长江水袖舞出人生云锦

高中“美育出圈”助学生实现“弯道超车”

同学们表演舞蹈《映江为云锦》。

18名武汉高中生用《映江为云锦》舞出长江的浩渺壮阔,在网上很“出圈”。近日,这支由武汉市第三十九中学选送的舞蹈斩获第八届全国中小学生艺术展演舞蹈组一等奖,这是该校蝉联全国一等奖。此外,学校还连续五年夺得湖北省黄鹤美育节一等奖。

这所有着百年历史的老校,25年来坚守“以美育人,以美育心”,已悄然转型为“武汉艺术教育标杆”学校。

百年根系滋养艺术基因

作为武汉市首批艺术特色普通高中,三十九中自1999年开设艺术课程以来,坚持“以美育人,以美育心”的理念,构建起“普及+特长”的双轨教育体系。在三十九中,学校一方面面对全体学生开设音乐欣赏课、美术欣赏课和形体课,普及审美知识,使学生感受美的熏陶,全面培养综合素质;另一方面,根据学生的个性特长,组建校园合唱队、舞蹈队、体操队等艺术团体,组织参加各级比赛和演出,通过社会实践等形式提高艺术水平,展示艺术才能,还从中选拔出一部分具有天分的学生通过艺术进行“弯道超车”,实现人生理想。

近年来,学校在艺术教育领域屡创佳绩:五年蝉联湖北省黄鹤美育节一等奖,舞蹈《禾下》《映江为云锦》两度斩获全国中小学生艺术展演最高奖,美术生三年实现从削铅笔到办画展的跨越,音乐特长生叩开皮博迪音乐学院大门……

用舞姿书写城市诗篇

“当裙摆飞扬时,我仿佛成了江上的晨光与晚霞。”高二学生王伊蓉说。这部由18位女生演绎的获奖作品,将长江的万千气象凝练为舞蹈。从清晨的薄雾氤氲到傍晚的霞光漫天,少女们用柔韧的腰肢展现江水的律动,用翻飞的水袖勾勒云霞的变幻。创作团队中不仅有舞蹈特长生,还有5位零基础舞蹈爱好者。王伊蓉在老师和舞蹈特长生们“一对一”的辅导下,用浸透汗水的舞蹈服和青紫的膝盖,完成了从“动作笨拙”到“融入江水”的华丽蜕变。

这样的艺术突破并非偶然。早在2022年,学校的舞蹈《禾下》就已在全国舞台大放异彩。学生们在地板上反复磨砺,用身体演绎禾苗破土而出的坚韧,最终演绎出展现袁隆平“禾下乘凉梦”的动人画卷。这两部作品的成功,折射出三十九中的艺术教育追求:将地域文化融入创作,用真实情感驱动艺术表达。指导老师徐颖说:“我们不是在编排动作,而是在书写武汉儿女对母亲河、对土地最深沉的爱。”

打造科学的培养机制

三十九中的艺术教育之所以取得了丰硕成果,关键在于建立了科学的培养机制。“一生一案”个性化培养。学生要从零开始学专业,又要学文化,时间、精力分配成难题。学校根据高中艺术生的学习特点,系统地编写了艺术生校本课程教材。校本课程使学生在学习时有章可循,减少了学习活动中的很多无效环节,节约了时间,让学习时间变得更为紧凑,学习更有效率。除此之外,为了全力帮助学生们圆梦,学校坚持“一生一案”的培养方式,根据每个学生的特点,制定具体方案。

专业师资全程护航。学校目前现有音乐在编教师6人,其中音乐课教师2名、声乐教师2名、钢琴教师1名、舞蹈教师1名。多名教师荣获武昌区第十四批学科带头人、优秀青年教师荣誉称号。学校持续开展“青蓝工程”“校长讲堂”“青兰学堂”,组织“教学技能大赛”“教坛新秀”“一师一优课”“班会课大赛”等,为青年教师引路子、压担子、搭台子、架梯子,多维度推进高水平教师队伍建设。

硬件过硬保障有力。学校近年来斥资升级校园设施,构建“科技+人文”双翼发展格局。老学区除教室外配备多学科功能实验室及开放式AI创客中心;学校食堂总面积约1650平方米,可容纳500名师生同时就餐;独立艺术教学楼内设8间专业级音乐教室、10间多功能美术教室、可容纳50余人的形体舞蹈室,并配置多间独立琴房。校园每一处空间均以学生为中心设计,兼顾功能性与美学体验,为学校特色办学提供坚实保障。

实践舞台无处不在。从校园艺术节到全国展演,从冬奥会舞台到韩国国际文化交流大会,学校为每个有潜力的学生搭建展示平台。

让美育成为终身滋养

漫步三十九中校园,艺术早已融入每个角落。美术生设计的彩绘长廊蜿蜒伸展,音乐楼飘出的琴声与百年银杏沙沙声共鸣,舞蹈室的落地镜映照着梧桐叶落的轨迹。这种浸润式的美育生态,让学生们受益匪浅,让美成为终身的滋养——摄影社社长刘乐轩用镜头记录食堂烟火气,作品登上《学习强国》获30万点击;毕业生徐子雯考入中南财经政法大学后,带领啦啦队操舞技艺继续斩获国家级奖项……

数据显示,该校大批学生通过艺术特长之路考入清华大学、中央美术学院、中央音乐学院、北京电影学院等国内知名高校。比数据更动人的,是那些被艺术重塑的学生们:沉默寡言的男孩在舞台中央绽放光芒,中考失意的女生通过画笔重拾自信,文化课教师也在艺术熏陶中创新教学方式。

当18名女孩用《映江为云锦》舞出长江的浩渺,当贾逸凡的油画展迎来第一批观众,当古筝的旋律从琴房飘向皮博迪音乐学院——在三十九中,没有“普通”的学生,只有等待闪光的星辰。首义路的晨光,正照亮越来越广阔的舞台。

(杨枫 李步敏 常莉)

五育并举案例

生物学复习攻略:

巧建思维体系,突破考前瓶颈

名师名片:刘娟,武汉市第四十九中学生物教师,省优质课一等奖获得者,省优秀生物学科教师,区学科带头人,区十佳备课组长。

高考临近,生物学科的复习面临着两大核心矛盾:一是有限的复习时间与繁杂的知识内容之间的矛盾,二是提升分数的需求与思维瓶颈之间的矛盾。许多同学因害怕遗忘知识,不断机械重复细碎知识,虽看似有着扎实的基础,但在答题时却容易出现“想不起、不会用、答不全”的现象。究其根源,是缺乏对生物学知识、思想方法及科学思维路径的有效整合,导致对知识的迁移应用不足,面对新情境问题便会无所适从。

为突破这一瓶颈,实现知识的全面掌握与灵活运用,可以从以下三个方面入手,分别是构建“思维骨架”,具化核心概念,显化思维过程。

构建“思维骨架”,贯通主干知识

高中生物学知识虽看似零散,实则有着严谨的内在逻辑。在复习过程中,回归教材并非简单地将基础知识再次“一轮化”,而是从核心概念入手,通过图式构建,围绕某一主题将主干知识有机联系起来,构建知识的“思维骨架”。

以核心概念“稳态”为例,可以从分子水平、细胞水平、器官水平、个体水平以及群体水平等生命系统的不同层次对稳态的概念进行深入理解。同时,将不同模块、不同章节的知识有机整合,贯通主干知识,形成完整的知识体系。构建图式的过程,既强化了概念理解,又培养了系统分析的思维方法,从而能提升学习能力。

具化核心概念,攻克知识难点

经历一轮复习以后,考前复习需更加注重知识的内化和应用,即从“特殊到一般的概括”转变为“一般到特殊的演绎”。上述关于“稳态”的概念图仅是对知识的整理,从不同层次理解稳态的概念,而要实现概念的迁移与运用,还需要从某一层次将概念具象化。将“稳态”概念从个体水平入手,此概念应包括其定义、意义、调节机制及动态特征等,复习时需结合具体的情境来分析人体内环境生理状态的变化,从体温平衡、水盐平衡、血糖平衡等角度具化稳态的调节过程及机理,从而突破人与动物生命活动调节部分的重难点内容,攻克知识难点。如2023年湖北卷第5题,以马拉松比赛为情境,比赛中运动员出现不同程度的出汗、脱水和呼吸加深、加快等现象,可以从血浆pH值调节、水盐平衡调节、神经调节等方面进行分析,具象化核心概念“稳态”的内容,从而攻克人体内环境调节过程的相关难点。

显化思维过程,突破长句应答

思维过程可视化,实质上是结合知识体系,将内部思维过程用简单的语言进行描述,从而构建思维框架,使思维路径清晰化,以便组织答题用语,推理并整合解决问题的路径。这个过程可以解决学生“不会用、答不全”的困扰,从而突破长句应答的相关题型。

目前全国卷及各省市高考生物学试题中,实验设计、原理阐述类、原因分析类等长句表述题占比达30%~40%,其评分标准强调“科学术语准确、逻辑链条完整、因果关系明确”三大要素。“科学术语准确”考查基础知识,考前复习回归教材时,可以精选教材段落(如黑体字、小字注释、章末小结等),实施“三遍朗读法”,即第一遍时默读,同时将课本上的关键词划出;第二遍时朗读,注意语言的连贯性;第三遍时脱稿复述,注意重点内容之间核心逻辑的准确性。“逻辑链条完整、因果关系明确”需要学生将思维过程可视化,建立思维图式,精准调用相关知识进行规范表述。

如2023年湖北卷第19题第(2)小题:如果气候变化持续加剧,雪豹种群可能会面临_____的风险,原因是_____。

第一步:从题目信息入手“气候变化持续加剧”“栖息地丧失和生境破碎化”,结合知识体系“地理隔离会阻碍种群间的基因交流”,分析因果逻辑关系。

第二步:构建逻辑链条,显化思维过程。

条件或原因(气候变化持续加剧)→过程(栖息地丧失和生境破碎化程度加剧)→结果(阻碍了种群间的基因交流);由于气候变化的持续加剧,前一阶段出现的结果成为引发后续变化的条件或原因(阻碍了种群间的基因交流)→过程(近亲繁殖)→结果(种群灭绝)

第三步:运用原因类表述模板,规范答题。

原因分析类的答题模板:“由于_____(直接原因),导致_____(中间过程),因此_____(结果/现象)。”

规范答题:雪豹种群可能面临灭绝风险的原因是:由于气候变化使雪豹栖息地丧失和生境破碎化程度加剧,阻碍了种群间的基因交流,导致近亲繁殖,因此雪豹种群可能会面临灭绝的风险。

构建“思维骨架”,贯通主干知识,使知识体系的构建更具有逻辑性,有效解决学生“想不起”的问题;具化核心概念,攻克知识难点,促进概念的深化理解,实现知识的内化及迁移应用;显化思维过程,构建逻辑链条,有效提高解决问题的能力,从而解决学生“不会用”“答不全”的困扰。复习不是知识的简单累积,而是思维能力的系统升级,用教材知识做盾牌,用逻辑思维当利剑,同学们定能在有限的时间内实现复习效率的最大化。

(记者覃柳玮 整理)

从我做起,成为孩子的同行者

莉莉(化名)是一名中班的小朋友。平时,莉莉听话、懂事,然而,这种“懂事”,让她在集体游戏中显得过于“安静”——对于同龄幼儿感兴趣的玩具、游戏,她兴趣均不强烈,还时常在游戏时间坐在自己座位上发呆。通过和她家长交流得知,莉莉的生活非常自律,上学前听故事,放学后会去学钢琴和小小主持人,周末的两天会参加特长班。莉莉的妈妈很不安:“孩子很乖,但却不像一个小孩子那么快乐,我们这样做是对的吗?”本期“你问我答”邀请到江汉区稚雅幼儿园心理健康教师曹思敏,分享她对家庭教育的看法,探讨如何让“孩子像孩子”。

通过莉莉的故事,我们发现,在孩子的心理健康之路上,家长扮演着至关重要的角色。我们看到听话的、懂事的莉莉其实就是长期被父母高度精神控制的结果。家长在日常的生活中,体会到打压孩子后孩子飞速成长的“甜头”——孩子听话,大人轻松。殊不知,长期生活在这样的氛围下,孩子后期会很有可能因为学习、生活的某一处压力骤升,出现心理上的变化。如果一个孩子从未真正得到过父母发自内心的欣赏与爱,内心未形成稳定的自我价值肯定,就像一朵长期被喂养化肥却从未见过阳光的花,遇到天气一变,就会枯萎。孩子的世界很小,如果家长和学校都向孩子施压,他们很容易自卑、自责、陷入绝望。

养育一个孩子,是希望他在健康快乐的前提下成才。家长是孩子的第一任老师,幼儿时,孩子在和家长聊天、玩耍中建立对这个世界的信任。家长也是孩子人生之列车的驾驶员。面对三观尚未完全形成的孩子,家长要替他们掌好方向盘,带着这列车行驶在阳光下,并通过不断亮出“指示灯”,让列车向正确的方向行驶。作为家长,我们要善于发现孩子的闪光点,少用嘴巴说教,多用行动支持。

家长要平衡心态,接纳孩子的真实自我

我们是孩子的父母,更是他们最坚实的支持者。对于孩子来说,当他无论成功还是失败,都能感受到父母的接纳,才能形成健康的自我概念。家长要避免将爱与日常生活中孩子的表现挂钩,少说“你不听话,我就不爱你了”之类的话,让孩子明白“我爱的是你,而不是你的成功”。

在孩子成长的过程中,孩子会走许多“弯路”。对于孩子的努力尝试,我们要及时肯定他在探索之中的付出,用具体的、描述性的语言对他进行肯定。如:“我发现你在面对困难时没有退缩,还积极地寻找解题思路,很厉害啊!”而不要用泛泛而谈的夸奖“你棒、你很好”这样的词语。这能帮助孩子建立“成长型思维”,便能更加信任自己,增加自我效能感。

从“我”做起,成为孩子的同行者

许多的家长是职场、行业上的佼佼者,在面对孩子提出的问题时,时常会用说教、打压孩子的方法来指导孩子,难以共情孩子的沮丧与悲观。例如,面对连续跳绳,有时候孩子会觉得力不从心,问家长怎样能解决时,家长第一反应是质疑、挑剔孩子:“别人都会,你怎么不会?你每天都在干什么?”孩子在这样长期寻求帮助的路上,得到的不是帮助而是毫无结果的反问,长此以往形成了“习得性无助”,越来越回避困难、自我封闭。这时候,家长应先接纳情绪,用“这个很难,你有点着急对吗?”等话语安慰孩子,再引导孩子解决问题。

孩子全面、健康发展离不开父母科学的、坚实的情感支持。家长心态和行为上的同步支持通过增进亲子关系,强化孩子的心理素质。家长要平衡自身心态,与孩子形成融洽、和谐的亲子关系,光有爱是不够的,家长需要与时俱进更新自己的教育理念、由内至外地渗透在生活的点点滴滴中。

发挥社会力量,你不是一个人在战斗

幼儿的健康心理的发展,不仅仅是家长一方面的战斗,我们可以积极将幼儿发展情况与幼儿园班级教师、专职心理教师进行沟通。通过教师在园对于幼儿、家长的有效指导减少家长由工作产生的消极行为,帮助家长日常活动中积极养育行为产生。

现在,学校、幼儿园里都有专职的心理教师,为孩子、家长提供专业的心理咨询服务。家长可以到校进行心理咨询,在心理教师的建议下及时调节不良情绪,从而避免或减少不良行为的产生。同时,家长要学会接受和表达自己的负面情绪,正确认识情绪存在的意义。完善心理健康支持网络,更需要每个人对自我心理状态保持觉察与接纳。唯有当心理求助不再是“非常态”,真正的心理健康时代才会来临。

《静物组合》
武汉市楚才中学904班 韩俊熙
指导老师:杜春丽 黄凤婷

《太空梦》
武汉市楚才中学903班 周俊宇
指导老师:杜春丽

雪碧杯中的芭蕾舞者

江汉区红领巾精武学校三(2)班 曾胤雨

“葡萄干会跳舞?这怎么可能!”

当我第一次听见老师说出这个魔法般的实验时,眼睛瞪得比铜铃还大,脑袋里瞬间炸开了一串小问号。那些皱巴巴的“小老头”葡萄干,难道偷偷学了芭蕾?这份好奇像只小猫咪,在我心里挠啊挠,我决定亲手揭开这个冒泡的秘密!

实验前,我摆开阵势:请出亮晶晶的玻璃杯将军,邀请会“滋滋”唱歌的雪碧大侠,还有圆滚滚的葡萄干士兵们列队待命。一切就绪,科学小剧场开演啦!

我屏住呼吸,雪碧“哗啦”跳入杯中,杯底立刻炸开一朵透明烟花!无数小气泡举着水晶球,咕噜咕噜往上冒,仿佛在开一场水下音乐会。我的手心直冒汗,小心脏咚咚直跳:葡萄干士兵们,你们准备好跳水了吗?

“扑通扑通!”葡萄干们英勇入水,奇迹发生了!它们像穿上了隐形弹簧鞋,忽上忽下跳起水中爵士舞。瞧,这个旋转360度,那个翻着跟头,最调皮的那颗还在吐泡泡!我捂着嘴差点笑出声,这些穿着琥珀色舞裙的小家伙,简直比动画片还精彩!

最神奇的是,当它们跳累了的“谢幕”时刻——葡萄干们缓缓下沉,像坐着隐形电梯,还依依不舍地摇晃着身体。我趴在桌上看得入了迷,连妈妈喊吃饭都没听见。

后来我才知道,原来是雪碧大侠肚子里的二氧化碳小精灵在变魔法!气泡托着葡萄干上浮,到水面就“噗”地消失,小舞蹈家们就乖乖坐回杯底。随着小精灵越来越少,葡萄干也就跳不动啦。

这次实验像打开了一扇奇妙的窗户,原来科学就藏在冒泡的雪碧里,躲在跳舞的葡萄干中。小朋友们,快睁大发现的眼睛,生活处处都是科学小剧场哦!

指导老师赵攀点评:这是一篇充满童趣与探索精神的佳作。文章以清晰的结构、生动的语言,将一次简单的科学实验描绘得妙趣横生,让读者仿佛亲眼看见了这场水中的芭蕾。

藏着糖果屋的宇宙另一边

江汉区红领巾精武学校三(2)班 胡心妍

“叮铃铃——”放学铃声刚响,我就托着下巴望向窗外。老师说宇宙是面大镜子,那镜子的另一边会藏着什么呢?说不定有间会走路的糖果屋!

记得上次春游去植物园,妈妈说昙花总在夜里悄悄开放。那么在宇宙的另一边,昙花会不会像害羞的小姑娘,专挑大白天绽开白纱裙?要是把会发光的萤火虫和彩虹糖相乘,会不会得到漫天霓虹味的星星?我正想着,忽然发现天上的云朵在倒着飘,像被谁不小心推反了方向的棉花糖。

“小妍快看!”同桌拉拉我的衣袖。顺着她手指的方向,操场边的合欢树正在表演倒立魔术,粉紫色的花穗朝下摇晃,像挂着一串串小铃铛。更神奇的是,我们昨天写的观察日记里,蚂蚁明明是排着整齐队伍搬饼干渣,可今天它们居然踩着高跷,用触角举着蒲公英跳伞!

最有趣的当数宇宙动物学校。昨天我梦见自己变成小兔子,在会唱歌的蘑菇教室上课。山羊老师教我们给云朵捏形状,小狐狸把云朵搓成棉花糖,小鹿却把它拉成丝绸围巾。“淅淅沥沥——”窗外突然下起彩虹雨,我们冲出教室,发现雨水落在身上竟是甜丝丝的,连作业本上的字迹都散发着柠檬香。

“开饭啦!”妈妈的声音把我从幻想中拉回来。我舔了舔嘴角,仿佛还能尝到云朵棉花糖的味道。要是真能穿越到宇宙的另一边,我一定要找到那间糖果屋,把彩虹糖味的星星装进玻璃罐,送给总爱咳嗽的张老师润嗓子。

指导老师赵攀点评:这篇充满童趣的“宇宙探险”,让我们看见孩子眼中万物皆可对话的奇妙世界。小作者用“倒立魔术”“高跷蚂蚁”等鲜活意象,搭建起一座通往童真王国的彩虹桥。