

把教室搬到企业、高校、研究院 “博雅课堂”激发学生科学探索兴趣



初中部健美操校队在进行表演。

将课堂搬出校园,走进企业、高校、研究院,实践基地……会产生什么样的火花?在武汉光谷未来学校,每个孩子都有机会进入不一样的“博雅课堂”,通过实践,近距离接触前沿科技,激发孩子们对科学探索的兴趣。

“博雅课堂”是武汉光谷未来学校的特色活动之一,源于学校史地生备课组改造传统课堂,坚持让课堂“走出去”,在实践中真实地感受知识、体验知识,不仅能开阔视野,还能让孩子获得真正的学习与成长。

博雅课堂 在实践中学习新知

702班的同学们在湖北“百校千馆”大思政实践教学平台的支持下深入湖北洪山实验室的科研腹地,漫步农博博物馆的自然长廊,在科学与自然的交融中,感受知识的力量与生命的奇妙。

在樱花季走进武汉大学感受历史与学术的碰撞,703班的同学们踏上了一场浸润知识与诗意的春日探险。“真是太棒了,这次活动不仅让我在最美樱花季看到了最棒风景,更让我有机会与武汉大学的哥哥姐姐们聊学习方法,这对我后面的学习非常有帮助。”703班的同学说。

不仅是深入高校,武汉光谷未来学校还利用学校的地理优势,与周边的高新企业、研究院等展开合作,让孩子们直击科技前沿阵地,开启融合知识、体验与创新的科技狂欢。

在第65个世界气象日到来之际,武汉光谷未来学校小学部师生走进国网电力科学研究院武汉南瑞有限责任公司,孩子们化身“雷电小侦探”,深入电力气象科技的核心领域,感受自然之力与人类智慧的碰撞。

师生登上雷电综合观测平台。高耸的电力气象站如同指向苍穹的“科技之树”,孩子们亲手触摸传感器,聆听专家讲解气象数据如何转化为电网运行的“智慧指令”。当得知这些设备能预测风雨、优化电力调度,一名同学兴奋地喊道:“我以后也要发明更厉害的气象卫星!”

实践的魅力还体现在对自然的探索与劳动的快乐中,光谷有田、金银湖半岛、升华美劳动基地……这些实践基地也留下了光谷未来学子的足迹,他们在田间地头体会劳作的艰辛,在非遗工坊感受传统技艺的魅力,在萌宠乐园与动物亲密接触中学会

关爱与尊重生命。博雅课堂始终秉持开阔学生视野、丰富课余时间、促进学生全面健康成长的理念,将课堂延伸至田间、实验室、博物馆,让教育在行走中、让成长在体验中悄然发生。

科技盛宴 让创新之风刮满校园

你能想象在学校亲眼看见并参与一场“机甲大师对战”吗?3月27日,在武汉光谷未来学校第六届校园科技节开幕式现场,武汉工程大学与武汉理工大学战队进行了一场3V3机甲巅峰对决。英雄机器人、步兵机器人和哨兵机器人默契配合,现场欢呼声此起彼伏。

这样的场景每年都会在校园上演,科技节作为学校“一年四节”中的重要环节,于每年4-6月在学校开展,科技节开幕期间,学校会开展科普课堂、创意编程竞赛及创客产品设计、科技电子板报、科技小制作活动、模拟NO.1竞赛等活动。致力于培养学生兴趣,发现、探究科技的奇妙,带领学生开启一段科技创新旅程,让科学的种子进入孩子们的内心。

会跳舞的盐、魔法吹气球、气球驱动小车、探秘石头、手摇发电……学校为学生打造了参与互动实验的学习环境,老师将科学实验贯穿于日常教学中,学生亲自动手进行多项自主实验探究,做到人人学科学、时时用科学。

学生们还在老师的组织和指导下,利用废旧物品或新型材料进行科学创意制作。孩子们的作品在校园进行展览,学部还组织学生投票选出了“校园科技十佳创意奖”和“校园科技小明星”。

日常学习生活中,热火朝天的科学素养评比活动,点燃了学生们对科学探索的热情。

体艺并重 每个孩子都是“六边形战士”

教育部每年举行的“中外人文交流小使者”全国总展演活动,是孩子们心中的艺术殿堂,也汇聚了全国中小学顶尖的艺术团队。

武汉光谷未来学校少年合唱团历经层层选拔,从第五届线上大区赛脱颖而出。总展演活动现场,一首

《愿》柔美如诗,少年们用歌声编织“一个音符不成乐章,一起歌唱才能响彻世界”的信念,表达出每一个合唱人的热爱与信念,充满了凝聚的力量。层层叠叠的和声如星河倾泻,令观众屏息凝神。另一首充满活力和动感的歌曲《FLY》激情似火,跳跃的节奏与青春活力碰撞,唱响对自由与梦想的无畏追求,全场掌声雷动。

最终以混声合唱《愿》《FLY》征服全场,斩获初中组全国一等奖。这个奖杯,是师生数月苦练的结晶,更是学校艺术教育的璀璨勋章。

除此之外,学校七年级学生代表湖北省在全国智运会上夺得青少年团体赛冠军;游泳队在全国青少年游泳俱乐部联赛中获一金二银的好成绩;健美操队在湖北省广播体操锦标赛暨全民健身操舞大赛中获7项特等奖;武术队在武汉青少年武术(套路)馆校、俱乐部比赛中获5项一等奖、6项二等奖;管乐团在湖北省第十三届黄鹤美育节中荣获一等奖……光谷未来学校鼓励学生自主探究,追求全面发展,这些荣誉不仅展示了学校在体育艺术教育方面的成果,而且展现了孩子们的自信、勇气和毅力。

学校小学部秉持“快乐学习,健康成长,启迪智慧,点亮未来”的使命与愿景,从数理思维、语言能力、体育素养、艺术审美和创新能力五个方面践行全面发展的人才观,以培养新时代好少年为己任,开设了巧指匠人、趣味阅读、心灵奇旅、趣味科学、创意绘画等60余门特色社团活动。

初中部坚持分层教学、个性化辅导,共开设66门选修课,以“小班化+走班制”为特色的教学方式,以“艺术节”“科技节”“体育节”为抓手,开展丰富多样的特色活动,滋养身心、促进发展。

高中部学生自发成立了古典文学社、编程社、国漫社等社团,以及乒乓球、羽毛球、舞蹈、摄影等兴趣小组。这些社团活动不仅培养了学生的综合能力,也丰富了校园文化生活。4月份,学生们可以沉浸在篮球比赛的激情、配音比赛的风采以及科技节的创新氛围中,深刻体验到高中生活的丰富与精彩。

教学节、体育节、艺术节、科技节,学校以“一年四节”为活动载体,丰富校园文化,全面提升着学生的核心素养。(王倩 丰紫薇 杨枫)

五育并举案例



《盘丝洞遇险》

江汉区稚雅幼儿园大二班 赵梓航
指导老师:王新仪



《蚕的宫殿》

江汉区稚雅幼儿园大二班 党海文
指导老师:丁霞

学好物理 重在培养良好的思维习惯

名师名片

李志强,华

中师大一附中物理教师,竞赛教练。所带学生有3人获得国际物理奥赛金牌,14人入选物理奥赛国家队集训队。



作为一名教十几年的物理教师,经常有学生和家长问如何学习物理。论及物理的学习方法,有很多方面可以讲,但最重要的还是思维习惯的培养。

教学的过程中遇到过各种学生,有的学生记笔记非常认真,但要是问一问他笔记里记的某个概念是什么含义,他却可能讲不出来,有的孩子不喜欢记,但总问为什么。这些都是思维习惯的差别,注重记忆还是寻求理解,被动还是主动,而这些思维习惯的差别极大地影响物理学习的效果,尤其是进入高中阶段以后。

如何培养好的思维习惯,给出几点建议。

注重对物理概念的理解

多数人都知道这一点,但具体如何实施呢?

物理概念是抽象的,但是从大量物理情景和问题中提炼出来的,所以学习和理解概念时要与实际情景相联系,要进行思维活动。学习新的物理概念时不能只看教辅资料上总结好的陈述,而要仔细阅读教材以及其他适合自学的书籍,因为这些书里面会给出相应的情景帮助理解。也要认真听老师上课,因为上课的时候老师会创设各种适合的情景来帮助学生理解。比如,加速度是进入高中以来遇到的第一个较难的概念,因为在生活中用得很少。学生要通过比较加速度大和加速度小的运动过程的例子,速度大但是加速度小的例子、速度小但是加速度大的例子,来体会加速度的概念。

学完新课后做课后作业其实就是为了检验自己的概念理解是否准确。所以在课后作业中犯错的题目往往蕴含自己理解的偏差和盲点,要反复思考、纠正,甚至必要的时候要找同学、老师讨论。

把握机会观察和实验

观察和实验是为了帮助自己反复运用物理概念、规律来思考问题。概念好比工具,工具的运用包含几个阶段,首先了解这个工具是怎么回事,应该如何用,然后是在不同场合反复运用,以至于熟练。用物理教学

以“饥饿”助花开

武汉市第十九中学高三(3)班 张焜桐

“就像饥饿的人扑在面包上”,高尔基用这个生动比喻展现了对知识的渴求。在物质与精神产品极度丰富的当下,人们普遍丧失了这种饥饿感,但恰恰是这种警醒意识的缺失,让许多人在舒适中陷入麻木,止步于精神成长的浅滩。

饥饿感可分为物质饥饿感与精神饥饿感。物质饥饿感提醒我们衣食住行,维持生命需要;精神饥饿感警示我们学无止境,充盈精神世界。光谈前者,则使人学与动物几无差;只谈后者,则不现实。故二者缺一不可,保持饥饿感十分必要。

保持精神饥饿,减少物质饥饿。二者虽缺一不可,却应有量的区别。过度的物质饥饿,会使人盲目追求物质生活,变得虚荣丑陋;强烈的精神饥饿感,会使人学而不殆,勇攀精神之峰。且看陶渊明“采菊东篱下”的淡然,在俭朴生活中采撷自然诗意;苏轼“竹杖芒鞋”的豁达,于贬谪困顿里参悟人生至理,此为古人之智。反观今天,网红乱象频出,为何?不过是对物质的过度追求,从而为了流量不择手段造成的恶果罢了。

可见,保持精神饥饿,让精神之花常开,减少物质饥饿,不掉进物欲黑洞,才能收获真正的充实与成长。保持精神饥饿,盛开发展之花。意识反作用于物质。保持精神

专业的语言表达,就是逐渐形成物理观念和物理的思维习惯。有了物理观念的人,遇到各种问题和现象,很自然就用物理的方式来思考。比如,当我们看到一个物体沿着斜坡往上走,人们都会觉得奇怪。但如果进一步问为什么奇怪,有的人只记得这个现象违背经验,而具有守恒观念的人,则会寻找这个奇怪现象背后更深层的原因,比如物体看起来在向上运动,有没有可能重心其实是在降低。课本上列举的一些可以观察的生活现象,可以用生活物品进行的实验,都应该积极参与,这比刷多少题目可能更管用。

多参与运动、劳动

参与运动、劳动、游戏(是指需要动手操作的游戏)可以帮助孩子建立对物理规律的感知,在学习物理的时候这些积累的感知会帮助他构建情景,从而更好地理解概念、规律。比如,在学习惯性这一概念的时候,很多同学能够熟练背诵牛顿第一定律的内容,也能够说出“惯性大小只与物体质量有关”这样的陈述,但是他们并没有真的理解惯性。怎么看出来没理解呢?在解答习题的时候,他看到题目陈述物体往某个方向匀速运动,他总觉得物体受到了一个向前的力。这就是没有理解惯性的概念,因为他的直观经验太缺乏,他很少经历用力击球以后球自己往前运动的场景和感受。

劳动、游戏也是类似,比如洗碗、洗衣服、晾衣服、扫地、拖地、整理物品、滚铁环、玩弹珠,孩子的各种感官都在与物理现象和物理规律打交道,并且孩子还要思考如何很好地完成这些任务,他就会不自觉地运用了物理规律。有的家长和老师只看到了孩子到高中时期物理总也学不好,把原因归结为孩子没有物理思维、不够聪明、花的时间不够多、刷题不够等等。但同样的孩子数学却能学得比较好,原因是数学本来就是抽象的,所以学习和认知的过程不需要物理世界的直观经验来支撑,而物理的学习需要丰富的直观经验来支撑,这些经验就是在平时看起来与知识学习无关的劳动、运动、游戏之中积累起来的。

吾辈青年躬逢盛世,不应因“饱”而不知“饥”,溺于安逸。既要避免在物欲漩涡中迷失本真,更要警惕在信息洪流中钝化思考。应利用好物质、精神资源,理性追求物质,努力探索精神,助力成长之花盛开。投身于建设物质、精神平衡发展、相得益彰的美好世界。

指导老师黄文君点评:本文以“饥饿感”为切入点,构建了物质与精神的双重维度,具有鲜明的思辨色彩。论证结构严谨,从高尔基的经典比喻到陶渊明的古贤风骨,再至当代科技创新的例证,形成时空交错的论证脉络。同时,结尾的现实观照彰显青年担当。总体展现了较好的议论论说能力与人文积淀,对当下物欲社会的警示具有现实意义。

心赋能 梦起航 中考前家长学生的心理调适建议

中考进入倒计时,初三学生小丽(化名)的焦虑情绪越来越明显。站在人生第一次大考的门槛前,她心中交织着期待与焦虑:既盼望三年的辛勤付出收获圆满,又忐忑于梦想能否照进现实。日程表里,排得满满当当的学习计划,像一座无形的大山,压得她喘不过气来。更令人不安的是,最近她总是不由自主地设想中考失利的情景,这些挥之不去的念头让她的心绪愈发烦乱。

在中考到来之际,如何保持平稳的心态度过这个特殊时期?如何使用更加科学的方式做最后的冲刺?本期的《你问我答》邀请武汉市钢城第六中学的专职心理健康教师郝都瑶,与家长、同学们分享如何正确地调整心态,用科学的学习方式备考。

化整为零,重在行动

作为多数人经历的首场大型考试,中考常被同学们无意识地“整体化”——变成一个看似无法分解的庞然大物。应对这种压力,我们可以运用“化整为零”的心理策略,将中考这个大目标分解成一个个小目标,从而降低压力,提升效率。

首先,同学们可以根据每门学科的特点制定针对性的学习计划。中考并非一场孤注一掷的战役,而是由多门学科组成的“组合拳”。在制定计划时,也应尽力做到能细则细,避免如“提高数学成绩”的笼统目标,而是根据自身水平规定每日完成的题目数量,并给自己设定完成期限,例如“在今天10点前我要整理5道错题”。这种化整为零的策略,能够帮助我们更清晰地把握复习方向,避免因目标过大而产生的盲目焦虑。

此外,建议同学们养成“现在最重要”的思维,把担心未来变成实际行动。在每一次考试中,集中注意力在眼前的每一道题上,就像解谜一样一步步前进,而不要总是一边做一边想着最后的分数。

信心加持,效能突破

在充满未知和挑战的考场上,信心往往成为决定成败的分水岭。心理学家班杜拉提出,个体对自己完成某项任务能力的信念直接影响着行动的效率。同学们可以从以下几个方面尝试提高自己的自信心:

不断累积小的成功经验是提升信心的最佳途径。同学们可以通过设定小目标,例如每天1道数学题或是背5个单词,并在达成后给予自己肯定和鼓励来积累成功体验。此外,可以尝试回忆过去在其他领域(体育/艺术/科技等等)的成功经历,重温当时的喜悦和成就感,这种积

极的回忆体验有利于将信心迁移到当前的学习中。

榜样的力量不容忽视。“既然他能做到,那我也试一试”建议同学们可以找寻一个身边的优秀同学作为自己的“模仿对象”,观察他的学习习惯、思维方式,试着追随榜样的脚步,从他人的成功经验中汲取力量和信心。

用积极的语言和思维来提振自己的信心。同学们可以通过积极的自我对话,用“我可以做到”“我已经准备充分了”等肯定性的语句代替“我不紧张”“我不焦虑”来进行正向的心理暗示。你相信吗?很多时候,事情真的会按照我们想象的样子发生!

摒弃极端,理性面对

许多同学和家长之所以焦虑,往往是因为将中考的结果“灾难化”了,不断进行过度思考,将可能的失败无限放大,进而影响备考状态和考试发挥。

因此,同学们,当你意识到自己又开始过度思考时,不要试图压抑或抗拒这些想法,而是温和地接纳它们,并告诉自己:“这些只是想法,并不是现实。”当感到思绪纷乱时,可以尝试以下方法帮助自己平静下来:深呼吸练习——缓慢地用鼻子吸气4秒,屏息2秒,再用嘴呼气6秒,重复几次,专注于气息的流动;简易冥想——闭上眼睛,将注意力集中在身体与椅子及地面的接触感,或观察呼吸时腹部起伏的变化;感官锚定法——说出你此刻看到的3样东西,听到的2种声音,触到的1种感觉。这些方法能通过生理调节打断反复的负面思维,把注意力拉回当下。

中考不仅是一次知识的检验,更是心理的考验。作为家长,您可以这样做:

做情绪的“稳压器”。每天给自己10分钟“情绪隔离期”——深呼吸、听音乐、先安顿好自己的焦虑。避免使用“考不上怎么办”等灾难化语言,改用“我们慢慢来”的成长型思维。

当智慧的“脚手架”。每周与孩子共同制定“弹性计划表”,预留20%的调整空间。用“错题攻克日”代替笼统的“好好复习”,比如每周三定为“数学错题诊疗日”。

做温暖的“观察者”。建立“三色情绪记录”:绿色(平静)、黄色(焦躁)、红色(崩溃),及时识别预警信号。当孩子情绪波动时,先递上一杯温牛奶,再说“需要聊聊吗?”

最好的备考不是孤军奋战,而是全家携手、共同成长的过程。无论结果如何,这段相互理解、彼此支持的时光,终将成为您与孩子最珍贵的记忆。

(记者覃柳珺 整理)