

守护偏远村落 文化之根

H 教学探讨

■ 王春娇

1



保亭音乐教研员卢伟老师送教进村。 王春娇 摄



保亭加茂镇界水小学二年级学生。 王春娇 摄

H 一个班主任的心理健康教育日记⑨

齐心协力应对“高原反应期”

■ 王艺容

周六早晨，收到一条来自C妈妈的短信：“王老师，我的孩子觉得在教室压力大，请假一天。”我一愣，C平常认真学习，据我所观察，并无异样。在与C妈妈了解下，原来是C觉得自己付出了很多努力，但是成绩却止步不前，有时还出现下滑迹象，甚至怀疑是不是自己的智商有问题。

放下电话，我思考了许久，如果自己推测的不错，那可能就是我班级的孩子提前步入了“高原反应期”——就像是到了海拔四千米的高原头痛欲裂，呼吸急促异常，随着学习复习时间的延长、复习内容和难度加深，学生们会觉得自己的知识越来越糊涂，产生停滞感甚至倒退感，学生又急又怕，感觉越学越不会，自信心被严重打击。

一般来说，越是临近高考，这样的感觉越是明显。但是现在11月份也仅是第一轮复习到中途，我隐约有一种危机四伏的感觉，在班主任晚修约谈了部分同学，尤其一直是班级第一名的W同学，他告诉我，数学课、化学课完全听不懂。

约谈后，我惊呆了，从时间角度，我看到他们确实付出了许多的努力：早晨六点起床，中午两点休息，晚上十点五十晚自习，大部分的同学回到宿舍依然还写作业到凌晨一点，周末也在自习和测试。高强度的学习节奏“催熟”了高原期这颗“烈果”，如果再继续延长这样的状态，恐怕学生“食人”这颗果子后会出现浮躁与其他难以预测的消极情绪。我急切寻找年级长求助，在对个别学生进行试卷分析后，级长对我们17班“对症开药”。

在班会课中，我并未提及“高原反应期”这样的字眼以免消极暗示，我真诚地希望学生们能信任我的安排，共同克服难关，我想我能与学生并肩做到的是：1.我严抓预习。我要求学生晚修前半小时进行有效的预习，勤做理科题；2.提醒科学用脑，晚修前半段做数学、物理与化学，后半段做其他；3.每日完成两篇阅读理解，每周进行检查。

我想，在高三第一学期，规律的学习习惯是同学们渡过第一个高原期的关键，哪怕成绩接二连三下滑，如果有稳定的学习节奏来支撑，会缓解成绩带来的焦虑感，良好的高三应考心态正是这样一步步搭建起，我常常提醒学生们，对自己、对老师们要有信心，跟着老师的步伐走，方法得当、心态从容，才是全力以赴发挥实力的关键。

(作者单位：海师附中)

移动教室

■ 本报记者 林诗婷

“亚达历棕榈是植物王国里叶子最长的树种”，“小叶榕好厉害，一棵小树可以变成森林哩！”一次行走在兴隆国家绿道、热带花园的经历，让三亚挚慈学校的孩子们对大自然的了解又增进了一步。11月16日，三亚挚慈学校350余名孩子开启了这次难忘的“步行课堂”之旅，通过在兴隆国家绿道展开8公里毅行活动，在行走的“移动教室”中感受自然，强韧毅力。

“这次毅行活动我们用了近两周时间，分批次让全校1至9年级的350余名孩子深入兴隆热带花园中，通过徒步感受、户外露营等方式，认识自然、锻炼品格。”三亚挚慈学校校长陈毓俊说，通过步行可以感受大自然的美丽和神奇，培养坚韧的毅力。

根据本次课堂设计，为孩子们定的毅行目标为8公里，需要背上装有帐篷、被子等将近5公斤的行囊前

八公里毅行 感受大自然



睡帐篷，好兴奋。 陈毓俊 摄

行，分别在兴隆国家绿道与兴隆热带花园展开，其中占地5800亩的热带花园，具有丰富的热带林资源，拥有超过4000余种热带植物，向孩子们铺开一幅生机勃勃的大自然图景。

8公里的路程，或许对于很多成年人来说都有些“够呛”，且还需要负重前行，孩子们能坚持下来吗？“我们一口气走了4公里，休息一会儿，接着走！”一年级的何正轩，依旧

生视野。
步
行课堂
开
拓学
陈毓俊
摄

沉浸在毅行的兴奋之中，“一路走一路学，我看到了好多植物，一点也不觉得累！”他说。

对于陈毓俊来说，他希望通过毅行让孩子们在大自然中能愉快地学习，更为重要的是，能够通过这次经历培养团队合作精神，给予孩子们身心上的锻炼。“我们四个女生学会了搭帐篷，大家分工合作，很快就搭好了！”三年级的符天喜通过“移动教室”又掌握了一项新技能。

“由于工作繁忙，我们很少带孩子到野外去，看到孩子们在毅行中风雨无阻，真的很感动，这将是孩子一生中美好的回忆。”六年级的明璇小朋友妈妈对孩子们精彩的表现感到非常惊喜。

户外移动教室，通过孩子们的行走步伐开拓着“课本”的内涵，亦拓展着孩子们的视野。陈毓俊介绍，体验式的教学活动将作为学校教学重要的环节，与课堂教学形成良好的互补关系。

“好水罐” 自大了吗？

■ 黄慧娟

本学期，我任教四年级。苏教版四年级上册的语文第15课《一路花香》，课文是这样的：

印度有个挑水工，每天都要到远远的小溪边去挑水。他有两只水罐，一只水罐有条裂缝，另一只水罐完好无损。完好的水罐总能把水满满地运到主人的家，而那只破的水罐到达目的地时，里面只剩下半罐水了。这样日复一日过去了两年。

那只完好的水罐不禁为自己的成就感到骄傲，而那只有裂缝的水罐却感到十分惭愧。一天，它在小溪边对挑水工说：“我想向你道歉。”挑水工问：“为什么呢？”“过去两年中，在你到主人家的路上，水从我的裂缝中渗出，我只能运半罐水。你尽了自己的全力，却没有得到应有的回报。”挑水工说：“在我们回主人家的路上，我希望你注意小路旁那些美丽的花儿。”

当他们上山时，那只破水罐看见太阳正照着路旁美丽的鲜花，这美好的景象使它感到一丝快乐。但到了小路的尽头，它仍然感到伤心，因为它又漏掉了一半的水。于是，它再一次向挑水工道歉。但挑水工说：“难道你没有注意吗？刚才那些美丽的花儿只长在你这一边。那是因为我早知道你的裂缝，并且利用了它。我在你这一边撒下了花种，于是每天我们从小溪边回来的时候，你就浇灌了它们。两年中，我常摘下这些美丽的花，插在我主人的花瓶里。如果没有你，主人哪能每天欣赏到美丽的花朵呢？”

文中第二自然段有一句话“那只完好的水罐不禁为自己的成就感到骄傲”，就因为这句话，在语文组里引发了激烈的讨论。

起因是在期中测试中，出现了一道题，需要解释“骄傲”的意思，并且说明理由。我认为：这里的“骄傲”应该是“自豪”，理由是：好水罐两年时间里，“总能把水满满地运到主人家”，这是对自己认真工作、积极达成目标的肯定。

可是，组里形成了另一个鲜明的观点：“骄傲”应该是“自大”的意思，好水罐因为自己的成就沾沾自喜，它的自大也与破水罐的自卑形成了鲜明的对比。为了慎重起见，持这种意见的老师还查阅了比较“权威”的苏教版课文配套的教参，上面也是“自大”的意思，依据是“不禁”这个词可以看出“好水罐”的自大。

虽然最后考虑应试，组里在争议中暂定将文中的“骄傲”向学生解释为“自大”，但是，我还是认为：这不是单纯的一个答案对错的判断，而是关乎价值取向和评价姿态。因此，我专门用了一节课的时间和孩子们一起分析“好水罐”到底是“自大”还是“自豪”。

“老师，我认为是自豪。因为‘好水罐’两年的时间里，一次也没有出错，这是不容易的，它应该为自己的表现喝彩！”

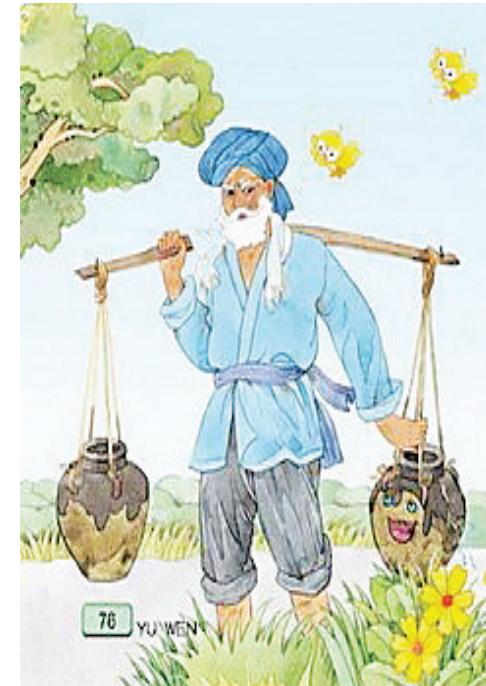
“我也认为是自豪。‘好水罐’两年里自己很棒，但是很低调，它没有嘲笑‘破水罐’，是‘破水罐’自己过于自卑。我们怎么能够因为别人做不好，就否定做得好的同学呢？”

“我也认为是自豪。‘好水罐’两年里自己很棒，但是很低调，它没有嘲笑‘破水罐’，是‘破水罐’自己过于自卑。我们怎么能够因为别人做不好，就否定做得好的同学呢？”

“孩子们你一言，我一语，几乎一边倒倾向于‘自豪’的意思。

我非常开心孩子们并不迷恋于“权威”的解读，而能够发表自己的看法。我说：“是的，我们一致认为：文中的‘好水罐’只有自豪，没有自大。同时，我们也希望每一个同学既不能妄自菲薄，看不到自己存在的价值，同时，当自己有了优点的时候，也要敢于肯定自己，为自己的努力而喝彩！”

(作者单位：海口26小)



苏教版四年级语文上册第15课《一路花香》插图。