

# 测评变趣味闯关赛 菜地长出的“成长课” 小学解锁五育并举“成长密码”

在黄陂区实验小学的校园里,每天都上演着“不一样的课堂”:一年级学生举着闯关卡“通关集星”,二年级“小农夫”在菜地里收获劳动果实,老师用AI系统批改作文……这所学校解锁“五育并举”密码,在素质教育的画卷上勾勒出鲜活的成长图景。

## 期末测评变趣味闯关赛

6月23日,黄陂区实验小学一年级教学楼传来此起彼伏的欢呼声——该校正在举行“悦享‘双减’轻松学”期末测评。一(3)班的王诗雨举着闯关卡高兴地蹦跳着告诉长江日报记者:“我在‘诗词传诵者’关卡背了《春晓》,老师夸我的声音像百灵鸟!”二(1)班的王一凡展示着自己“七巧创意拼”的成果:“我用七巧板拼出了机器人,还得了三颗星呢!”

该校教务处主任张莉介绍,学校每次举行无纸化测评,都会设置“口算小达人”“口语表达秀”等六七个趣味关卡,将教材知识点转化为“闯关任务”。例如“运用小行家”关卡,学生需根据生活场景图列算式。一(5)班王欣怡抽到“超市购物”图,她快速计算出买2个苹果和3个香蕉一共需要8元。“没有试卷和红笔,孩子们在游戏中展现思维能力,集星卡成了他们最珍视的‘成长勋章’。”张莉说。

期末测评方式变了,孩子们平时的课堂也变了。

数学课堂上,老师尝试用动画讲解“人民币换算”:“以前用教具演示,后排学生看不清,现在通过动态课件,连‘元角分’的换算关系都能‘动’起来。”最让语文老师惊喜的是AI作文批改系统。五(2)班学生熊子欣的作文《我的暑假计划》经系统批改后,不仅标出“比喻生动”的亮点,还有针对性地提出了“增加具体活动细节”等详细的建议。“过去批改50篇作文需要两天,现在用系统10分钟就能完成初评,让我有更多精力放在对学生的个性化指导上。”该校教室负责人展示着系统后台数据,“你看,系统还能生成班级写作薄弱点分析,为精准教学提供了依据。”

## 丰富的体艺活动让每个孩子“发光”

AI技术也为孩子们的体育运动赋能。在操场,孩子们在AI跑道上全力奔跑,用AI跳绳、跳远设备来一场小比赛,设备会智能识别学生身份信息,记录每个孩子的运动数据。体育课上,老师为每个学生戴上智慧臂带。“每个学生的心率、运动时长等数据可以实时同步到平板。”体育组老师打开后台界面,“如检测到学生心率异常,我们会及时调整运动量,科技让体育教学更安全、更高效。”

体艺赛场上,实小团队实力亮眼:2024年黄陂区校园足球联赛小学乙组第三名、区田径运动会小学甲组团体总分第四名、武汉市第十四届校园



学生学习击剑。

艺术节活动第二名、市艺术小人才比赛一等奖18人……这些成绩的背后,是每周两节体育课、40余个个体艺社团的扎实积累。每个清晨的课间操时间,校园化身“活力剧场”:低年级学生挥舞花球跳韵律操,高年级学生在体操中展现力量感,整齐的踏步声与音乐节拍共振。扎染、绘画、雕塑……美术教室里,总能看到孩子们忙碌创作的身影。200余件学生作品共同组成的“美雅艺术长廊”,是学校里一道亮丽的风景。

“我们不追求‘精英教育’,而是让每个孩子都能找到‘发光点’。”学校体卫艺负责人介绍,从篮球、击剑到衍纸、编程,学校各社团采用“线上抢课”模式,每学期参与学生达1000余人次。

## 菜地长出的“成长课”

“快来看!我摘的黄瓜比课本还长!”三(10)班的胡可心在学校“美雅勤耕园”里举着新鲜油亮的黄瓜兴奋不已。当天,三年级学生迎来劳动基地的第三次丰收,孩子们分成采摘组、清洗组、搬运组,在老师指导下完成蔬菜的收获。三(7)班邓梓辰小心翼翼地摘下辣椒:“老师说要闻住蒂头,不然会辣到手,原来摘菜也这么讲究!”

劳动后的分享课更温馨。三(6)班孙沐阳在班级群晒出“黄瓜鸡蛋饼”图片,配文写道:“削

皮时差点切到手,才知道妈妈平时做饭有多辛苦。”三(4)班郑欣阳在劳动日记中记录:“绑竹竿时手上磨出小泡,但看到瓜藤爬上围墙,觉得一切都值了。”

今年5月,学校师生、家长还一起来到大余湾余夫稻田体验插秧。家长们感慨:“劳动教育不是让孩子‘体验吃苦’,而是通过‘播种—养护—收获—分享’的完整链条,让他们在真实场景中体会责任与感恩。”

“教育的本质,是让每个孩子成为‘完整的人’。”在校园长廊,黄陂区实验小学校长胡攀知指着学生劳动成果展示区感慨:“你看这张劳动心得——摘菜时被刺扎到手指,才知道蔬菜的‘成长’也需要勇气,这比任何说教都更有力量。”

胡攀知表示,智育是“根”,让孩子拥有知识储备;德育是“魂”,塑造价值观;体育是“骨”,强健体魄;美育是“花”,滋养心灵;劳动教育是“土壤”,让所有成长落地生根。“教育不是注满一桶水,而是点燃一把火。我们要做的,就是让每个孩子成为‘德智体美劳’的多元土壤中,找到属于自己的火种,最终长成独一无二的模样。”

(通讯员李祥 记者刘嘉)

## 五育并举案例

# 如何化解书写焦虑,让孩子爱上写字

“老师,我家孩子写字像画画,歪歪扭扭总出格子怎么办?”

“孩子握笔姿势不对,写字十分钟就喊手酸,考试时卷面一团糟!”

“隔壁孩子都报书法班了,我们要不要也报?现在不练字,以后考试卷面分会吃亏吧?”

……

这些充满焦虑的疑问,是许多小学低年级家长,特别是孩子刚接触系统书写时的共同心声。家长们的担忧主要集中在三方面:一是担心孩子写字写得歪斜、大小不一、结构松散(书写规范焦虑);二是苦恼于孩子坐姿不正、握笔错误、写字太慢(书写习惯焦虑);三是忧虑未来考试卷面问题失分(书写价值焦虑)。正是这些焦虑,往往促使家长过早、过严地要求孩子进行机械化的重复练字,结果反而容易让孩子对写字产生反感和抵触情绪。本期《问你我答》栏目邀请武汉经济技术开发区湖畔小学书法教师李嘉欣为家长解答,如何化解书写焦虑,让孩子爱上写字。

## 科学筑基:从习惯入手,破解书写难题

面对孩子写字时的各种小状况,许多家长容易陷入误区。例如,在握笔姿势上,反复的口头纠正不仅收效甚微,还容易让孩子紧张不安。李嘉欣推荐,初期可以借助“三指定位握笔器”作为辅助工具,同时配合朗朗上口的口诀引导孩子:“食指拇指轻轻捏,中指托住小铅笔,剩下两指藏手心。”这种方式能更有效地帮助孩子掌握正确握笔法。

对于书写坐姿问题,仅仅笼统地要求坐直是不够的。更科学的方法是引导孩子践行“三个90度原则”:坐下时,膝盖应保持90度,双脚稳稳踩在地面上;腰背挺直,与大腿呈90度,避免依赖椅背;手臂自然放在桌面,肘关节弯曲约90度。这三个角度共同构筑了稳定、舒适的书写姿势基础。

当孩子出现书写疲劳、抱怨手酸、无法坚持时,家长需警惕超量练习的误区。研究表明,6至8岁儿童的持续专注书写时间不宜超过10分钟。采用“番茄钟练字法”更为合理,即设定短时、高效的书写时段(如10分钟),之后搭配约1分钟的趣味手指操进行放松,例如捏捏橡皮泥或弹力球,让手部肌肉得到休息和锻炼。

## 沟通有方:用语言守护孩子的书写兴趣

如何与孩子沟通书写问题,直接影响着他们的积极性。粗暴的批评往往适得其反。李嘉欣建议家长尝试“非暴力沟通”。

用观察代替评判。与其指责“你这行字写得像毛毛虫”,不如具体描述“爸爸发现你字慢慢向右上方倾斜了,像在爬小山坡呢”,这样能让孩子更客观地看到问题所在。

表达感受而非指责。不要说“写字时抖腿的

毛病说了多少次”,试着说“书桌晃动时,妈妈担心笔尖会划破本子”,表达担忧能让孩子更容易接受提醒。

明确核心需求。避免下达最后通牒“今天不写完这页不许玩”,可以协商“我们需要既完成作业,又有时间玩乐高,一起规划下时间好吗”,让孩子参与到计划中。

提出具体请求。模糊的指令如“给我认真写”,效果不佳。换成具体的指导,“请把‘树’字的木字旁写得像树干一样直,右边的‘对’字像树枝舒展”,孩子才知道如何改进。

## 特别提醒:家长需避开这些“坑”

警惕完美主义陷阱。小学阶段书写的核心目标是培养基本的书写意识和能力,而非追求艺术化的水准。家长应允许孩子拥有“成长型字迹”——只要能做到横平竖直、结构清晰、保持卷面整洁,就是值得肯定的进步。过分追求完美会扼杀兴趣。

理性选择书法班。对于低年级的孩子,应优先考虑趣味性、侧重点为书写的课程更为适宜。过早接触需要长时间悬腕的毛笔书法可能增加负担,反而不利于兴趣培养和习惯养成。在选择机构时,重点考察其是否将坐姿矫正和趣味化教学放在重要位置。

善用“三倍放大镜”原则。与其不断揪着孩子的错处批评,不如拿着“放大镜”去努力发现孩子作业中写得最好的那几个字,并给予真诚、具体的表扬。例如,兴奋地指出:“快看,这个‘明’字的左右比例简直太完美了!”这种基于具体细节的正向激励,其效果远胜于反复地纠错和批评。

## 教师寄语:书写是美的启蒙与思维的成长

7至9岁是儿童手部小肌肉群发育的重要时期。在这一阶段,过早、过度地要求书写精细度,容易超出孩子手部能力,引发强烈的挫败感。不妨在正式书写练习之外,通过串珠子、玩剪纸等趣味活动来增强孩子的手部协调性和灵活性。家长不必过分苛求孩子写出如同印刷品般完美的字迹,培养对书写的兴趣和建立良好的习惯才是这个阶段的重中之重。

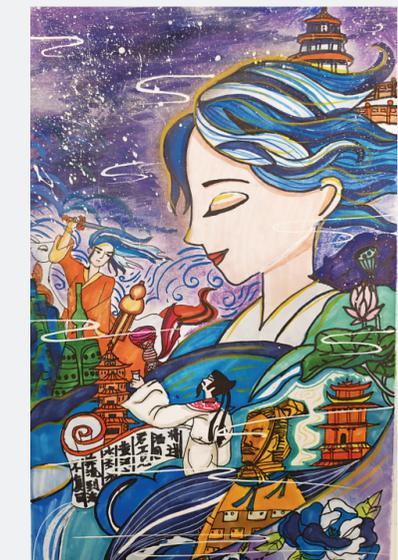
书法教育的本质,是一场关于美的启蒙。当孩子小心翼翼地画出第一个可能还歪歪扭扭的“横”时,他正在努力构建对文字空间结构的初步感知;当他不耐烦地擦掉一个写错的字时,那小小的动作背后,已然萌发着对精确性的朴素追求。每一份稚嫩甚至笨拙的笔迹,都蕴藏着孩子思维发展的独特密码。

作为家长和教师,我们的使命并非催促孩子匆忙赶路,追求速成的“漂亮字”,而是要让他们在探索中发现汉字之美,在书写中感受成长的乐趣与成就感。(杨幸慈 整理)



《我们毕业了》

武昌区未来实验小学南湖校区六F班 吴奕霏 指导老师:吴珍



《回到过去》

武昌区未来实验小学南湖校区五F班 张钰雯 指导老师:吴珍

# 突破词汇记忆瓶颈 化繁为简高效学英语

## 名师名片:

刘绪焱,武汉中学教师,武昌区“优秀青年教师”、武昌区“英语学科带头人”、武昌区“百优班主任”,曾荣获武昌区第十三届“教师五项技能”比赛一等奖。



对于英语学习者来说,突破词汇记忆瓶颈,提升语篇阅读能力是制胜关键。从“构词—词块—语篇”三个维度融会贯通,英语学习便能化繁为简,从被动应试走向主动探究。

## 从机械重复到高效记忆

词根词缀记忆法是一种通过分析词汇的内部结构,帮助学生扩大词汇量的有效方法。英语词汇中有许多由词根、前缀和后缀构成的单词,前缀决定词汇的语义倾向,使用前缀进行记忆能够让学生快速掌握词汇所表达的感情色彩,后缀决定词汇的词性,利用后缀是区分词性最有效的方式。前缀可分为肯定前缀和否定前缀,肯定前缀又分为程度(如super-, mega-, hyper-, multi-)、空间(如inter-, extra-, sub-)、时间(如pre-, re-, post-, ex-)和尺码(如semi-, mini-, micro-, macro-)几个方面;否定前缀可分为区分(如di-, dif-)、反转或对立(如in-, im-, dis-, il-, ir-, de-, un-)、缺乏或消除(如un-, non-, mis-)和对峙(如anti-, contra-, counter-)几个方面;后缀可分为名词后缀(如-er, -or, -ment, -ation, -sion, -ship, -ness)、形容词后缀(如-able, -ible, -al, -ent, -ous)和动词后缀(如-ize, -ify, -en, -ate)。学生通过掌握这些构词规则,能够更加轻松地理解和记忆新词汇。

## 从碎片化记忆到主题意义网络构建

近三年的全国卷高考题显示,英语词汇的考察方式以词块(lexical chunks)考查为主,更强调对语境的依赖性。词块通常以固定搭配(如take part in, make progress)、习惯用语(如to tell the truth, mind your own business)、短语框架(如run out of, a wide range of)及句子框架(如there is no doubt that..., I would appreciate it if...)等形式呈现。

人教版英语教材共有“人与自我、人与社会、人与自然”三大主题语境,12个主题群,32个子主题,每个主题有对应的词块,将每个单元的高频词块按话题分类进行网络化构建,能有效提高学生的学科素养。以必修三Unit 5: The Value of Money为例,我们可以构建经济类主题网络词块 financial crisis, currency fluctuation, sustainable finance, digital economy等,道德类主题网络词块 ethical dilemma, moral integrity等。再如,选择性必修一Unit 1: People of Achievement旨在鼓励学生在“人与自我”“人与社会”的主题背景下,多角度地认识、思考和探索中外

卓有成就的人物获得成功的原因及人生的价值和意义。学生可以在教师的带领下通过以下词块: play a vital part in, a crucial new treatment, with the objective of, insist on analyzing, examine research data, evaluate the results, a committed and patient scientist, show her commitment to, 来构建本单元的语义网络,理解、掌握并运用这些目标词块描述一位卓有成就的人物。

## 从表层理解到深度分析

近几年的高考试卷中的C、D篇阅读作为压轴阅读,对学生语篇解读能力要求很高。在话题不熟悉的情况下,通过对语篇类型和结构的深层解读,运用相应的解题策略可以辅助解题。具体步骤如下:第一步,确定语篇类型;第二步,梳理语篇结构;第三步,确定题目与语篇结构的联系;第四步,运用解题策略答题。

以2023年全国I卷的D篇阅读为例。文章主要介绍了对“群体智慧”效应的一项新研究。从语篇类型上分析,是一篇事实类说明文,属于研究报告,而研究报告类的语篇一般都包含研究背景、过程、方法、结果、评价等要素。从语篇结构上分析,该语篇遵循了“引言—原理—新研究—后续研究—评价”的语篇逻辑。题目的设置也是与语篇结构逻辑主线对应的。第一题是对段落大意的归纳,而科技类语篇往往没有明确的主题句,需要根据文章或段落叙述的事实或提供的线索进行概括总结,以此法不得出这一段的主旨大意。第二、三题分别聚焦“新研究”和“后续研究”,都可以通过题目关键词定位到具体的信息出处。第四题主要考察作者对研究的态度,根据文中的“potential”“numerous”等词汇的感情色彩,可以推断出作者的态度是赞成的(approving)。

再如,2024年新课标I卷阅读理解D篇探究了生物样本数据的可用性,指出实证研究发现的问题并提出提高数据质量的措施。语篇遵循“了解现状—聚焦问题—分析原因—提出建议”的逻辑及结构进行行文布局,考查学生对每个环节关键内容的准确理解,通过以上步骤也不难得出正确答案。

以构词法来破解词汇密码,以教材主题语境为纲来整合词块网络,以结构化语篇分析策略来攻克深度阅读,共同构筑一条通往高效备考与核心素养提升的进阶之路,这不仅是对高考命题趋势的精准回应,更是培养学生持久语言运用能力和高阶思维品质的坚实基础。

# 山顶的风吹过心间

武昌区未来实验小学南湖校区五年级A班 文沫涵

成长是一场充满挑战与惊喜的旅程,那次攀登华山的经历,如同一枚青铜勋章,永远铭刻在我记忆的衣襟上。

那日初遇华山,它以云海为裳,以危岩为骨,巍峨壮丽,仿佛置身仙境。我们决定踏上攀登华山的征程,迎接挑战,追寻惊喜。

爬山的起点,山路还挺平坦,我像只小麻雀似的蹦蹦跳跳走在最前面,眼睛盯着道旁的风景看个不停——粉色的野花在风里点头,树叶上的露珠亮晶晶的,连石头缝里长出的小草都显得特别有精神。

可是越往山里走,路越来越不好走,坑坑洼洼的石阶好像故意跟我捣乱。走着走着,就到了坐索道的地方。看着缆车载着人上一下下,我心里既兴奋又紧张,手心都冒出了汗。

刚坐上索道时,我紧紧抓住扶手,生怕掉下去。缆车慢慢往上升,哇,整个大山好像突然变小了!脚下的树林就像绿色的大毯子,弯弯曲曲的山路像一条细细的丝带,刚才在地上觉得很大的野花,现在都变成了小点点。最有趣的是,索道每隔一会儿就会“呼”地往下冲一下,感觉就像坐过山车,我的心也跟着猛地一跳,吓得我赶紧闭上眼睛,可又忍不住从指缝里偷偷看,只见云好像就在身边飘,真是既害怕又好玩!然而,索道的终点并不是山顶,还有一段更为艰难的路程在等着我们。那是一段需要爬锁链的陡坡,没有合适的装备,这对我来说是个不小的挑战。幸运的是,我戴上了防滑手套,这才有了点信心。开始攀爬的时候,我觉得还比较轻松,可没过多久,就感觉我的手臂发酸,双腿也在微微颤抖。我向下看了一眼,山谷看起来很深,我的心不禁跳了起来,一种恐惧涌上心头。

就在我累得想坐下放弃时,忽然听见

爸爸妈妈在身后喊:“宝贝,抬头看!山顶的云海在等你呢!”我转头望去,妈妈眼里闪着亮光,像捧着星星在看我;爸爸的手掌在阳光下微微发颤,却还朝我比着加油的手势。我咬了咬嘴唇,指甲深深掐进掌心——不能让他们失望!我把防滑手套又紧了紧,指尖触到铁索上凹凸的纹路,像是握住了山的脉搏。每爬一步,膝盖都会碰到粗糙的石壁,手臂酸得像灌了铅,但每当想松手时,就看见爸爸T恤上晶莹的汗迹,像朵朵歪歪扭扭的小花在蓝天上。

不知爬了多久,忽然指尖碰到一块平整的石头——山顶到了!我摇摇晃晃站在峭壁边的大石头上,背后的山峰像巨人竖起的脊梁,风“呼呼”地吹过耳旁,把刚才的害怕都吹跑了。低头看刚才走过的路,那些让我腿抖的锁链现在细得像毛线,弯弯绕绕缠在青山上。

忽然鼻子一酸,原来自己真的爬上来了!妈妈轻轻替我擦去额角的汗,我才发现她睫毛上挂着水珠,不知道是汗水还是眼泪。风掀起我的衣角,我忽然觉得自己长高了——不是身体,是心里有什么东西“咔嚓”一声,变得结实又有力量。原来,长大不是个子变高,是哪怕害怕得想哭,也能咬着牙,把眼泪变成向上爬的力气啊!

指导老师胡婷点评:小作者以登华山经历为素材,选材真实,体验深刻。题目“山顶的风吹过心间”极具意象美,巧妙点题。全文结构清晰,叙事流畅,尤其对攀爬锁链时的恐惧心理刻画细腻生动。结尾“把眼泪变成向上爬的力气”的感悟,语言质朴却精准深刻,水到渠成地升华了“成长”这一核心立意,是一篇情真意切、富有感染力的习作。