



一位班主任的心理健康教育日记③

■ 王艺蓉

嗜睡的学生

2015.9.10~11.7

C 是让我最苦恼的学生，她可以堪称睡神了，我从来没有见过这么嗜睡的女生。开学半个月以来，我依旧以到她身边轻轻询问的方式提醒，可是，在平常上课巡查时，我又常看到她嗜睡如命不争气的画面，在海师附中高二 17 班，学生们都知道自己的底线：无论男女生若顶撞老师、迟到或睡觉，我都惩罚其与同桌一起第二天值日。（因为同桌是自己选的伙伴，也是互相陪伴时间最长的同学，同桌间应互助互相提醒。）因为睡觉，她也主动领罚，她的同桌无辜躺枪两次，我想，她是能够为自己的行为主动承担的，可见，我的惩罚已经无效，也许她是有别的原因。

9 月 14 日晚，我主动找她。“老师有三次发现你在数学课和晚修课时睡觉，你也受罚去扫过地，但我想听听你是什么原因影响了你的睡眠，让你在课堂中睡觉呢？”她支支吾吾，看得出来很紧张，半天说不出一个字，双眼迷离充满倦意，眼神迅速躲闪不敢与我对视。我安慰她，“没关系，是不是宿舍太吵了你晚上睡不着白天犯困呢？尽管和老师谈，我相信我，我一定会想办法帮助你。”她终于蹦出俩字：“没有啊。”我想，不愿说就算了，通过宿舍同学得知，她可能经常性失眠，但是她又否认了她失眠这一事。

我有责任与家长沟通，告诉家长从心理学角度，一般睡眠问题的起因都是情绪问题，孩子可能有导致她焦虑的事情，但要首先排除身体疾病原因再作打算，我希望家长能抽空带孩子去医院检查身体情况，找专业医师咨询。9 月 18 日，这位妈妈回复我：“医生说可能是学习压力，加上晚睡，造成神经紧张，她也并没有失眠，开了中药。”家长也很焦虑，C 妈妈经常打电话了解她孩子的情况，我也如实告知，我能感觉到这位妈妈得知自己孩子哪怕有一点点小进步时的兴奋，也能感觉到得知孩子又嗜睡时的失落与无奈，她一句句的“我都不知道该怎么办了”、“拜托您了王老师”、“最近孩子还嗜睡吗”让我不得不把神经绷得紧实下决心出一点狠招。

10 月 11 日，我和 C 说，“高二年级老师们开会，提到了你上课睡觉的事（确有此事），老师真的很想帮你，可是我很担心你这样的状态下去不适合呆在我们次重班了，老师们通过教室的监控都能看清楚你哪节课睡了多久，如果你再继续这样的状态就会超出我能保护你的范围。”果真有效，据身边同学反馈，她近段时间上课不睡了，可惜好景维持不了两个星期，我偶尔巡查时发现她又回复原样。顿时我充满失落、挫败。

也许学生的问题是反反复复的，老师应该有耐心给她们成长的时间。我对学生要求严格，急切盼望她们长成我心中想要的趋于完美的状态，可是我忘记了并不是每个学生都能迎合得了我急切的个性，她们在认知方式、经历爱好、兴趣习惯和意志耐力等各方面都存在一定的差异。生活中的每个人，总有避免不了的“缺点”，对于学生，老师还是要“将心比心”，其实，学生又何尝不知自己的问题，但我不能一味地去纠缠不放，而是以谅解、宽容、信任等积极态度去对待，我会得到快乐，学生也会有轻松的情绪体验。最后，我选择了一种方式：“冷处理”（即教师面对偶发事件处之泰然，见怪不怪，不批评指责，以比较冷静的方式加以处理。）我不再当面和她交谈这件事，即使后来（10 月 25 日）她当着我的面也自控不了趴在桌上睡觉，我也仅给她一丝余光告诉她“我已经知道怎么回事了”，不闻不问，暗中观察。可喜的是，近期我从 C 的眼神中看到的倦意越来越少，她可以自己醒来。我愿静待花开。

澄迈3年建成25所乡镇幼儿园,覆盖全县乡镇——

“软硬兼施”办好乡镇公办幼儿园

通讯员
孙 蔡
蔡 慧

“收入提高了，生活变好了，可孩子们的教育却跟不上。”2010 年，为让女儿从小受到良好教育，澄迈县桥头镇博明村村民李国军选择到省会海口去打工，边挣钱边陪读。

2012 年起，澄迈县落实全省学前教育三年行动计划，加大对学前教育投入和建设，3 年内陆续在全省建起 25 所公办幼儿园，确保每个乡镇至少有两所公办幼儿园，实现学前教育全县覆盖。

当家乡桥头镇中心幼儿园投入使用后，李国军决定回家，将 3 岁的儿子送回家乡幼儿园就读。“出去打工主要就是为了孩子能上好一点的幼儿园，现在桥头也有好幼儿园，当然是回家好。”

建25所公办乡镇幼儿园

今年 9 月份，3 岁儿子明明到 2 公里外的金江镇中心幼儿园就读之后，坡口村村民高明远心里落了一块石头。“金江镇虽然幼儿园很多，但是民办的条件都不是很好，公办还在南渡江对面城镇里，离太远也不好接送。”

横路南渡江南北两岸的金江镇是澄迈县最大的乡镇，全镇设立 5 个责任区，下辖 55 个村委会，众多学前教育资源都是集中在较为发达的北岸地区，南岸地区的长安责任区、山口责任区附近农村孩子入园离家远成了很多家长难题，多数只能选择寄宿民办幼儿园。

2012 年，位于金江镇北岸的金江镇中心幼儿园正式开园，主要接受附近坡口村、博德村等江南片区的农村幼儿，开园第一学期，原先安排的 360 个学位已经招满，目前金江镇中心幼儿园扩大到了 460 个学位，大部分孩子都属于农村户口。

2012 年 10 月，澄迈县响应省里提出的学前教育改革与发展三年行动计划，大力建设公办乡镇中心幼儿园，力争 3 年内完成 25 所标准化幼儿园建设，每个幼儿园设立 360 个学位，届时 9000 个学位可满足全县 41% 的幼儿入学需求。

从 2012 年起，澄迈每年分批建设 10 家标准化公办幼儿园，到目前为止全县 11 个乡镇以及 2 个农场地区都至少有一家公办幼儿园，今年年底前公办幼儿学前教育资源将实现全县覆盖。

高标准建设公办幼儿园

11 月 10 日早上，金江镇大拉幼儿园传来一阵阵欢快的音乐，宽敞的院子里小朋友们排成一排排，跟着老师一板一眼地做着保健操，旁边的玩具区里，有着滑梯、城堡等大型玩具。楼上的各个班门口，贴着小朋友们的画画作品，班内玩耍、阅读区域划分有序，各类用具摆放整齐。

“我们幼儿园建立在在大拉基地，主要就是覆盖基地周边乡村地区，目前幼儿园 60% 以上的孩子家都是在基地周边的农村。”大拉幼儿园园长何琼花介绍说。

作为澄迈标准化建设幼儿园之一，金江镇大拉幼儿园先后投入了千万元资金建设，园区内配备了大型玩具区、教学区等教学设施；教学上严格按照“两教一保”制度，每个班配备两名任课教师和一名保育员，做到保教并重，确保幼儿园的保教质量。

乡镇公办幼儿园也要高标准建设。为提高公办幼儿园的办学水平，澄迈县为此制定了乡镇公办幼儿园标准化建设标准，对乡镇公办幼儿园从办学场地面积、教学区域划分、学位以及教师数量都有着详细标准。

比如，每所幼儿园都必须有超过百平方米的室外活动场地，教学楼的室外墙体彩绘都要符合幼儿的审美标准，以浅绿、奶黄等为主色调，营造出梦幻、卡通、清新等风格。有些乡镇的公办幼儿园装饰活泼、清新，远远看去像是一座城堡，和旁边多是水泥浇筑的楼房相比，幼儿园成当地亮丽一景。

为接送偏远农村幼儿，永发、美享、大丰等乡镇和地区的乡镇公办幼儿园都配备了校车接送，各乡镇幼儿园也配合农村幼儿的生活做了相应调整。比如大拉幼儿园，为照顾偏远乡村的家长接送孩子，把每天的实际开园时间提前到 6 点 50 分，下午放学时间也调整到了 5 点 30 分。

专业教师水平还需提升

尽管幼儿园才开园才一年多，教育、教学工作已经步入正轨，可何琼花内心还是对幼儿园的未来发展有些担忧：“我们幼儿园的建设是按照 360 个学位配备教学设施，可因为缺老师，目前才接收了 280 个孩子就没办法再开班了。”

三年内建成 25 所公办乡镇幼儿园，这就意味着澄迈需要招聘一批专业幼儿教师加快发展学前教育事业，可连续三年澄迈的幼儿园教师岗位应聘的多是由小学转岗而来的老师，专业幼师所占比例较小。

“我们实际可以接纳更多的孩子，但是老师不够没有办法再开班。”美享幼儿园园长李明华介绍，目前美享幼儿园有 225 个学位，在编教师 12 个，大半都是从小学转岗过来。12 位在编教师尚不能满足 12 个班的教学，幼儿园又从外面聘请了 5 位老师来填补空缺岗位。

澄迈县教科局党委书记曾德英介绍说，专业教师紧缺，而从小学转岗过来的教师多数年龄已经偏大，普遍存在幼儿教育业务不强，容易导致幼儿教育偏向“保姆式”、“小学化”教育倾斜，转岗教师亟需进行专业培训提高整体业务水平。

“办学环境是‘硬件’，教学水平是‘软件’，唯有‘软硬兼施’才能全面提升幼儿教育水平。”曾德英说，为应对专业幼儿教师岗位紧缺状况，澄迈县教科局连续三年每年向全省公开招聘幼儿园教师。今年，澄迈教科局也与海南琼台师范学校进行沟通协议，力争将澄迈作为琼台师范幼儿教育专业实习基地，每年引进一批实习生到公办乡镇幼儿园进行实习。

同时，自 2012 年以来，澄迈各乡镇公办幼儿园也积极与海口等地区示范幼儿园建立对口帮扶合作，通过“蹲点”式帮扶来指导教学，提高在岗幼儿教师的教学水平。



论心不论迹



老年人，需要社会更多关注。 本报记者 张茂 摄

现在就一个人独住，老伴已走了，一对儿女读研毕业后一个留在了北京，一个去了上海，工作事业在那也就在那安了家。儿女都让王大爷上去跟着生活，但王大爷在北京上海那生疏的地方真的呆不下，热天他还能在那边小住一下，但到了冬天，他的身体实在承受不了那样的冰寒，因此他不愿跟着儿女在异地生活，宁愿一个人在故地海口过日子。儿女本要给他找个陪护跟随着他生活，但是他不愿意身边跟着一个外人，因此他就只有孤寂地过着自己的晚年。甚至连续两年春节，他的儿女都各有各的理由无暇回来团聚过年，他只有孤独而落寞地听着别人家喜庆的鞭炮声，面无表情地看着那远远近近的灿烂的烟花。王大爷经常忧伤地说道：儿女不能培养得太出息，成龙成凤了，远走高飞，最后自己就落得像没有儿女一样了。

两个老人各自的忧伤，让人不由涌满对生活现实的无奈。儿女不出息，自己都顾不上自己，哪还谈让自己年迈的父母安顿，颐养天年。而儿女有出息的，又大都奔顺着自己的事业前程，身影都难见上多少，忠孝难兼顾。像以上这两个老人的忧伤，又是天下多少老人共同的忧伤啊！望着这两位老人忧伤的面孔，我不由常在反思，人之所以生育后代，首要的目的就是为了孝老送终。人总难免老去，而自己的暮年会不会也像他俩那样忧伤而呢？自己现在身为入子，要怎样做才不会让自己年迈的长辈忧伤呢？自己现在也身为入父，要怎样教育自己的孩子从小就学会孝敬呢？

我们敬奉的先贤孔子，他学生问他志向是什么，他就三句话：“老者安之，朋友信之，少者怀之。”孔子的志向就是希望做到让老人得到安顿，让朋友对自己

信任，让年轻人对自己怀念。孔子这人生理想看起来虽然没有什么大志大向，但其实，我们每个人活在这世上都离不开了跟这三种人的关系，如果我们的存在能够让这三种人心中有这样的寄托，就非常了不起了。

孔子将“老者安之”摆在第一位，“百善孝为先”，一切的善行都是从孝开始，这是人人都可能回避的人生中最深刻的亲情。然而，什么才是真正的孝呢？也许我们往往就认为能让父母衣食无忧，给他们自己能给的物质条件就是尽孝了。其实，能让老人感觉安顿的不是给他们堆砌太多物质的东西。民间有个说法，孝要“论心不论迹”。父母老了，他们其实也消受不了太多东西，他们需要的只是心的温暖，需要的是儿女的近孝。尽孝这个深刻的心愿，其实做起来只需要一件件朴素的小事，微乎其微的小事就能让老父母亲满怀喜悦和幸福了。只要多问问多陪陪多顺着，他们就会在睡梦中露出甜和的笑容。

我们孝敬赡养父母其实要远远比父母呵护抚养我们长大要容易得多，父母掏心割肺都能付出抚养我们成长，但我们就是简简单单用心哄哄父母亲直到他们带着笑容离去却往往做不到。这是个残酷的事实，只有父母对于子女下行的爱才近乎本能，最无私，自觉而浓烈。而子女对父母上行的爱却往往显不出本能，它常常借口很多，显得牵强，可有可无，时浓时淡。如今，身为儿女的我们，有几个能做到如孔子所说的“父母在不远游”呢？有多少是做到“常回家看看”的呢？

孝敬父母应该是一种福分。因为他们活着，我们那一路温情成长过来的大家就还在，就能有欢乐的幸福的团聚。没有了他们，再好的兄弟姐妹关系，也就只剩下那各自的小家了。所以作为子女，我们应该常常换位去想想。岁月有限，趁着他们还健在，我们要从青少年就开始，能为他们分担一些就分担一些，能多做一点就多做一点，这就是孝敬了，这样自己就不会留下那“子欲养而亲不在”的遗憾了。

洪志功

IV 我爱校园

我们有趣的科学课

■ 海口市第十一小学六(5)班 吴芊仪

科学课是我和同学们都很喜欢的一门课程，轻松有趣且常给我们带来意外的惊喜。

科学课老师姓王，长得十分“圆润”，就像一个球，鼻梁上架着一副黑框眼镜，胖嘟嘟的脸上总是笑眯眯的，看起来十分亲切、和蔼。

有一次，王老师要求我们每人带两个小纸杯来学校。上课时，王老师像变魔术似的拿出一个大袋子，“是糖果？花生？……”大家纷纷猜测，王老师带着神秘的微笑打开了袋子，里面装的竟然是绿豆。大家顿时傻眼了，你看我，我看你，都不知道王老师这次唱的是哪出戏。王老师将绿豆分发给每一位同学，同学们看着杯中的绿豆更纳闷了：这是要我们回去煮绿豆汤吗？王老师神采奕奕地回到讲台，大声地问同学们：“你们知道这是要干什么吗？”大家纷纷摇头。王老师得意地笑了：笑：“这次是想让同学们做个实验，这个实验很简单，就是把一张纸铺在杯底，在两个纸杯里分别放上三至五粒绿豆，然后往一个杯子里浇水，另一个杯子不浇水。同学们请注意，浇水时浇几滴就行了，不要浇太多。”班里一下子炸开了锅，同学们迫不及待地掏出纸巾，铺在杯底，放上几粒绿豆，然后在其中一个杯子里浇了几滴水，眼巴巴地盯着两个杯子看，期待它们会有什么变化。

王老师在教室里巡回指导我们，时时不赞赏几句。“同学们，还要做好记录哦，每天要把它们发生的变化记录下来，也可以画图来记录。”王老师话音刚落，许多同学马上找出本子，记录下今天培育绿豆的第一步。

放学了，我小心翼翼地捧着两个杯子回家，放在阳台上，每天早晚我都会按时给它浇水。可过了好几天，绿豆都没有什么变化。我一气之下多浇了一些水。第二天，我惊奇地发现：浇了水的那杯绿豆竟有三颗膨胀了起来，还有两颗发了芽，我激动极了！再去看看另一杯的绿豆，丝毫没有变化。“这会不会和我昨天多浇了水有关呢？”我猜想着。此后，我每次都会多浇一点水，看着它们逐渐发芽，我心里得意极了！

离下节科学课越来越近了，我的绿豆们却不知怎么了，一下子从翠绿变成了土黄，发出的芽也都黑了一半，还长出了红毛，我急得团团转，不敢再浇水了，可仍旧没有起色。我只好带着我那“病恹恹”的豆芽去上课了。

同学们种植绿豆的成果五花八门，有的翠绿、有的黄灿灿，有的跟我的差不多。王老师看了我的记录本和杯中的绿豆，笑着问：“是不是水浇多了？”我不好意思地点了点头。

“植物必须有水和阳光才能生长，但都要恰到好处，太多或太少都不利于植物的生长。”这是我在本次实验中的收获。

有一堂科学课，王老师在黑板上写下两个刚劲有力的字：静电。“今天我们来做静电实验。”一听到“实验”两个字，同学们个个欢呼雀跃的。“我们先来学学静电原理”，王老师讲了大约 20 分钟，同学们觉得闻所未闻，全神贯注地听着。

“好，现在我们开始做实验。”王老师拿出一把梳子，在头发上摩擦了几下，然后对准讲台上一张拇指大小的小纸片，小纸片竟然被吸了上来，同学们惊叹不已，响起了热烈的掌声！

“不仅是梳子，尺子、文具盒……都可以，”王老师还没说完，同学们纷纷找出尺子，像王老师那样，先在头发上摩擦几下，然后对准小纸片，实验成功的同学兴奋不已，失败的同学也不气馁，继续试。

“老师，我的纸怎么吸不上来呀？”我前排一位同学疑惑地问道，王老师笑了笑，拿起那位同学桌子上那张巴掌大的纸，“你要仔细观察，我用的是小纸片，而你这张纸太大了。”同学们恍然大悟，大家会心一笑。

科学课真有趣！我们象在玩要，却又学到了很多知识，还锻炼了我们动手的能力。我们都非常期待每周一节的科学课！

“爱心助学”走进三亚育才中学

本报讯（见习记者陈雪怡）近日，海南宇华传媒 18 周年“爱心助学”公益活动在三亚市育才中学举行。活动主办方给育才中学现场捐资 3 万元现金和价值 3 万余元的学习用品、生活物资等。

据了解，海南宇华传媒今年还会组织 3 次公益活动，包括“环城爱，心同在”关爱环卫工人活动、“巢空心不空”关爱空巢老人进社区活动、“美丽三亚，文明出行”三亚湾志愿者活动。

教育周刊投稿信箱：

2996130659@qq.com

联系电话：66810129

微信公众号：hnrbjyzk



教育周刊二维码