

幸福教育绘底色

楚才中学培育全面发展“小才少年”

在武汉市楚才中学的“陶韵楚彩”陶艺教室里，708班的李颜君同学专注地将手中的泥巴塑造成一个杯子的形状。她一边操作一边说：“玩泥巴的感觉很好，手按下去，湿湿软软的，但又有韧性。看着一团泥在自己手里变成想要的样子，心里很满足，感觉很幸福。”这是11月18日下午，学校陶艺社团活动中的一个场景。

这份在实践中收获的幸福，正是楚才中学以幸福教育为底色培育“小才少年”的生动缩影。武汉市楚才中学以“立德树人”为根本，构建“五育融合”的生态化育人体系。40余个社团以及艺术节、读书会、体育节、科技节等活动，让校园生活丰富多彩。“我心中的英雄”演讲激情澎湃，“重走长征路”研学感悟初心；智慧课堂里AI与跨学科碰撞火花，机器人编程、3D打印科创项目培育科学精神；“楚风雅韵”艺术长廊与非遗传团焕发传统文化生机；“阳光体育”分级体系下，武术操、运动会、篮球节锤炼学生意志。

陶艺社团：美育与劳育相结合的平台

10月初的楚才中学幸福体验馆热闹非凡，汉阳区“同·新”教联体劳动教育展示活动在此举行，全区百余名德育校长及德育干部驻足观摩。陶艺展示区前人头攒动，陶轮转动的“嗡嗡”声与同学们的轻声交流交织在一起。只见同学们围坐在各自的操作台旁，有的低头专注地捏塑着陶土，将多肉植物的叶片雕琢得栩栩如生；有的拿着刻刀在陶罐上细细刻画，勾勒出可爱的小动物轮廓。一块块陶土在他们手中渐渐变成了充满创意的“秘密花园”，每一件作品都凝聚着对生活的热爱与艺术的追求。

学校专门配备的陶艺教室内，电动拉坯机、全套泥塑工具整齐排列，陶土存储区分类明确，可同时满足40人开展实践。校外教师与学校美术教师正并肩指导学生，“这里的弧度可以再调整一下，会更自然。”学校还与本地非遗传承人合作，引入优质资源丰富课程内容。

“双探驱动·三师联动·AI助研”教学模式让课堂充满活力。教师负责课程设计与教学指导，优秀学生担任的“小先生”穿梭在操作台之间，热情地协助同学解决技术难题；AI老师则为创作好帮手，在人物泥塑创作环节，学生将设计的平面人物上传，AI技术迅速将其转换为立体形象，让创作思路更加清晰。假期里，学生走进盘龙城遗址博物院陶艺展示区，近距离感受文物魅力；省级非遗传承人的大师课堂上，同学们认真学习传统陶艺技法，拓宽艺术视野。

此外，学校构建“陶艺+人工智能”课程体系，按学生年龄与能力分层设置。基础班学生专注练习揉、捏、拉等基础技能，进阶班则结合3D打印等人工智能技术进行创新设计。在陶艺制作过程中，同学们不仅锻炼了动手能力，更在塑造中提升了审美能力，实现美育与劳育的有机融合。



校长与陶艺社团学生一起制作陶艺。

教育理念：将幸福融入教育全过程

在楚才中学，幸福文化如春风化雨融入五育并举的育人体系。“幸福感恩”主题教育现场，同学们围坐成圈，分享着与父母、老师之间的温暖故事，有的同学眼含热泪，真挚的情感感染着在场每个人；在社区志愿服务中，学生们带着工具清扫街道、看望独居老人，在付出中收获着帮助他人的快乐，培养社会责任感与奉献精神。

幸福文化激发智育活力，智慧课堂上，教师创新教学方法，引导学生主动探索。小组合作讨论环节，同学们踊跃发言，各抒己见，思维的火花在交流中碰撞。“我认为这个问题可以从另一个角度思考……”学生们在展现自我中提升能力，每一次进步都洋溢着成长的幸福。丰富多彩的选修课程与社团活动，满足了学生多样化学习需求，让他们在求知路上找到兴趣闪光点。

幸福文化与体育精神相融，运动成为享受幸福的方式。每学期的体育节、篮球节上，学生参与热情高涨。篮球场上，队员们默契配合，奋力投篮，场边啦啦队的呐喊声震耳欲聋；摔跤赛场上，初二学生白星晨、白星乐顽强拼搏，在2024武汉市U系列摔跤比赛中分获第二名、第四名；汉阳区大课间比赛中，全校学生的武术操整齐划

一，最终获得全区第一名；知音杯篮球赛也取得第三名的好成绩。运动场上的汗水与笑容，锤炼着坚韧的品格。

培养体系：系统化培育“小才少年”

楚才中学着力打造“小才聚如星火，终成瀚海栋梁”的“小才少年”培养体系，将五育要求融入教育教学各环节。在主题班会上，同学们围绕“责任与担当”展开讨论，通过情景剧表演、小组辩论等形式，深刻理解团队合作的意义；在美术课堂上，学生们用画笔描绘心中的美好世界，陶艺社团里专注创作；在劳动实践中，大家分工协作，学习劳动技能，培养劳动习惯与工匠精神。

通过培养体系的全面实施，学生们在各方面取得显著进步。陶艺社团的学生已能独立完成高质量作品，对创作精益求精，大力弘扬工匠精神。校长汪李丹欣慰地说：“在劳动实践中，孩子们学会了与他人合作，懂得了直面困难与挑战，综合素质全面提升，真正成为德智体美劳全面发展的新时代‘小才少年’。”

(长江日报记者杨幸慈 通讯员黄丽颖)

五育并举案例

回到“原点”强调“常识”

培养高中语文学习核心素养

名师名片：陈绪国，武钢三中语文教师。武汉市教育系统先进教师、青山区语文学科带头人、青山区“十佳”班主任、“十佳”备课组长。

高中语文学习核心素养的培养是一个全面而系统的过程，需要学生在教师的引导下，通过不断的实践、反思与创新，逐步提升自己的语言能力、思维能力、审美情趣、文化素养以及自我管理的能力。随着教材的改变、新课标的实施、考卷的变化、科技的发展、AI智能等等的出现，学的和教的必然发生变化。但有些基本的学法和教法就应如同种子之于森林、溪流之于江海、基石之于大厦、经络之于人体、沙砾之于大漠不可缺失。

书写：品格与审美的写照

书写绝不是语文学习中一个孤立的、可有可无的“技能点”。汉字是世界上古老的文字之一，本身就是一门技术，学习书写，是让学生感受汉字形体之美、结构之妙的直接途径，是传承中华优秀传统文化的重要方式。孩子良好书写习惯的养成关键时期，主要在小学与初中。客观地看，很多书写习惯不好的孩子，到高中后想改变不好的习惯，要将字写工整、写漂亮很困难。这需要孩子自己觉醒，而老师要促使他觉醒。

不良书写习惯的原因各不相同，有的是态度不认真，有的是书写速度失控，有的是缺乏耐心与专注，有的是格式不规范，有的是握笔姿势与坐姿不正确。老师需要找准原因，对症下药，顺势引导，有很多孩子会快速改变过来。

让孩子养成“提笔就是练字”的习惯。老师时刻关注作业中书写有变化的同学，及时在班级展示，得到老师和同学的认可，会增强孩子的自信心与成就感。当然老师的言传身教也很重要，老师漂亮、端正、整洁的板书，那更是潜移默化的教育。

背诵：学好语文的“童子功”

新高考反对机械背诵，但新高考不反对背诵，提倡理解性记忆，这对孩子提出了更高的要求。并且背诵的难度很大，高考考查有60篇诗文，基本上是高中教材，不仅要求学生准确背诵、正确书写，还要求学生理解透彻、灵活运用。其实语文学科背诵作用很多，如有利于培养语感，有利于提高学生的思维质量，进而为写作打下良好基础。多背多默还有一个更直接的作用——积累语文学科素材，这种素材既有语言形式方面，更有内容方面的。现实生活中许多人读书不少，但动手写文章仍然文思枯竭，其根本的原因是语言储备不够，无法从头脑中检索出可供引用的材料。但有些同学不论是学理科还是学文科，基本上都有“童子功”。这个童子功就是大阅读、抄背记的能力。

学生对背诵的内容要用心去感受、去理解，要主动。心理学家就发现：“仅仅被动地朗读再朗读，绝对不如读后跟着‘主动背诵’更奏效，在主动背诵中受试者会强制自己回想读过的材料。”另外，老师如能对要求背诵的文章自己也能熟背，自己上课



时能出口成章、引经据典，那就是一个活生生的榜样。

阅读：一切语文学习的基础

没有阅读，语文学习就如同一棵失去土壤滋养的树苗，渐渐枯萎，失去生机与活力。它将成为无源之水、无本之木，难以培养出学生深厚的文学素养和敏锐的语言感知能力。学生的知识面将变得狭窄，思维将受到限制，难以形成独立思考与批判性思考的能力。同时，语文教育也将失去其应有的文化传承和人文关怀的功能，无法让学生真正领略到中华文化的博大精深和独特魅力。

阅读，对语文学习很重要。但不能出现“说起来重要，忙起来丢掉”的现象。要落到实处，让学生随时有书读、愿意读，让学生感觉到读书对语文学习真的很重要！

现在每所学校都有图书馆，但由于种种原因，其实利用率并不高。可建立班级图书角，发起图书共享活动。每个孩子将自己读过的文史哲、天文地理、科技心理等有价值的图书，一次共享5本，老师也参与进来，全班一次就有三四百本书，放在教室适当的位置上，方便孩子们课余时间取阅。

发起读书分享活动。不定期拿出语文课时间，分享读书心得；鼓励学生将写作、课文的鉴赏及对人事、物的看法与阅读相结合起来，增强读书的获得感，如有个孩子课堂上读辛弃疾的《永遇乐·京口北固亭怀古》，能联系到《资治通鉴》中的宋文帝，客观评价宋文帝这个历史人物，获得同学们赞赏；老师讲课文，有意引用班级图书角书中的一些观点，让孩子感觉到读书的意义。

一定不能出现老师不阅读却大力倡导学生阅读现象，应和学生一起阅读，一起分享。

让语文教学回到“原点”与“常识”，归根到底，就是让语文教学回到“人”的本身，回到“听、说、读、写”这些基本能力，这条路漫长而艰难，但每个语文教育者都可以从自己课堂开始，多让学生发现文字之美、文章之美、文化之美——这里的每一步，都是在走向那个应有的“原点”与“常识”。

林间小路

武汉市黄陂区前川街道第六小学四(3)班 李云莱



《童护蓝色海洋》

江汉区童趣幼儿园起航班大二班 王若灵
指导老师：程秀琴 徐柳依



《起航太空梦》

江汉区童趣幼儿园起航班大一班 许予曦
指导老师：王丹

青春期风暴中

做好孩子情绪的“定锚人”

小阳(化名)从小就是一个听话乖巧的孩子，不论是在家还是上学每天都是高高兴兴的，各方面都很优秀。但是自从上了初中之后就完全不一样了，动不动就发脾气，和父母一言不合就大吵大闹，毫无征兆就哭泣和暴怒……父母的关心变成了她情绪的发泄口。面对这种情况，家长束手无策，不知道怎样和孩子相处，也不知道如何正确引导孩子管理情绪。本期《你问我答》邀请武汉市黄陂区双双中心心理健康教师付洁文为大家支招。

青春期孩子的情绪问题，是家长面临的最大挑战之一。青春期是孩子身心急剧变化的阶段，大脑前额叶皮层尚未发育成熟，负责理智控制的部分相对较弱，而情绪脑却异常活跃。这一阶段的孩子自我意识高涨，独立需求增强，内心敏感而矛盾。他们的情绪往往来得快、去得也快，容易因小事而产生强烈反应，表现为易怒、情绪起伏大，或是突然的悲伤与沉默。情绪本身没有对错，它更像一种信号，提醒我们孩子内心遇到了困难。家长要做的，不是压制情绪，而是读懂信号，成为孩子情绪的“定锚人”，引导他们安全度过风暴。

稳守自身，成为情绪定力之源

当孩子情绪失控时，家长的首要任务是稳住自身，保持冷静。您的镇定本身就是一种强大的力量，能有效防止矛盾激化，是孩子安全感的第一来源。

例如，感到对话即将失控时，家长可以主动说：“我们都冷静一下。等你感觉好一点，我们再聊聊。”随后，给孩子一个独立的物理空间去释放情绪。这一步不是冷漠或退缩，而是为理性的回归创造必要空间。其间请做到不追问、不指责，因为信任需要时间来修复。当孩子愿意倾诉时，请闭上嘴，打开耳朵——不判断、不评判、不急于给出解决方案，您的全神贯注就是最好的安慰。

深度共情，接住孩子的情感需求

共情的核心是“理解”，而非“赞同”。它能让孩子感到被支持，是情绪疏导的关键。情绪没有好坏之分，积极情绪带来愉悦体验，消极情绪虽让人不适，却有着重要的进化意义——适当的愤怒能提升反应与专注能力，适度的焦虑能增进创造力，愧疚感能增强道德观念。

家长要先帮孩子为情绪“命名”，用“我看到你感到委屈、愤怒、无助，是因为刚才的事情让你觉得不被理解对吗？”这样的句式，能帮助孩子理清情绪与事件的关联，让孩子感到自己的感受被看见，而不仅仅是行为被评判。

很多家长容易忽略孩子的情绪根源，孩子做题失败时，本已因受挫而焦虑、羞愧，家长却呵斥羞辱，导致孩子情绪崩溃。正确的做法是先接纳情绪：抱抱孩子，告诉他“没做好确实会难过，妈

妈明白这种感受”，让孩子知道所有情绪都是被允许的。

探索需求，读懂情绪背后的信号

情绪是表象，需求是根源。每一次情绪爆发，都是一个求助信号。家长需要思考：是学业压力、同伴关系，还是不被尊重的感受导致了情绪爆发？孩子的愤怒背后，可能是渴望被尊重；悲伤深处，或许是需要被看见。

情绪没有对错，它是一个信号。引发情绪的并非事件本身，而是孩子对事件的看法与认知——诱发事件只是间接原因，孩子对事件的信念、解释才是引发情绪反应的直接原因。比如同样是批评，有的孩子觉得“爸妈是为我好”，有的孩子却认为“他们就是看不顺眼”，不同认知导致截然不同的情绪反应。

家长可以通过引导孩子完成“情绪温度计”评估，帮助他理清情绪强度：“这件事让你有多生气？如果10分是最愤怒，你现在打几分？”同时观察孩子的面部表情和肢体动作，精准判断情绪强度。在此基础上，和孩子一起探索需求：“当他误会你时，你希望他怎么做？”“被爸妈批评时，你其实是想得到什么？”理解了未被满足的期待，才能真正帮孩子解决问题。

搭建桥梁，赋能情绪管理能力

如果孩子常常控制不住发脾气，可以从大脑的工作机制中找到原因。简单来说，当我们情绪平稳时，负责理性思考、分析和决策的大脑皮层主导着我们的行为。然而，当愤怒、恐惧这些强烈的情绪被触发时，大脑的情绪中枢杏仁核，也常被称为“情绪脑”会迅速反应，它甚至会暂时抑制大脑皮层的理性功能，导致我们更容易说出冲动的或做出不理智的行为。

因此，帮助孩子的情绪风暴中“冷静下来”，是让他们恢复理性、管理情绪的关键第一步。家长应以身作则，通过“我感到+情绪词汇，是因为+客观事实，我希望+具体请求”的表达法，为孩子示范如何温和而坚定地表达自己，例如：“我感到担心，是因为你最近看起来很不开心，我希望我们能一起聊聊。”

同时，引导孩子掌握平复情绪的方法，如腹式呼吸和积极暂停，停下来去做能让自己感觉好的事，如运动、听音乐。鼓励孩子找到健康的宣泄方式，如写情绪日记、画情绪涂鸦等，原则是不伤害自己、不伤害他人、不影响环境。

请记住，孩子最需要听到的是：“失败了不要紧，尽力就好。哪怕你不够好，也是我最好的孩子。”这份无条件的接纳，能让孩子安心做自己，重获前进的勇气。这个过程或许充满挑战，但请相信，当我们自己能够稳稳地接住孩子的情绪风暴时，他们也就从我们身上学会了如何成为情绪的舵手，勇敢而从容地航向自己的人生。