



市首府实验小学举行开学心理调适讲座 注入“心”能量 起航新学期

周刊讯 为切实做好2024年秋季新学期心理健康工作,帮助学生更好地适应新学期、新生活,以良好心态开启学习新阶段,市首府实验小学近日针对五年级学生开展了关于开学心理调适方面的讲座。本次讲座由专职心理老师张佳慧主讲。

一场轻松欢快的“趣味说”热身游戏拉开讲座序幕。张老师以“遇见更美好的自己”为主题,从跟暑假说拜拜(认知调适)、跟开学说嗨嗨(情绪调适)、走向新学期(行动调适)、遇见美好的自己(正念冥想)四个方面展开,层层递进,娓娓道来。在讲座过程中,张老师通过提问互动、十指交叉挑战等形式,积极鼓励同学们交流分享,增进体验。现场气氛热烈,发言踊跃。结合同学们提出的问题,张老师向大家传授了一些实用小技巧,如给自己一些仪式感、积极地自我暗示碎碎念、积极接纳、学会主动求助等,并借助四只毛毛虫找苹果的小故事,生动形象地让同学们明白了小小的行为可以推动大大的改变。最后,张老师运用冥想环节帮助学生注入能量,树立自信。

此次讲座,不仅增强了学生心理调适能力,还为他们新学期提供了有力的心理支持。未来,首府实验小学还将继续加强心理健康教育工作,为学生的全面发展保驾护航。

通讯员 张佳慧



小学思政名师工作室聚集教师团队 精心打磨校本案例 助力教育质量提升

周刊讯 近日,淮北市小学思政名师工作室部分成员走进市第一实验小学,积极投身于由市教研员房丽丽老师组织的种子校本案例的打磨工作。

种子课作为学生学习过程中具有奠基意义的关键课程,其重要性不言而喻。参与校本案例的教师团队高度重视种子校本案例的构建与优化。

在打磨过程中,校本案例的执笔教师首先对



已有的种子课教学实践进行回顾与梳理。他们从课堂导入的趣味性、知识讲解的科学性与逻辑性、互动环节的有效性等多个维度对案例进行审视。随后,受邀的淮北师范大学马克思主义学院的两位教授秉持着严谨的态度和创新的精神,从教学实际出发,仔细考量案例中教学方法的有效性、学生参与度以及对教学目标的达成情况等多方面因素。参与打磨的老师们各抒

己见,有的结合自己的课堂经验分享独特的教学技巧,有的针对案例中可能存在的难点突破问题提出创新思路。与会专家和老师们通过激烈的讨论与交流,对案例中的亮点进行进一步提炼,同时对存在的不足提出改进方案。这种精心打磨的过程不仅是对教学经验的总结与升华,更是为了给教师提供更具参考价值的教学范例。

此次对种子校本案例精心打磨,旨在打造出一套更加成熟、高效、具有推广价值的教学范例。这不仅有利于提高教师的教学水平,更是为了给学生提供更优质的学习体验,为学校的整体教育质量提升奠定坚实的基础。相信经过打磨的种子校本案例将在全市范围内推广应用,引领学校教育教学迈向新的高度。

通讯员 徐华

