



课后,把孩子“赶”出去运动

保护学生视力,这里的教师在行动

□本报记者 黄莉萍
通讯员 方晓莲

4月16日,小萌一脸严肃地站在讲台边,目光巡视着正在做眼保健操的同学。小萌是金华市东苑小学五(3)班的小视力保健员,她的职责是及时提醒和帮助有不正确用眼姿势和不认真做眼操的同学。

“我工作31年了,‘眼睁睁’地看着‘小眼镜’从无到有到多,再到近几年有变少的趋势,很开心。”班主任楼群英欣慰地看着她的学生们,“3年来,我们当老师的虽然辛苦了点,但很值得也很应该,因为我们只不过做了能让学生真正受益的事情”。

楼群英说的“变少的趋势”,最直观的是东苑小学作为金华市首个“先试”学校后,学生视力不良率连续3年下降的事实。因为“先试”工作成绩斐然,前不久,在教育部公布的全国儿童青少年近视防控改革试验区名单中,金华市名列其中。

这所学校,近视率下降5个点

“3年,累计下降5.28%,这是非常棒的成绩。”东苑小学德育处副主任郑雁琴认为,这一数据的最大意义是成功地将以以往不断攀升的学生近视不良率遏制住,“更在于我们教师下课后开始会‘赶着’孩子们出去运动,也知道如何帮助孩子们更健康地生活”。

2015年4月,东苑小学成为金华市“先行先试”的关爱青少年儿童眼健康工程的首个试点学校。工程合作方之一的金华眼科医院为该校3195名学生建立了基本屈光发育档案。经过数据统计,学生视力不良率高达62.3%,近视防控工作形势不容乐观。

在4月16日的采访现场,“近视的同学请示意一下!”回应楼群英的,是该班的12名学生。3年中,这群学生从二年级升至五年级,视力不良率被很好地控制住,近视学生数增长非常缓慢。

“3年前,我们为学生建立屈光发育档案时,不少家长不理解,不配合。”该校德育处主任张崇国清晰地记得,3年前,个别班级竟有近半家长在班主任的持续工作后才勉强配合自己孩子的建档工作。“现在家长们尝到甜头了,这不,去年一年级学生建档时,家长非常积极。”这学年,语文教师张崇国正好教的是一年级。

东苑小学的试点工作,不仅是建立了《视力保健员工作条例》和《学生屈光档案建档制度》,还在专业机构的指导下,不断改善教室采光与照明、课桌椅配置、黑板等教学设施设备与学生视力发育的契合度。

“对不符合国家标准要求的教室、

硬件加大整改力度,新、改、扩建教室采光照明设备;实施‘阳光厨房’工程,为学生提供有助于视力发育的合理膳食;建立学生视力保健室,聘请学校视力保健员;加强近视防控动态监管,对握笔姿势正确率、眼保健操规范度等进行抽查与指导;开展预防近视漫画、童谣、手抄报等的创作活动,带领学生开展与近视有关的调查并撰写研究报告;切实减轻学生课业负担,保证学生每天1小时以上的校园体育锻炼……”对于该校的近视防控工作,去年11月,郑雁琴在“先行先试”工程的全市推广会上侃侃而谈。

在东苑小学,学生用眼姿势、眼保健操情况等如今都已成为班级评优评先的依据之一。但楼群英认为,真正让教师内心接受这项“额外”工作的,还是“看到孩子们真正受益了”。学校和医院定期开展的家长培训、交流活动,也让家长们在了解近视这一疾病危害的同时,更懂得如何帮助孩子养成健康生活的习惯。“即便孩子是因为拖拉导致晚上9点还没完成作业,现在也会有家长打来电话,问我是否可以让让孩子先去睡觉。”对于家长们的变化,楼群英很开心。

政府牵头,多部门全力保障

东苑小学是金华市14所“先行先试”工程试点学校之一。

2014年,金华市教育局下发《关于实施金华市关爱青少年儿童眼健康工程的通知》,并开始着手构建“横向到边、纵向到底”的大网络。2015年,该市成立由市教育局、卫计委、红十字会、

眼视光预防保健所、金华眼科医院等组成的金华市青少年近视防控办公室,共同探索推进全市青少年儿童近视防控工作。

3年前,金华眼科医院开展了一次对试点学校学生的用眼习惯调查,结果显示:用眼30~40分钟后不休息的、近距离用眼不足30厘米的、看电脑屏幕不足50厘米的、不定期检查视力的、读写姿势不正确的比率,都超过了70%。防近视关键指标中数据“最好看”的挑食偏食率,依然有67.8%。“最根本的原因,还是用眼太多,户外活动时间偏少。”金华眼科医院副院长吴铭告诉记者,80%的被调查学生,课间并没有休息的机会。

“保证教室照明环境合格、防近视医疗器械配齐等都不难,难的还是学校、家庭和孩子一起,真正树立健康用眼的意识,养成健康生活的习惯。”与医务工作者这句话相映衬的,是3年来,该市按照近视防控体系的健康教育要求,建立学生视力保健室5个,培训校医、教师近千名,培训学生和家長1.5万余人,监测教室光照度426间,开展定期近视监测13.6万人次,免费建立青少年儿童屈光发育档案累计近8万份……

“3年来,试点学校的视力不良率都有不同程度的降低,但也有部分试点学校因为不重视、不配合,效果不明显。”金华市教育局基教处相关负责人表示,近视防控工作需要多方合力。

“我校在家长、医院等的共同努力下,工作有了一定的成效,但也发现了不少无法克服的困难,如2018年一年级新生入学时的视力不良率就高达

37%。”郑雁琴认为,这给小学阶段的近视防控工作带来了严峻的考验。

“我们在调研中发现,现在很多‘小学化’的幼儿园让手指肌肉未发育好的幼儿过早握笔,‘手机族’年轻家长将电子产品作为幼儿‘电子保姆’等行为直接导致了6岁以下儿童视力不良率的不断攀升。”吴铭痛心地说,年龄越小的孩子,越容易受到不良用眼行为的伤害,“这些伤害还是不可逆的”。

“5年内,力争实现全市儿童青少年总体近视率在2018年基础上每年降低1个百分点!”最近,将提请市政府出台《金华市儿童青少年“明眸摘镜”工程实施方案》正面向社会公示。“这是我们下一阶段的工作目标。”金华市教育局基教处相关负责人表示,到2030年,该市要将6岁儿童近视率控制在3%左右,小学生近视率控制在38%以内,初中生和高中生近视率分别下降至60%和70%以下,全面完成国家试验区任务。

记者发现,在试点的基础上全面推行该项工程,“阵容”不断庞大,包括了市教育局、市财政局、市文化广电旅游局、市体育局、市卫生健康委、市医保局、团市委、市妇联、市市场监管局和当地媒体等。

“每天户外活动时间将在2小时以上……”从今年起,金华市将对各地的儿童青少年近视防控工作开展年度评议考核,结果向社会公布。“对未实现年度学生近视防控工作目标的县(市、区)进行通报,对防控措施不力的进行约谈,对儿童青少年体质健康水平连续3年下降的县(市、区)和学校依法依规予以问责。”该负责人介绍。



把省内各学科名师优质课、专家报告送到偏远地区、农村地区的“乡村教研提升行动”是省教育厅旨在促进教育均衡发展、城乡一体化发展的一项民心工程。图为杭州市竞舟小学教师洪明程正在缙云县紫微小学上音乐课《外婆的澎湖湾》。(本报通讯员 刘跃新 吕超丽 摄)

“啃读挑战”:让教师走出“舒适区”

□本报通讯员 刘 波

上个周末,宁波市镇海区澥浦镇中心幼儿园教师陈丹丹往“之江汇教育广场”的“镇海区‘研之乐’读书会”专题社区中,上传了《发现,儿童的秘密》一文。这是她阅读教育经典著作《儿童的秘密》一书的心得。“每月至少阅读一本书,并写1000字以上的心得体会,已经成了我的自觉行为。”陈丹丹说。

“啃读挑战”:月“啃”一书写千字

“原先我也只是一年到头只看几本教学参考书的人,但经过一年的‘啃读’,我完成了当初签订的‘保证书’上的承诺,也真正喜欢上了阅读,更从阅读中感受到了教师职业的存在感和幸福感。”在2018年“啃读挑战”活动的小结上,陈丹丹写下了这样一段感言。

2018年年初,“研之乐”读书会发出了“啃读挑战”活动的倡议,要求参与者每人每月读1本书,每本书写1000字以上的心得体会。这12本书中,6本为读书会推荐的共读书,6本为教师自定的自选书。参与者每两个月上交一次作业,若不能及时提交作业,则视为自动退出,3年内不能参与同类活动。

尽管条件苛刻,该区还是有80位教师参与了这样“自讨苦吃”的活动。不少顺利完成挑战任务的教师表示,这是去年自己最值得骄傲的事。参加挑战的镇海区中心学校教科室负责人吴海芳表示,以往在专业书的阅读上很难坚持,现在居然都坚持“啃”完了。

2018年,“研之乐”读书会推荐了《让教育更明亮》等6本共读书,每本书还陆续在不同学校结合相关活动组织了大型的分享会。如在尚志中学承办

的镇海区2018年读书节的开幕式上,举行了《让教育更明亮》一书的读书分享会。3位参与“啃读挑战”活动的教师作了主题分享,这样让全区更多的教师了解了这本书。又如,将《苏霍姆林斯基教育学说》一书分享会和推广精英小学教科研经验活动“合二为一”,让教师们对如何利用教科研来促进自身成长有了更理性的认识。

为“啃读挑战”打上补丁

2018年,“啃读挑战”活动走进了不同类型的学校,让更多的教师认识到了阅读的魅力。到2019年“啃读挑战”活动启动时,报名人数与人数激增至195人,其中有校长、书记,也有市级名师。炼化小学教师冯雪波尽管已有近30年的教龄,早已评上高级教师的她连续两年参加了“啃读挑战”活动。2018年,她参加“啃读挑战”活动所写

的一篇读书心得还获得了浙江省第十三届教师读书征文比赛一等奖。

为了让“啃读挑战”活动影响到更多的教师,今年的“啃读挑战”活动还采用了“编外跟读”的方式。“编外跟读”的教师不需要填写承诺书,如果到年底也完成了同样的阅读写作任务,可以提出申请,同样可以获得“啃读挑战”成功的证书。

为了激发更多教师的阅读热情,“研之乐”读书会每年都会举行教师读书征文比赛;今年还改变“6本共读+6本选读”的做法,改用共读、限选、自选各4本的方式,让教师们在有效引领下进行个性化阅读。为了让教师对经典教育著作有更深刻的理解,镇海区教育科学研究所相关负责人表示,读书会将在教师们“啃读”《教学勇气》等经典著作的基础上,邀请教育理论研究专家前来做进一步的解读。

□吕驾宇

丽水中学的“百生写百师”活动已经持续整整两年了。

何谓“百生写百师”?学校将全校200多位教师“分解”到班级,每个班级通过学生自主报名,组成多个采写小组。采写小组和教师约定好时间后,佩戴由学校颁发的采访证,对教师进行采访,再由主笔完成采访稿。最后,学校微信公众号以“百生写百师”为栏目,每天推出学生所撰写的采访文章。

这个活动的特色在哪呢?

“百生写百师”,写作者是学生,是众多的在校学生;写作的对象是百师,即全部的在编在岗教师。师与生,共同生活在校园一方天空下,日日得见,时时可交谈。最熟悉的人,通过最深入的交流,写出的,自然是最真实、动人的人。优秀教师事迹报道常见,那是少部分人对少部分人的书写;“百生写百师”,则是多数人对全部教师的书写,写出的不仅是对全部教师的书写,写出的不仅是师道尊严,更是人生况味。

高二(6)班学生陈玲的访谈对象是她的语文老师——陶友林。她精心选定了几个采访问题:“陶老师,您的儿子也在丽中读书,而且成绩那么优秀,您教育他的方法跟我们的一样吗?”“陶老师,您觉得作为一名老师和作为一个父亲的感觉有什么不同吗?”……问题一出,办公室里的师生们都笑了。这个问题不禁令人想起几千年前陈亢问于伯鱼:“子亦有异闻乎?”——对于师者,学生的好奇心也是秉承古意。

高二(14)班学生吕子怡在写完了物理教师柳翔的访谈稿后,欣喜地在随笔中写道:“平时写作文我总觉得无话可说,但这次访谈稿一下子就写好了,看来真的要深入了解才能有话可说呀。”柳翔是北方人,吕子怡给这篇访谈稿拟了一个优美的名字《原来你也如此南方》。

高二(12)班学生吕珊珊为访谈对象张园园制作了漂亮的访谈手记,精美的排版、美丽的插画。张园园是学校的美术教师,平日里喜欢养小植物,去各个国家旅游,潜到海底看看另一个世界。学生们非常羡慕张老师多姿多彩的生活,也在张老师的生活方式中读懂了另一种生活哲学。

……

这样的文章,书写过程是有趣的,书写结果是生动的,传播出去影响也是深远的。渐渐地,“百生写百师”栏目的众多文章被各大媒体刊发,引起了较为广泛的影响。活动还曾获得丽水市宣传创新奖,并被丽水市教育局以“万生写万师”的方式在全市推广。

而在笔者看来,“百生写百师”,让校园有了家一般的温馨。

它增进了师生间的彼此了解。通过交流,学生更了解教师了:“嗯,老师的用心良苦我现在才知道,我可能不能辜负了老师。”教师也开始在意在学生心中的形象了:“原来我在学生心目中是这样的啊,我得更努力,要对得起学生对我的赞赏和期待。”

它增进了教师间的彼此了解。虽然很多教师一直都在同一所学校,但平常在校园里碰面,也就点个头、示个意罢了。看了“百生写百师”栏目的文章,便多了一个维度去观察自己身边的同事。校园内再次见面,话题便多了:“暖男老师今天又温暖了谁啦?”“田老师的三把刷子今天刷了点什么?”“金山银山不如宝山,宝山老师,你好啊!”

它还增进了家校间的了解。教师是怎么工作的?偶尔有看到,时常有听到,但那终究是零碎、抽象的,通过一篇篇推文所展示的一位孩子老师的工作状态,那是活生生的。“当老师不易,当高中老师更不易呀!”家长们建立起这样的认知后,所有的沟通都会显得心平气和了。

“百生访百师”,学生们的口头表达与书面表达能力、沟通交流及临场应变能力,都在显著提升。他们在活动中不断克服与他人交流的紧张心理,学会更为流畅地表达所思所想。这与我省新课改、新考改更注重学生综合素质的发展这一指导思想是一脉相通的。事实上,这几年来,学校学生在“三位一体”招生考试中总是有着优异的表现,这与平日的“训练有素”是分不开的。

都说,文字是最好的礼物。下一步,学校将把这些文章结集成册,以此奉献给最可敬的教师、最可爱的学生!

(作者系丽水中学副校长)

校长说