



藏在罐头里的备考时光

益阳市第十五中学 唐吉

高三的教室,总被试卷、习题填满。学生们埋头皱眉,笔尖不停,压力像一张无形的网,越收越紧。作为生物老师,看着孩子们疲惫的模样,我心里总不是滋味。

复习到生态系统专题时,课本中的“设计并制作生态缸”探究实验,一直停留在纸面。学生背得滚瓜烂熟,却没亲手摸过土壤、看过种子发芽。一边是备考焦虑,一边是实践缺失,我琢磨着,能不能用一件小事解决掉这两个难题?

我想到了迷你绿植罐头。我

挑选向日葵、南瓜、幸运草这些易存活、寓意好的种子,瓶身标注植物名称,背面写下暖心寄语:向日葵配“向阳而生”,南瓜写“不畏困难”,幸运草印上“好运爆棚”。

分发绿植罐头时,沉闷的高三教室一下子热闹起来。同学们铺土、播种、浇水、封盖,平日里握笔刷题的双手,小心翼翼呵护一颗颗种子。“这比做题有意思多了。”有学生说道。我顺势讲解,这一罐之中,藏着生产者、分解者,光合作用、物质循环全部真实上演,抽象的生物知识点,就这样

落到了手心。

从那天起,教室的窗台多了一排整齐的小罐头,课间,总有人凑过去看。有人惊喜地喊:“我的向日葵发芽了。”有人轻轻擦去瓶壁的凝露,认真记录生长变化。看着嫩绿的芽一天天拔高,孩子们脸上的疲惫少了,笑容多了。一名容易焦虑的女生告诉我,每次学不进去,就看看自己种的绿植,看着生命慢慢长大,好像自己也跟着充满力量。瓶身上的励志语,成了他们无声的鼓励。

这些绿植,不仅让生物知识



活了起来,更成了孩子们的“减压神器”。原本紧张压抑的教室,因为这点点新绿,多了温暖与生机。大家交流养护心得,分享发芽的喜悦,班级里的氛围越来越融洽。

小小的罐头,装的不只是土壤和种子,更装着生命的力量,装着我对孩子们的心意。它让学习不再枯燥,也为备考添了一份治愈。



窗边的萤火

新宁县思源实验学校 李滕芳

轩轩是个格外安静的孩子,常年坐在教室最后一排靠窗的位置,像一只萤火虫习惯将自己隐匿在角落。课堂上他从不主动举手,被点名应答时,声音微弱得几不可闻。课间同学们嬉笑打闹,唯有他独自趴在桌上安静画画。翻看他的成长档案,“内向胆怯、不善表达”是常年不变的评语,多年的沉默,让他习惯性封闭自己的内心。

周二早读课铃声响了,轩轩的座位还空着。20分钟后,他红着眼被妈妈拽进教室。我没有当众追问,只是温柔安抚他入座。课后我联系家长,才

得知轩轩极度畏惧课堂发言,害怕答错被同学嘲笑。父亲常年在外,单亲陪伴的成长环境,让他愈发自卑怯懦,抗拒校园生活。

我握着手机,心里很不是滋味。第二天,我把轩轩的座位换到第一排靠门的位置,悄悄问他:“老师需要一个小帮手,你帮我收发作业本,好不好?”他愣了一下,点点头。

那以后,每天收作业成了轩轩的“工作”。他抱着一摞本子在教室里走,偶尔会有同学跟他说“谢谢”,他红着脸回一句“不客气”。

课堂上,我特意为他设计浅

显易懂的问题。第一次提问,他紧张得嘴唇颤抖,不敢出声。我耐心等待、温柔鼓励,在他小声答出答案后,立刻当众夸赞,孩子们也自发为他鼓掌。那一刻,我看见轩轩的眼睛里有什么东西亮了一下。

我不断为他搭建展示自我的舞台,我将他充满想象力的恐龙、宇宙飞船画作贴在班级展示栏,让大家看见他的闪光点;鼓励他参加讲故事比赛,他勇敢站上舞台,讲述《胆小先生》,讲完那天,全班笑得前仰后合,他也跟着笑了。

原来,小小的火苗,足以照亮一个孩子的世界。



一年级,孩子们刚刚步入正规课堂,很多孩子难以快速适应。课堂上,总有孩子随意走动、私下嬉戏、小声聊天,甚至径直走上讲台,各类小动作层出不穷。

反复训练的课堂口令,初期效果尚可,久而久之也渐渐失效。整堂课如同不停“打地鼠”,屡屡陷入混乱。我高声提醒、敲桌警示,声嘶力竭过后,依旧有孩子沉浸在自己的小世界里,无动于衷,课堂管理一度让我倍感疲惫与困惑。

反复摸索中,我找到了专属一年级课堂的“尚方宝剑”——一朵小红花。每当课堂秩序失控,我不再大声呵斥,而是按下课堂暂停键,手持小红花,逐一奖励坐姿端正、安静专注、遵守纪律的孩子。

亮眼的小红花、真诚的夸赞,让调皮好动的孩子心生羡慕。看着身边同学收获肯定、闪闪发光,调皮的孩子便会自觉收敛陋习,端正坐姿、安静听课,努力跟上课堂节奏。此时我趁热打铁,及时肯定他们的进步,送上小红花给予鼓励。简单的正向激励,总能快速抚平课堂躁动,让课堂重回有序、温暖有趣。

小红花不仅稳住了课堂秩序,更搭建起我与孩子双向奔赴的爱意桥梁。一次课堂上,我夸小云汐作业写得真好,她回我一句:“老师,你今天真漂亮。”我听完,美上了好一阵子。还有一次课间,皓皓走过来仰起头对我说:“老师,我最喜欢上您的课啦。”“哦,真的吗?老师也好喜欢你哟。”旁边几个小家伙都凑过来附和着:“老师,我也最喜欢上数学课。”孩子们的话让累了一节课的我立马松弛下来。

我的『尚方宝剑』
攸县联星街道文化路小学 吴刘晓霜



在“混乱”中看见教育本真

辰溪县思源实验学校 刘嫦娥

上午的语文公开课,彻底上“砸”了。

这是我精心准备的《桂花雨》一课。预想中,孩子们沉浸在乡愁的动人意境里。可课堂全程杂乱松散:学生走神分心、小声私语,后排孩子打闹嬉戏。我试图引导他们体会摇桂花的乐趣,平时活跃的学生李熙浩看着窗外的银杏树突然发问:“老师,树在想什么呢?”刻意营造的氛围瞬间被打破。

下课铃响,我几乎是逃回办公室的,挫败感像潮水般涌来。从教三年,我常常深陷这样的困境。我执着于完美的课堂流程、标准的教学节奏,追求教案里的灵动对话与生成性课堂,却让师

生课堂变成一场刻板的表演。

下午的大扫除,我却撞见了孩子们截然不同的一面。课上总偷偷摆弄卡片、坐不住的张骏,踮脚认真擦拭窗户边角,动作细致入微、一丝不苟;写作文总无话可写的杨可馨,和同伴畅谈生活趣事,语言鲜活生动、灵气满满;课上走神发问的李熙浩,蹲在地上耐心剔除瓷砖缝隙的顽固污渍,这份专注与耐心,从未出现在他的课堂表现中。

看着眼前鲜活灵动的孩子们,我猛然醒悟:我一直在努力“塑造”他们,却忘了首先去“发现”他们。长久以来,我将孩子定义为标准化的教学对象,执着于用教案框架塑造他们、用课堂

标准要求他们,却忽略了每个孩子独一无二的闪光点。

“教育是一棵树摇动另一棵树。”而我被公开课的“完美流程”、考核的“硬性指标”推着走,只关心“树”有没有按我预想的方向摇,却忘了听听风本身的声音。

傍晚离校时,我又经过了那棵银杏树。李熙浩的问题忽然有了答案:“树什么也没想,它只是站在那里,在冬天里安静地积蓄力量,等待属于自己的季节。”而每一个孩子,不也是一棵棵姿态各异的树吗?我要做的不是把它们修剪成我想要的形状,而是看见他们本来的样子,为他们提供阳光、雨露,和耐心等待的时光。

