中瑟瑟发抖 借助新媒体平台，一些科普团队以图文、漫画、短视频等解析物理知识，不少产品成为爆款。我和妈妈学科学 公益科普活动则以新媒体的方式，让亲子一起介绍家乡地理风貌、

农林特产等，并解说其中的科学知识。这样的形式，提高了孩子们的参与度，也进一步激发了他们探索科学的兴趣，让大众从科普的被动 接受者 转变为主动 学习者 甚至 传播者。

全面提升公民科学素质，有必要抓好薄弱一环，让科普服务更加均衡普惠。我国科学素质建设取得了显著成绩，但城乡、区域发展不平衡，科普有效供给不足等问题依然存在。可以发挥科普大篷车等流动科普设施便利、灵活等特点，引导科普资源和服务向基层和欠发达地区倾斜。科技特派员、科技小院师生等是推动农村科普的重要力量，调动他们的积极性，能方便乡亲们获得更鲜活有用的知识。

公民科学素质的提升需要持续呵护和培养。科普是全社会的共同事业，满足人们丰富多元的科普需求，关键在于持续完善全社会参与科普的机制。随着科普工作逐渐融入经济社会发展各领域各环节，更高质量的科普内容，更多元的科普形式，必将让 科普之翼 更有力，厚植科技创新的沃土。

（原载《人民日报》）

教研随笔

内卷与松弛

王渝

著名教育家陈鹤琴先生曾说： 做父母，最好只做 一只手父母 。我想，所谓 一只手父母，就是：不要处处都管制，也不要事事都放纵。所以，作为一名数学老师，我的教育主张其实很简单：内卷与松弛并重。

做老师如同做父母，最好的教育方式，应该一半是内卷，一半是松弛。卷的本质，是为学生打好人生的底子。松的本质，在于给孩子提供一个自由生长的宽松环境。在我的教育教学过程中，我主张孩子在习惯上内卷，心态上内卷，人品上内卷这三个方面。

习惯上内卷。在学习数学上我着重培养他们坚持口算、每天预习的习惯。数与运算是数学核心素养的重要组成部分，数学离不开数、数又离不开计算，坚持口算尤为重要。坚持每天预习的习惯。预习是一种非常好的学习方法，可以有效提高听课效率和学习效率。同时孩子还要做到坚持每天做一道思维题，看一个思维视频，每周讲一道思维题的习惯，让他们在自己讲题的过程中启发思维，在兴趣中锻炼思维，在润物无声中让大脑动起来。

心态上内卷。随着家长的年轻化，孩子的个性化，身心健康远比成绩优异更重要，在我的数学课堂上我着重培养内心强大、抗挫折力强，不轻易放弃的孩子。

在我和孩子的交往过程中，我是一个 护犊子 的老师，我崇尚少批评、多鼓励的教育方式，鼓励孩子不要怕犯错。耐心地鼓励可以换来孩子的自信，也可以换来孩子自我价值的体现。批评固然需要，我们只批评孩子的某一件事或者某种行为，也要用对语言和方式，要起到警示所有人的作用，而不是羞辱某一个人的目的。我会在孩子们遇到困难的时候启发孩子独立思考应该怎么办，培养孩子解决问题的能力。我相信，当孩子内心足够强大就会不惧困难，勇往直前！

人品上内卷。作为老师，我们要教会孩子学做人，首先要以身作则把热心、热情、正直、善良、阳光，开朗这些好的特质传递给孩子们，孩子自然也会成为那个心中有爱，眼里有光的人。

关于松弛，我认为孩子要做到情绪上松弛，成绩上松弛，结果上松弛。作为老师，尽量给孩子提供一个宽松愉快的成长环境，小事上不消耗孩子，让孩子自由去探索世界。不拿成绩当成评判孩子的唯一标准，而是多看到孩子取得的进步和不足，进步就表扬，不足的地方就帮助孩子认真改正。任何一件事情要注重过程而不是结果，注重在整个过程中你是否努力，是否全情投入，收获了什么？还有哪些可以提升的空间？这些比结果更重要。

让孩子拥有可以治愈一生的快乐童年是我的教育初心，内卷和松弛一直贯穿着我的整个教育生涯。孩子们的童年很短，未来很长，我将带着我的松紧有度的教育主张，陪伴我的孩子们一起成长。（作者系张家界崇实南校老师）

校园风铃

一碗红烧肉的幸福

朱致远

饭桌上，一碗香气浓郁的红烧肉让我心中涌起满满的幸福感，也勾起了我的回忆。

小时候，我很嘴馋，总想着能品尝到美味的佳肴。奶奶总是满足我的愿望，给我带来一次又一次的惊喜。每当我蹦蹦跳跳地跑到奶奶身边，拽着她的衣角问： 奶奶，今天吃什么呀？ 她总是满眼宠溺地看着我，温柔地回答： 今天，就吃你最爱的红烧肉。 一听到红烧肉，我就兴奋得手舞足蹈，欢快地叫着： 吃红烧肉啦，吃红烧肉啦！

后来我上学了，只有逢年过节才能回老家看望奶奶。一次春节，一家十口人齐聚一堂，奶奶开心地准备了一桌丰盛的美食。我坐在餐桌前，发现了一盘诱人的红烧肉，便迫不及待地夹了两块，一口咬下去，忍不住赞叹： 奶奶，你的红烧肉越做越好了！ 众人闻声纷纷动筷，很快，红烧肉的盘子里就只剩下一些残渣。我还想再品尝几口，但盘子早已空空如也，我只好遗憾作罢。

晚饭后，家人们一起走进客厅，准备看电视。奶奶却示意我留了下来，从身后拿出一碗热气腾腾的红烧肉。她轻轻地刮了刮我的鼻子，笑着说： 知道你还没吃饱，奶奶特意留了一点给你，快趁热吃吧。 我接过红烧肉，心中充满了喜悦，奶奶也跟着笑了起来。

转眼间我已经长大，上了中学，学业越来越繁重，平时忙得没有时间去奶奶家吃饭，与奶奶见面的日子也越来越少。有一次考试，我发挥得不好，让我心情十分低落，吃饭也变得索然无味，父母也为我担心。一个周五，我像往常一样独自回家，打开家门，一股熟悉的香味扑鼻而来，是红烧肉的香味！我惊喜地走向餐厅，奶奶正在那里等着我。我顿时惊讶得说不出话来，奶奶也没有多说什么，只是示意我坐下吃饭。餐桌上，三菜一汤摆放整齐，尤其是最中间的红烧肉，滚烫的白烟一阵一阵向我袭来，仿佛把我心中的烦恼都一一驱散。奶奶沉默地看着我，仿佛她的爱都融入了红烧肉之中。

如果爱可以用形容词来描述，我想，那一定是沉默的、热气腾腾的，就像奶奶和她的那盘红烧肉一样。

（作者系慈利县一鸣中学学生）