

西安一小学寒假作业“大变身”——告别单一书写 趣味融合创意

□本报记者 雷思佳



西安高新第六小学五年级学生寒假作业成果

2026年春季开学以来,西安高新第六小学寒假作业成果展示活动吸引了不少师生家长围观——从二年级的“春节实践”到六年级的“毕业映像”,大家纷纷表示,今年的寒假作业彻底变了模样。

近日,记者走进西安高新第六小学一探究竟。在二年级教室外,一副学生手写的马年春联,字迹工整有力;旁边的展台上,用橡皮泥捏制的“年夜饭”栩栩如生,饺子、红烧肉惟妙惟肖;色彩鲜艳的灯笼、年画、新春日历更是创意十足。在六年级教室走廊里,师生画像、毕业纪念册、校园平面图依次展开,画面上老师笑容温暖,同学们有的抿嘴微笑,有的俏皮眨眼;一本本纪念册里,密密麻麻写满了回忆与不舍……

“过去一到假期,孩子们面对的就是写、算、练之类的重复性机械作业,很多家长也停留在‘作业就是做题’的认知里。”西

安高新第六小学党支部书记李政说,“我们希望通过这样的形式,让学生从‘被动完成’转向‘主动探究’,也让家长看到,孩子在实践的过程中也能学到知识、锻炼能力。”

2026年政府工作报告提出,加大拔尖创新人才自主培养力度,强调要完善人才培养与经济社会发展需要适配机制;全国教育工作会议强调,强化社会实践课程建设,促进学生全面发展。

“这些要求清晰地传递了育人导向:教学不能只停留在书本上,必须走向真实的生活和问题。”在副校长刘浩看来,寒假作业是学校落实育人导向的有效形式,而教育部等七部门“要以学科融合重塑课程教学生态,引导学生综合运用多学科知识和技能解决问题”的政策指引,为学校改变传统寒假作业模式提供了实践依据。

事实上,西安高新第六小学

寒假作业的“升级”并非一蹴而就。该校从2015年开始尝试组织综合实践活动,初步形成跨学科学习意识,到2017年成为STEAM教育实验学校,实现科学、技术、工程、数学和艺术多学科融合首次跨越,再到2019年深耕PBL项目式学习、2022年全面推行跨学科主题学习……十年来,学校逐步搭建起涵盖6大类、60余门课程的“成美·紫薇花”课程体系,致力于多元融合、全面育人。其中,ASL-C跨学科学习课程凭借独特的设计理念和育人价值,引领着教育教学改革的潮流。据了解,该课程基于国家课程、围绕学生核心素养精心设计,是由核心大概念驱动的跨学科主题学习课程。它打破了传统学科界限,将不同学科的知识与技能有机融合,为学生提供了更加广阔的学习视野和多元的学习体验。

今年寒假,学校结合不同年级学生的年龄特点与认知水平,设计了多个主题的跨学科实践项目,将传统文化、生活实践、艺术创作与学科知识有机融合,让寒假作业告别单一的书面作业,成为充满趣味与创意的综合实践体验。

低中年级的寒假作业紧扣生活与传统文化,充满趣味与烟火气。二年级以“春节的多种表现形式”为核心,打造了“骐骥·礼乐启智”“驰骋·英气实践”双层

闯关模式,融合了语文、数学、科学、美术等多学科知识。学生通过书写春联、制作日历、拍摄民俗影集、参与家庭大扫除等实践,在趣味闯关中体验年俗魅力。三年级的学生则化身“小小美食探索家”,围绕“年夜饭里的文化与营养”展开实践。从调研家庭旧菜单、学习营养搭配知识,到设计新年菜单、核算采购预算,再到手绘菜单、烹饪菜肴……全程在烟火气中感受年味,在协作互助中收获成长。

高年级的寒假作业则聚焦文化探究与成长内涵。五年级以“探究丝路藻井:纹样里的文化与几何”为主题,开启了一场穿越千年的文化之旅。“作为古丝绸之路的起点,西安有着深厚的文化底蕴。藻井是丝路文化中独特的艺术表现形式,我们希望通过这个项目,让孩子了解家乡的文化根脉。”年级主任王瑾介绍,项目按照“纹样探秘—结构解析—文化溯源—创意设计—成果共建”的路径推进,引导学生化身“丝路纹样探秘者”,深度解锁藻井背后的故事。

五年级学生闫峻豪在这次探究中收获颇丰:“我在西安易俗社剧场亲眼看到了精美的藻井,特别震撼。之后又通过云上博物馆,了解了藻井纹样和文化知识。”在创作中,他用美术知识画



西安高新第六小学三年级学生寒假作业成果

纹样,用数学里的对称逻辑搭结构、找规律。“我还和班里的小伙伴一起商量、合作,遇到问题就一起想办法解决,特别有成就感。”这份自主探究式的寒假作业让闫峻豪的妈妈惊喜不已:“孩子从一开始就特别投入,主动搜集资料、研究纹样,亲手制作,不用我们督促,大多数时间我都是一个‘陪伴者’的角色,这样的学习方式我们全力支持。”

对于六年级的学生来说,这个寒假有着特殊的意义——这是他们在小学阶段的最后一个寒假。

“我们设计了跨学科项目‘形塑时光·映像成长’,融合美术造

型、数学测量、文字创作等多学科知识,让孩子们用创作的方式,留存小学六年的点点滴滴。”六年级美术教师韦嘉兴说。假期中,学生们独立完成师生画像,用画笔勾勒同窗六年的伙伴、陪伴成长的教师;设计毕业纪念册,用文字与图像记录每一个难忘的瞬间;绘制校园平面图,用数学测量还原校园的每一个角落……

在寒假作业变革的同时,该校同步优化了寒假作业的评价方式。学校建立了学生自评、家长反馈、教师评价相结合的多元评价体系,不仅关注作业成果,更重视学生探究过程中的综合能力表现,达成了打破机械式做题模式、助力学生能力跃迁的设计初衷。

“这样的探索,我们会在更多学科、更多时段,以更多形式进行推广,让跨学科项目式学习成为学校的常态化育人方式。”刘浩说。

专业力量“请进来” 全体教师“强起来”

“全员育心”,守护孩子的快乐与阳光

□唐羊尔

“加快构建学校全员育心工作体系”“把心理健康工作贯穿教育、教学、服务全过程”……近日,教育部出台《关于全面推进健康学校建设的指导意见》,为深化学校心理健康教育指明了方向。从关注“危机干预”到强调“全员育心”,理念的变化,将如何重塑校园心理健康工作的图景?记者对此进行了采访调查。

“全员育心”,教师能力提升是关键

构建“全员育心”体系,意味着心理健康教育不仅是心理教师的职责,更是每一位教师需要共同承担的责任。

“心理健康知识不能只靠心理健康课来传授,所有教师都要首先保持积极阳光的心态。”江西省瑞金市绵塘小学教师赖秀平表示。

作为一名有着17年教龄的六年级数学教师兼班主任,赖秀平观察到,孩子们进入五、六年级后,情绪波动、交友困扰、手机依赖等问题十分常见。

“心理健康教育可与体育、美育、劳育充分结合。”在实践中,赖秀平逐渐探索出一套融入日常的“育心”方法:鼓励学生积极参与社团活动,在兴趣发展中找到自己的闪光点;组织心理剧、正念训练、生涯沙龙等活动,帮助学生在体验中提升心理韧性;带着学生到劳动实践基地种植,让他们在照料植物的过程中,感受生命的成长与力量。

赖秀平发现,帮助孩子在校园生活中获得价值感,也是打开其心结的一把钥匙。她向记者分享了一个故事:“有一个男孩,过去经常逃学。班主任为他量身定制了‘每月小目标’:第一个月,要求他每天按时到校并做一件好事,完成后,老师就会及时表扬并向家长反馈。一个月下来,这个男孩不仅实现了‘0缺席’,还因为做好事而得到了同学们的好评。第二个月,老师让他负责班级卫生。第三个月,老师引导他与同学和睦相处……一个学期下来,这个孩子变得阳光开朗,融入了集体,回归到了课堂。”

“这个案例让我坚信,每个孩子都可以被引导、被点亮——而这背后,需要教师成为有温度、有方法的‘心灵守门人’。”赖秀平说。

和其他老师交流的过程中,赖秀平发现大家存在着共同的困扰:能察觉孩子情绪不对,却常感“有劲使不上”;缺乏系统知识,判断多凭经验,因担心“用力起到反作用”而没有及时应对。

“现在最需要的,是提升所有老

师尤其是班主任两个方面的能力:一是对学生异常行为心理诱因的识别能力,不能简单将之看成纪律或品行问题;二是与家长尤其是对学校存在误解的家长进行有效沟通的能力。”北京市顺义区家庭教育指导专家朱煦指出。

朱煦建议,教师培训应大幅增加心理健康实用内容。“培训要以问题为导向,采取‘以赛代练’、项目式学习等务实形式,帮助教师提升管理能力、改善家校关系、减轻自身压力。”

专业引领,让守护更科学更温情

学生复杂的心理状况,不仅需要老师们的关爱,更需要专业力量的支持。如何才能将专业资源顺畅地引入校园?在四川省成都市温江区,一场科学而温情的探索正在进行。

2024年春天,温江区45所中小学校的孩子们迎来了一批“新校长”——他们专门负责学生们的“心情”。这批“心理健康校长”,有来自三甲医院的临床专家、来自高校的心理学教授,还有来自专业心理机构的负责人。

在温江区光华实验中学,来自四川省精神医学中心的心理健康校长李慧,为学生带来《青春不迷茫》的讲座,化解成长困惑;为教师传授“倾听—共情—转介”干预方法,提升守护能力……

“心理健康校长每学期至少到学校两次,为心理健康工作规划、心理危机管理及学生干预提供专业的公益督导。”温江区教育局党组成员、副局长王雪介绍,“这套机制的核心,是要形成‘校长统筹、专业引领、教师参与’的工作模式。”

“2022年,温江区便开通了QQ、微信、电话三条心理热线。2024年,两个心理服务共享中心、三个家庭教育指导共享中心相继建成,并联合四川省精神医学中心、成都市第五人民医院、高校专家组成咨询团队。”王雪告诉记者。

如今,这三条心理热线,累计为全区师生和家长提供公益咨询超千次,其中深入对话的个案超过700个,化解了50多起紧急危机事件,为孩子们

的健康成长构筑起一道坚实而温暖的心墙。

主动“强心”,抗挫力教育培育积极品质

在采访调研中记者感受到,当前的学校心理健康教育,正从被动应对问题转向主动培养学生积极的心理品质。

山东济南高新区金谷德艺小学四年级的一堂“复原力”主题班会上,孩子们分组搭建积木塔。面对积木一次次倒塌,老师没有指责,而是引导大家复盘:“刚才是什么感受?我们的方法可以怎么改进?”孩子们的注意力渐渐从失败转向了理性分析与策略调整。课后有学生说:“和大家一起在失败里找办法,比一个人生气强!”

“抗挫力教育不是刻意让孩子吃苦,而是要利用学习生活中自然发生的挫折,系统培养他们的心理韧性。”校长张慧有感而发。

在济南高新区实验中学,抗挫力教育同样开展得有声有色。

“我们要培养的学生,不是永远不跌倒,而是每次跌倒后都能迅速爬起来。”校长王慧踌躇。

“学校根据高中三个年级学生身心发展特点,设计了‘适应—提升—冲刺’的三阶课程体系。”王慧卿介绍,“高一年级聚焦活动体验,让学生在军训、30公里远足、成人礼等实践中,完成从脆弱到坚韧的第一次蝶变;高二年级,将韧性培养融入课堂,从语文课文中汲取力量,在化学实验里领悟‘淬炼成钢’;高三年级,依托学生发展中心开展心态复盘、精准帮扶,为学生披上‘心理盔甲’。”

“孩子抗挫能力的培养,需要家校社协同。”济南高新区管委会教育文体部党组书记、部长高一鸣发出倡议,“学校应将抗挫力教育融入日常,营造包容氛围;家庭需适度放手,做好榜样,在孩子受挫时给予支持;社会应传递‘接纳失败、崇尚坚持’的价值观,并提供实践平台。让我们携手,为孩子构建一个敢于尝试、不惧跌倒的成长环境!”

(据《光明日报》2026年3月24日13版)

当前,未成年人上网呈现低龄化趋势,如何规范他们使用社交媒体已成为世界难题。印度尼西亚政府3月6日宣布,自3月28日起实施针对16岁以下人群的社交媒体禁令,以整顿网络色情、网络霸凌、网络诈骗和网络成瘾等问题。

印度尼西亚不是第一个发布禁令的国家。澳大利亚针对16岁以下人群的社交媒体禁令于2025年12月10日正式生效,随后数百万相关账户被关闭。

近年来,青少年焦虑、抑郁等心理健康问题日益凸显,社交媒体被视为重要诱因之一。那么,社交媒体是孩子成长路上的“数字沼泽”吗?我们又应该如何守护他们的心理健康?记者就此采访了多位相关专家。

社交媒体具有多重隐患

受访专家认为,社交媒体在满足青少年社交、求知与自我表达需求的同时,也埋下多重隐患。

最直观的是心理健康风险。“过度使用社交媒体,可能导致青少年出现焦虑、抑郁、社交疏离等心理健康问题,这一点已成为学界共识。”中国社会科学院新闻与传播研究所副研究员杨斌艳说。青少年长期沉迷于社交媒体,看似社交广泛,实则内心孤独,可能导致真实社交能力退化。

更深层的影响出现在自我认同的建构过程中。“在青少年阶段,孩子们最核心的任务之一,就是搞清楚‘我是谁’。”中国人民大学教育学院教授雷雳告诉记者。

过去,青少年主要通过现实生活中老师、家长、同伴的反馈来完成自我认知。这个过程是缓慢、多维且充满温度的。然而,在虚拟世界,点赞量、转发量、关注人数成为衡量自我价值的指标。

雷雳表示,这种高度量化的反馈机制可能会持续影响青少年的价值判断和自我认同。当精心编辑的内容未能获得预期关注,极易放大大自卑、焦虑等情绪,长此以往甚至可能导致线上线下人格分裂,使青少年难以形成稳定健康的自我认知。

从长远来看,社交媒体使用还可能影响青少年的学习与认知能力。北京市社会科学院法治研究所副研究员于雯雯说:“青少年长期接收碎片化信息,可能对他们深度思考能力和认知结构产生负面影响。”

要善用而非禁用

面对风险,“一禁了之”是好办法吗?对此,专家们的看法一致:单纯禁止或许并非上策。

雷雳认为,社交媒体禁令可能违背青少年的成长规律。比起简单的“一刀切”,更重要的是理解青少年为何沉迷,从源头上减少他们对社交媒体的情感依赖。“家长不能自己捧着手机,却要求孩子自觉自律。”雷雳说,父母应该在现实中为孩子提供更多面对面沟通的机会和可以获得成就感的活动,让他们感受到现实世界的温度。

杨斌艳则从社会发展角度补充道:“青少年不仅是被保护的主体,而且是未来社会建设的参与者。如果我们只强调限制,而忽视培养他们的媒介素养,可能会让他们在数字时代掉队,加剧数字鸿沟。”

专家们普遍认为,规范青少年社交媒体使用,不应止步于“禁”,而应重在引导其合理使用。

在技术层面,我国已经初步搭建起“安全护栏”。于雯雯介绍:“国家互联网信息办公室指导下的‘未成年人模式’,已从平台单点部署升级为终端、应用、应用商店联动的系统保护;完善了时间管理、内容适龄、高危功能

社交媒体:孩子成长路上的「数字沼泽」

□沈哲

限制等功能。”以短视频平台抖音“未成年人陪伴计划”为例,14岁以下用户实名认证后强制锁定未成年人模式,单日使用上限40分钟,晚10时至次日早6时自动关闭使用。然而,技术手段仍有局限。杨斌艳坦言,当前“未成年人模式”破解门槛低、内容适配性差,实际使用率有待提高。她更担忧的是,一些技术措施可能适得其反。比如部分平台拟推行的“熔断机制”,一旦监测到青少年情绪异常就切断服务。这很可能堵死了他们唯一的情感出口,反而对其造成更大的伤害。”她说。

因此,除技术手段外,还需要家庭、学校、平台等共同参与,规范青少年使用社交媒体。家长是第一责任人,也是最佳陪伴者。家长要提升自身的媒介素养,与孩子平等地沟通,在现实中给予他们足够的关爱。

学校是媒介素养教育的主阵地。杨斌艳建议,要通过课程、科普活动,以案例教学、实操指导的方式,教会孩子如何利用社交媒体学习、创作,让工具真正为我所用。

平台则需扛起社会责任。于雯雯建议,相关平台应持续完善“未成年人模式”,将技术与人文关怀相结合。比如细化分龄内容,在防控风险的同时,持续输出积极、正向的内容,让未成年人的网络空间更加清朗。

(据《科技日报》3月17日8版)