



北京启喑实验学校

校刊

2018年10月刊

北京启喑实验学校《校刊》编辑部

主 编：谢爱明 于文红

常务主编：李智玲

目录

一、 校园之声	2
九月主题党日活动：学习是共产党员的责任	2
二、 启喑故事	4
每个孩子都是独特的	4
从“全班公敌”到“活雷锋”的小天	5
三、 特教理论	7
《聋校义务教育数学课程标准》解读	7
四、 他山之石	14
如何才能拉近老师与学生之间的距离	14
五、 美文欣赏	19
打电话	19
六、 开心驿站	22
开过大奔吗	22
七、 奇趣荟萃	23
16个有趣汉字，蕴藏哲理	23
八、 健康随行	25
7个用眼坏习惯	25
爱眼顺口溜	26
九、 心灵小憩	27
伟大的放弃	27



一、校园之声

九月主题党日活动：学习是共产党员的责任

2018年9月25日，北京启喑实验学校举行了“学习是共产党员的责任”主题党日活动，主题党日活动分为“读书的脚步”、“读书的力量”、“读书的展望”三个环节。

在“读书的脚步”环节中每位党员交流了自己的读书笔记，大家学习了陈云前辈写的文章《学习是共产党人的责任》，也互相交流了的读书笔记方法，每组还推选出两本优秀的读书笔记。他们是邱平、尚美玲、李智玲、刘可研、李立艳、李映雪于文红、李若南八位同志的笔记。

在“读书的力量”环节中，党员们纷纷交流了自己最近的读书心得，以及读书给自己的生活带来的改变。读后感的交流并不局限于支部配发的《习近平新时代中国特色社会主义思想三十讲》、《关键对话》、《大道之行》三本书，还有刚获得诺贝尔文学奖的小说《白色城堡》、流行书《白说》、提升沟通能力的《非暴力沟通》、以及《王蒙谈文化自信》、《重返狼群》、《优秀教师心理素养修炼》、《正面管教》、《活着》、《交流学讲章》、《微笑的力量》、《霜冷长河》等近二十本书。

最后各组统一意见，在“读书的展望”环节各为大家推荐了一本书，这四本书分别是《王蒙谈文化自信》《活着》《少有人走的路》《正面管教》。



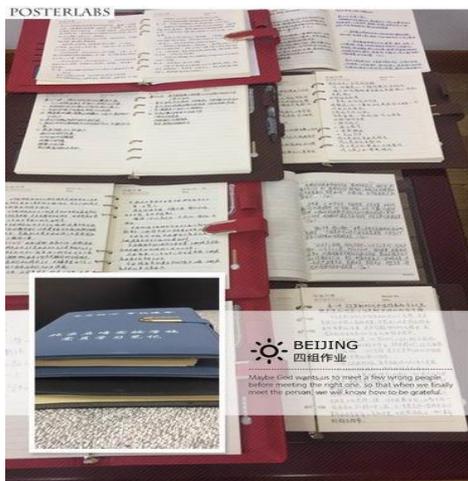
第一党小组交流活动及笔记展示



第二党小组交流活动及笔记展示



第三党小组交流活动及笔记展示



第四党小组交流活动及笔记展示





二、启喑故事

➡ 教师篇

每个孩子都是独特的

陈凌云

小A同学，在普校上了五年小学，与同学格格不入，带着对老师和同学满满的恨转到了我们学校。在这里，她找到了归宿感，但是她与同学们也并不和谐。班里有她特别想结交的同学，但是同学们都不大愿意与她交朋友。七年级的时候，这个孩子与其他孩子三两天就要吵一架，隔三岔五地就有孩子给我递小纸条告她的状，那时真的是鸡犬不宁。

我花费了大量的时间、精力去调解她与班里同学之间的关系，引导孩子们要理解、宽容。一年多的努力，班里的局面终于有了改观，一切看起来都那么和谐，我感觉自己教育得太成功了，就在我准备写我的成功经验的时候，进入了九年级，这个孩子不知怎么又反弹了——极度敏感，好猜忌，超级自我中心。就连班里一个很佛系的孩子小C，都和她决裂了。原因是因为有一段时间小A和小C吃饭时都是对面而坐，有一天，小C因为和另一个同学聊其他话题就没和小A坐一起，然后战争就爆发了。小A认为另一个同学挑拨离间，挖她的墙角，凡是她的朋友都要给她挖走，认为小C也是个两面三刀的人……类似这种因为鸡毛蒜皮的小事引起的误会，我都给她开导不过来。跟她讲同学之情，讲和睦，她就用“我一个人孤独习惯了”、“我就是这样，让我一个人吧”这样的话来对付我。班里的氛围一度又处于紧张、僵化的状态。那时的我非常失落，我觉得自己花费那么多精力营造的一个班集体就被她一个人搞砸了，所以，我对她也没了耐心，很长一段时间对她都是凶巴巴的批评指责，我想：这个孩子如此冰冷如此顽固不化，跟她讲不通！

直到去年十二月的一个周末，我带我们班的孩子去北海公园玩，天快黑的时候温度下降特别快，我拿出手机来查公交路线，手冻得僵硬。这时候，这个孩子上前来双手捧着我的手，说：“老师，我帮你搓搓手。”顿时，我热泪盈眶。因为——我很内疚。我带了这孩子两年多，这是我第一次觉察到这个孩子居然也有如此暖心的一面；我居然没有发现这个孩子的内心其实真正是温暖的；那段时间我经常跟她急，她居然完全不记恨我。我觉得我这个班主任太亏欠她了。

还有一件事，改变了我对她的认识，也改变了我。有时候，中午我会一个人吃饭，一开始她看到我一个人吃饭，就端着她的盘子过来坐我对面，跟我没话找话地闲聊。我心里想：这个爱叨叨的孩子，能让我安静会儿吗！第二次，她又端着盘子



来了，还张罗了两个同学一起过来陪我坐着。她问我：“老师，你一个人孤独吗？”我有点莫名其妙，说：“不孤独呀！”随即，我明白了，她一个人的时候，其实感觉很孤独，所以她觉得我一个人也会孤独，所以才来陪我。这是一个多么细腻多么渴望陪伴的孩子呀！她害怕一个人的孤独。然后我才想明白了，为什么当同学只是随意的换了个座位吃饭，没和她一块儿坐她就会爆发，会生发出这么多事端；为什么她总是在交友这个问题上，一而再再而三地闹得不可开交。这个孩子一直在用冰冷的外壳、独行侠的外壳来包裹着自己，保护自己脆弱的内心，她的独来独往都是佯装的坚强；她很渴望有要好的朋友，又一直在担心失去；她抗拒改变自己，是因为她脆弱，害怕受到伤害。而我，却一直在以一个成年人的眼光去审视这样的一个孩子。

从那以后，再面对这个孩子时我也温和了许多。因为她的种种问题，是因为她那段有阴影的成长经历，她经常给我讲她的梦境，她也很痛苦，很害怕，她也在努力地使自己内心强大。面对如此不易与坚强的生命，我理应温和相待。

所以，每个孩子都是独特的他自己。他们有自己的成长经历，独特的内心世界，当我们用同一个“好学生”的标准去衡量所有的孩子时，也许我们的思虑和行为就会失衡。每个孩子都是一个独特的个体，我们需要接纳每一种独特性，理解孩子们的成长过程，也是对孩子成长的尊重，这样，孩子们的内心才会渗进温暖的阳光。对于我们自己，也是一场修行。



（西城区优秀班主任 陈凌云）

➡ 学生篇

从“全班公敌”到“活雷锋”的小天

最近，班里出了大事，小天成了“全民公敌”。她干什么都是慢腾腾的，作业总是写不完，每天要靠打针来促进生长，但弱不禁风的她最近却每天都大发脾气，打骂我们。

一天早晨，小天又一次把班长的课桌推倒了，书散了一地。班主任房老师问小天怎么了，但她什么也不说，一直哭个不停。



当房老师问我们情况时，我们炸开了锅：“她每天晚自习都骂人”、“她谁都骂”、“她还老打人”、“她老和妈妈吵架”、“她老故意推倒我们的课桌”……

“对于她的表现，你们怎么看呀？”房老师接着问。

“她比较弱，我们都让着她”、“她妈妈总送我们文具，我们不能和她打架”、“但是她老这样，我们都受不了了！”这是大家的看法。

就这样，事情暂时告一段落。

第二天，小天的妈妈又带着很多文具，作为礼物送给我们。以前都是妈妈送给同学们，而这次却不太一样，房老师让小天亲手送给每个同学，并要说“送给你”。当听到一声又一声的“谢谢小天”时，我看到小天终于笑了，而且越送越开心。之后一周，她都没有再骂同学，而且能和同学一起活动。



小天 and 同学们在练习射箭



小天 and 同学们在水池边

接下来，老师给我们安排了一个比赛：看看谁能发现小天的优点和进步。结果，我们发现了小天身上原来有这么多优点和进步：“小天今天作业全部完成，进步很大”、“小天今天跑步特别努力”、“小天帮助我发作业本，谢谢她！”……渐渐地，我发现小天变了，总是乐呵呵的，人都阳光了。一天中午，值日生练舞蹈，没来得及值日，房老师问谁愿意帮助，小天第一个拿起板擦擦黑板。于是，房老师用红笔在黑板上用大字写下：“特别表扬小天，热心帮助他人！”没想到此后每天中午，小天都帮别人值日，感觉她就是班里的“活雷锋”。她与同学们再也没发生矛盾。

房老师的感受：

同学们的宽容让我感动，小天的转变，源于同学、老师的认同，源于鼓励和激励，源于成功的体验，源于优势的发挥。在小天的成长中，我更欣慰的是同学们学会了怎样去帮助同学进步，那就是学会了欣赏别人，从而使每个人都能实现自己的价值，使我们在启喑的学习和生活快乐而幸福！

（指导教师：房彪）



三、特教理论

《聋校义务教育数学课程标准》解读

田寅生

【摘要】《聋校义务教育数学课程标准》的研制与实施，面向全体聋生，人人都能获得适合的数学教育，并充分发挥数学学科的特点，发展聋生的思维能力，实现聋校义务教育的培养目标。

【关键词】聋校；义务教育；数学课程标准；解读

课程标准是课程改革的纲领性文件，是教材编写、教学、评估和命题的依据。为了使聋校数学教师领会《聋校义务教育数学课程标准》（以下简称《课程标准》）的精神，把握《课程标准》的要求，树立正确的数学教育观，本文试图对《课程标准》进行解读。

一、《课程标准》制定的依据与原则

（一）指导思想

《课程标准》的制定是以《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020年）》精神为指导，遵循《基础教育课程改革纲要（试行）》的基本理念，依据《聋校义务教育课程设置实验方案》和《义务教育数学课程标准（2011版）》的基本精神和要求，借鉴、吸收国内外普通教育、聋校数学课程改革的经验研制的。目的是通过《课程标准》的研制与实施，全面贯彻国家的教育方针，提高聋校数学教育质量，促进聋生全面、持续、和谐发展。

（二）基本原则

1.与培养目标相一致

《课程标准》的研制与实施，要面向全体聋生，应致力于实现聋校义务教育阶段的培养目标，促使每个聋生的潜能得到最大限度的开发。应适应聋生个性发展的需要，使聋生人人都能获得适合的数学教育，让不同的聋生在数学上得到不同的发展。

2.符合聋生的身心特点与认知规律

早期研究表明，聋生抽象思维的发展至少比同龄人落后1~2年。心理学的研究成果和聋生的心理特点研究是我们制定《课程标准》的理论基础，是确定学习内容及目标要求的重要依据。《课程标准》要处理好聋生听力障碍、认知发展



和数学能力发展的关系，充分利用聋生视觉的相对优势和语言表达的特点，通过动作思维、形象思维促进逻辑思维的发展。

3.处理好继承与创新的关系

我们应该借鉴和继承我国聋教育的优良传统，体现我国聋教育的特色，在继承的基础上创新，在创新的前提下继承，正确处理好继承与创新的关系，探索聋校数学课程教育的新的发展模式和经验。

4.处理好缺陷补偿和潜能开发的关系

要充分发挥数学学科的特点，发展聋生的思维能力。同时要使数学课程和语文课程、沟通课程、手语课程以及科学教育等课程密切配合，相辅相成地形成促进聋生身心发展、潜能开发和素质提高的合力。

二、《课程标准》的基本理念

（一）关于“前言”的“引言”

“数学教育在培养学生的数学素养，发展学生的逻辑思维能力、语言表达能力、创新能力等方面有着不可替代的作用”“听力障碍既严重影响聋生的语言发展，又严重影响聋生理解能力和抽象概括能力的形成，给数学学习带来困难。因此，如何发挥聋生的视觉认知优势，结合计算机技术，通过动作思维和形象思维，因势利导地培养聋生的数学素养，是聋校义务教育阶段数学教育必须解决的问题”，这些论述呈现了聋校数学课程的多元价值，分析了聋生数学学习困难的原因，提出了解决聋生数学学习困难的对策，指明了聋校数学改革的方向。

（二）关于核心理念

《课程标准》指出：“聋校数学课程应致力于实现义务教育阶段聋校教育的培养目标，体现教育公平。既要面向全体聋生，又要适应聋生个性的发展，促使每个聋生的潜能得到最大限度的开发，使聋生人人获得适合的数学教育，让不同的聋生在数学上得到不同的发展。”理解这一核心理念的内涵必须把握以下几点：

1.《课程标准》将促进聋生的发展作为基本出发点和归宿，并体现在促进全体聋生的发展和促进每一个聋生的个性发展上。

2.“人人”，指学习数学课程的所有人，而不仅仅指少数人，这是认识其意义的前提。它表明，聋校义务教育阶段的数学教育是人人受益、人人成长的教育。

3.“适合”就是符合、适当，就是要符合聋生的实际情况：聋生由于听觉障碍，严重影响了语言发展和理解能力、抽象概括能力的形成，也给数学学习带来一系列的困难。因此《课程标准》提出了“适合”的要求。“适合的数学教育”，就是对于聋生来说是适宜的、能够满足发展需求的教育，是促进教育公平、注重质量的教育。



4.《课程标准》不仅面向全体聋生，而且适应聋生个性发展的需要，即既要关注“人人”，也要关注“不同的人”；既要保证全体聋生数学基本质量标准的达成，也要为不同聋生的多样性发展提供空间。“让不同的聋生在数学上得到不同的发展”是对聋生的主体性地位的回归与尊重，也是个别化教育思想的体现。

（三）关于课程内容

1.“聋校数学课程内容既要反映社会发展的需要、凸显数学学科的特点，又要吸收聋教育的研究成果、符合聋生的认知规律和学习能力”，阐述了课程内容选择的依据，它不仅是课程设计、教材编写的依据，也是教师在课程实施过程中自主选择课程内容的依据。

2.“（课程内容）不仅包括数学的结果，也包括数学结果的形成过程和蕴涵的数学思想方法”“课程内容的选择要贴近聋生实际，有利于聋生体验、理解、思考、探索与交流”，这是对课程内容的全面认识，另一方面，课程内容当然要有利于基础知识、基本技能、基本思想与基本活动经验的掌握与形成。

3.“课程内容的组织要重视过程，处理好过程与结果的关系；要重视直观，处理好直观与抽象的关系；要重视直接经验，处理好直接经验与间接经验的关系”“课程内容的呈现应注意层次性和多样性，以满足不同聋生的学习需求”，阐述了课程内容组织与呈现的方式。层次性，是指不同内容在目标要求上的层次性以及同一内容在不同年级学生认知的层次性；多样性，是指内容的呈现应采取多种表达方式，以满足学生多样化的学习要求。^[4]

（四）关于数学教学活动

1.“聋校数学教学活动是师生积极参与、交往互动、共同发展的过程”，阐述了数学教学活动的本质。这里的“参与”不仅指态度、行为，更指数学思维；不仅指参与的形式，更指所收到的实际学习效果。同时提出，要充分利用视觉信息加工的相对优势组织聋生学习，培养聋生非智力因素。

2.“聋生的学习应当是一个生动活泼的、主动的和富有个性的过程。认真听讲、积极思考、动手实践、自主探索、合作交流等，都是学习数学的重要方式”，阐述了聋生的学习方式。这里学习方式既包括传统的方式也包括课程改革中所倡导的方式，另一方面指出它们是重要方式但不是唯一的方式。

3.“教师要发挥主导作用，成为聋生数学学习活动的组织者、引导者、合作者”，阐述了师生在教学活动中的角色定位。

4.“聋校教师教学应以聋生的认知发展水平和已有经验为基础”“注重启发式和因材施教”“要充分利用聋生视觉优势”“采取有效的沟通手段和多元的教学方法，实施分层分类教学，积极推进个别化教学，为聋生提供充分的数学活动



的机会，最大限度地满足聋生个体发展的需要”，阐述了聋校数学教学活动的基本要求，特别是教学方法的要求，这使得聋校数学课程的实施带有鲜明的个性要求和特色。

（五）关于学习评价

1. “聋校数学学习评价的主要目的是为了全面了解聋生数学学习的过程和结果，激励聋生的学习和改进教师的教学”，阐述了学习评价的目的，要求学习评价功能从过去过分强调“甄别”走向发展。

2. “应建立目标多元、方法多样的评价体系。按照个别化教学计划，有效实施差异性评价”，阐述了评价的方式，提出聋生学习评价的重要方法，即“差异性评价”。差异性评价是以承认和尊重个体间差异为前提，以促进聋生个性化发展为根本目的，根据个别化教学计划，对聋生个体的学习进程及身心变化进行的评价。

3. “评价既要关注聋生学习的结果，也要重视学习的过程；既要关注聋生数学学习的水平，也要重视聋生在数学活动中所表现出来的情感与态度，以及语言表达、沟通交往等潜能的发展”，阐述了评价的内容，这是对评价内容全面的、本质的认识。

（六）关于信息技术使用

1.合理运用，注重实效。“聋校数学课程的实施要合理地利用现代科学技术和网络化、数字化的信息平台，凸显信息技术、学习辅具与课程内容的结合，注重实效”，突出了辅具在数学教学中的使用与作用。

2.要注重整合。“要有利于克服沟通交流障碍，有利于创设最少受限制的教學环境，有利于聋生数学学习和潜能开发”，这是《课程标准》提出的信息技术在聋校数学教学中使用的三条原则。

3.要改进教与学的方式。“要充分考虑信息技术对数学学习内容和方式的影响，开发并向聋生提供丰富的学习资源，把现代信息技术、学习辅具作为聋生学习数学和解决问题的有力工具，有效改进教与学的方式”。

三、《课程标准》的课程目标

（一）课程目标的基本结构

《课程标准》指出：“聋校义务教育阶段数学课程目标分为总目标和学段目标，从知识技能、数学思考、问题解决、情感态度等四个方面具体阐述。”上述课程目标的表述呈现了其具体的层次结构，即把课程目标分成“总目标”、“总目标的四个具体方面”以及“学段目标”三个层次展开。“总目标”带有全局性、



方向性、指导性；“总目标的四个具体方面”也可以称为数学课程的四个具体目标；“学段目标”分三个学段、四个方面对课程目标进行具体阐述。

数学课程目标包括结果目标和过程目标。结果目标使用“了解”“理解”“掌握”“运用”等行为动词表述，过程目标使用“经历”“体验”“探索”等行为动词表述。目标的设计以聋生的全面发展和数学素养的提高为宗旨，注重过程性目标与结果性目标的结合。

（二）课程总目标

通过聋校义务教育阶段的数学学习，使聋生具备以下能力：

1. 获得适应社会生活和进一步发展所必需的数学基本知识、基本技能、基本思想、基本活动经验。

2. 体会数学知识之间、数学与其他学科之间、数学与生活之间的内在联系，运用数学的思维方式进行思考，提高发现问题、提出问题、分析问题和解决问题的能力。

3. 了解数学的价值，提高学习数学的兴趣，增强学好数学的信心，养成良好的学习习惯，具有初步的创新意识和科学态度。

我们把上述三点简要概括为：获得“四基”，增强能力，培养科学态度。

（三）对总目标的理解与认识

1. 《课程标准》将“双基”发展为“四基”，将获得数学基本活动经验、感悟基本思想与“双基”并列，成为聋校义务教育阶段数学教育直接追求的目标，这是我国聋校数学课程改革的重大进展与突破。^[2]在聋校数学教学中，使聋生获得基本的数学活动经验和基本数学思想是“知识爆炸”时代的要求，是创新型人才培养的要求，是达成过程与方法目标的重要载体，是实现情感、态度、价值观目标的主要途径，对于提高聋生的综合素质具有特别重要的意义与教育价值。“四基”是一个有机的整体，是互相联系、互相促进的。基础知识和基本技能是数学教学的主要载体，需要花费较多的课堂教学时间；数学思想则是数学教学的精髓，是统领课堂教学的主线；数学活动是不可或缺的教学形式。

2. 《课程标准》将“双能”发展为“四能”，将增强发现问题和提出问题的能力，与分析问题和解决问题的能力并列。增加此部分要求主要是从聋生能力现状以及培养聋生的创新意识与创新能力的要求考虑的。另外，《课程标准》还提出培养聋生能力的具体目标：“初步学会从数学的角度发现问题和提出问题，运用数学知识解决简单的实际问题，增强应用意识，提高实践能力。”



3.《课程标准》完善了“情感、态度与价值观”方面的目标，包括非智力因素、创新意识与科学态度。当然情感、态度与价值观方面的目标，必须以具体的教学内容为载体，通过适当的教学方式去实现。

（四）对总目标的四个方面的理解与认识

总目标从知识技能、数学思考、问题解决、情感态度等四个方面具体阐述课程目标，并指出：“以上四个方面，不是相互独立和割裂的，而是一个密切联系、相互交融的有机整体。在课程设计和教学活动组织中，应同时兼顾这四个方面的目标。这些目标的整体实现，是聋生受到适合数学教育的标志，它对聋生的全面、持续、和谐发展有着重要的意义。数学思考、问题解决、情感态度的发展离不开知识与技能的学习，同时，知识技能的学习应有利于其他目标的实现。”

四、《课程标准》的内容标准

《课程标准》在课程内容的安排上，既维护了数学课程的系统性、科学性，又符合聋生的认知规律和认知特点，采取的方法是：在普校义务教育数学课程标准的基础上，对课程内容和教学要求进行了增减与调整。具体安排是：教学内容覆盖义务教育阶段第一、二学段全部内容和第三学段的主要内容。

（一）《课程标准》与普校义务教育数学课程标准在内容与教学要求上的比较

《课程标准》的总体目标和学段目标与普通学校课程标准基本上保持一致，只是在教学内容数量、呈现的次序和深度方面根据聋生的认知规律与特点进行了必要的调整。

1.在内容体系方面有所减少。例如，函数的内容只学习基本概念、一次函数，不讲二次函数等。

2.在内容学习要求方面有所降低。例如，三角形在第三学段只要求聋生了解基本的概念与性质，不要求掌握图形性质的证明。又如，在数的认识教学要求方面，要求聋生“能运用数表示日常生活中的一些事物，并会进行交流”，教学要求从“能”降为“会”。

3.在内容的结构上有移有分有合。将普校数学课程标准的第一、二学段部分内容移至《课程标准》第二、三学段。例如，把分数移至第二、第三学段学习。再如，将负数的认识合并到第三学段学习。

（二）《课程标准》与现行聋校教材内容的比较

由于此前聋校数学课程只有教材而无课程标准，因此只能从教学内容安排上与《课程标准》做一个简要比较。



1.数与代数部分。删减了珠算的内容；删减了繁琐的运算步骤，减少了较为繁杂的计算内容，如对混合运算的掌握要求以两步为主，不超过三步；删减了乘除数为三位数的乘除法计算内容，要求降为乘除数为两位数。在降低复杂计算要求的同时，增加了计算器的运用，增加了估算的内容与要求，使得《课程标准》的课程内容更有利于聋生数感的培养，也更贴近聋生的生活，更具实用性。在第三学段还增加了函数与一次函数。

2.图形与几何部分。增加了“三角形”“平行线”（原教材为选学内容），增加了“图形的变化”，包括图形的轴对称、图形的旋转、图形的平移、图形与位置、图形与坐标等相关内容。这样安排有利于培养聋生的空间观念，初步建立几何直观。

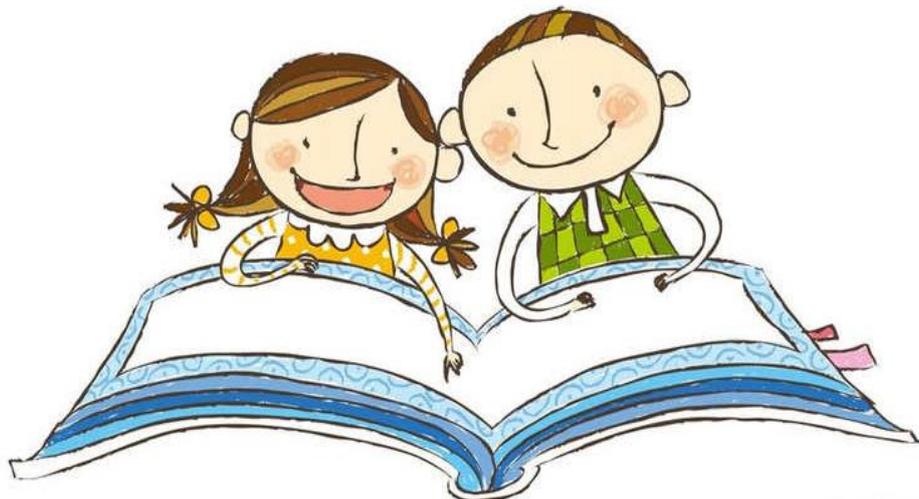
3.统计与概率部分。《课程标准》要求在三个学段中系统地开展相关教学活动，增加了“从数据中提取信息并进行判断和预测”“中位数、众数、加权平均数”“随机现象发生的可能性”等内容与教学要求。这样安排有利于聋生数据分析观念的形成。

4.增加了综合与实践部分。明确要求通过以问题安排为载体、以聋生主动参与为主的学习活动，培养聋生综合运用所学数学知识解决问题的能力，切实提高聋生的应用意识与解决实际问题的能力。

参考文献：

- [1] 张丹，白永潇. 新课标的基本理念及其变化 [J]. 小学教学：数学版，2014（4）：8.
- [2] 徐梅娟，田寅生. 聋校数学基本活动经验的内涵、特征及教育价值 [J]. 现代特殊教育，2015（9）：37.

（作者单位：南京特殊教育师范学院）





四、他山之石

如何才能拉近老师与学生之间的距离

师生关系是教书育人过程中最重要的关系。有的老师担心与学生走得太近会没有威严感，所以往往非常严肃，师生关系也变得比较淡漠。

如何才能拉近老师与学生之间的距离，打动学生的心灵，下面这20句话，也许对您有帮助，一起试着跟学生说说看吧！

01

最近怎么有些沉闷？

我需要你的热情！

点评：老师的话语犹如阳光播洒到学生的心灵，使学生充分感受到老师时时刻刻在关注、关心着自己，并且愿意随时给自己提供帮助。学生感受到了老师的心和他的心紧贴在一起，再大的困难也能克服。

02

把简单的事做好，就是不简单

把平凡的事做好，就是不平凡！

点评：浅显通俗的语言极富有哲理性，让学生懂得了从小事做起，打好基础的重要性，避免学生产生好高骛远的心态，正所谓：“一屋不扫何以扫天下。”

03

我们每个同学都很聪明，

应该积极发表自己的见解！

点评：老师使用激励性语言给予学生信心，巧妙地引导学生积极思考，激发学生展开新一轮挑战的决心。这在潜移默化中增强了学生战胜困难的信心和恒心。

04

努力改正缺点，

你就可以做一个堂堂正正的人！



点评：老师用“做一个堂堂正正的人”这种符合学生内心愿望的语句激励学生，反映了老师对学生的信任和尊重，能够使学生产生自信心和上进心，这样的鼓励性语言能够拉近师生间的距离。

05

**如果你能试着喜欢上那些弱项，
一定能成功！**

点评：这样充满鼓励性的话语能够帮助学生消除偏科现象，激发学生对学习的兴趣，鼓励他们全面发展。在现在这样的一个知识经济社会，教师要善于引导学生全面发展，成为综合素质较高的人才。

06

**你只要用心做，
这些事根本难不倒你！**

点评：一句激励的话语能增强学生的自信心，给学生希望。告诉学生：没有做不好的事，自己的态度是关键。只要专心，有耐心、恒心，就一定能够进步。

07

**勇敢点！不要怕！
天塌下来，老师替你顶着！**

点评：学生面对困难、挫折难免会产生畏难情绪，这时教师的语言应该像“雪中炭”、“六月风”。上述语言让学生深切地感受到老师理解自己，并打算用行动来支持自己，能和老师并肩作战。当然，对任何困难就不再惧怕了。

08

**你不是最聪明的，却是最有灵气的！
相信你将来一定有所成就！**

点评：当教师怀有真挚情感给予学生公正、恰如其分的评价时，学生能更清醒地认识自己，用“最有灵气”不断激励自己，按着老师的话不断努力。

09



你是一个很有想法的孩子，

你的见解很有创意！

点评：这句话肯定了学生的创新思维和发展潜力，教师善于培养学生的发散思维和创新精神，激励学生不断努力，成为高素质人才。

10

也许你在别人眼里有很多不足，

但在我眼里，你是最棒的！

点评：这是一句具有激励性的话语，它不仅肯定了学生的成功与进步，还鼓励学生再接再厉，增强学生继续努力信心，拉近了师生距离。

11

你的潜力很大，对于你来说，

只要好好挖掘，没有不可能的！

点评：这是一句发展性的评价语，教师帮助学生认识他们在学习上已达到的程度和已具备的能力，鼓励学生继续努力，不断挖掘自身潜力，实现自身的可持续发展。

12

一个人最大的美德是宽容，

如果你懂得宽容，

你就会有海一样的胸怀！

点评：教师用形象的语言，从思想品德的方面教育学生人生中需要宽容。在学生的人生观和世界观逐渐形成时期，学生易于受教师的思想观点影响。教师努力将中华传统美德及时地渗透到学生的内心，使学生成为品德高尚的人。

13

也许你现在是贫困的，

但老师相信，



20年后，你是最富有的！

点评：用正确的方法教育学生认识富有与贫穷。告诉学生，只要通过自己的努力，就可以实现自身命运的改变，变成一个物质和精神都富有的人！

14

只要你肯努力，

老师愿意成为助你成功的桥梁！

点评：“只要你肯努力，老师愿意成为助你成功的桥梁”这样亲切的话语能够拉近学生与老师之间的距离，激励学生更努力地学习，在老师的帮助下不断地提高自己。

15

你敢于向老师(教材)提出个人见解，

非常了不起！

点评：教师在课堂上对学生行为评价的话语，体现了对学生敢于发问的肯定。这是教师对学生发问行为本身的尊重，会在一定程度上激发学生的创新思维，使学生获得最大程度的发展。

16

你永远是最出色的学生，

我相信你！

点评：教师用“最出色”评定学生，是对学生能力的最高褒奖，更是学生获得进一步发展的能力激发源。教师的肯定与褒奖，自然会使学生勇于发表见解、大胆创新、进一步追求完美。

17

你的思维很独特！

能说说你的想法吗？

点评：这是教师一种邀请式的做法。对学生行为给予了较高的评价，邀请式的做法体现了教师对学生人格和行为价值的尊重。这种做法会使学生在得到充分尊重的前提下，更易于和教师进行交流，发表自己的见解。



18

**你提的问题很有思考价值，
我们共同研究一下**

点评：采用平等对话式的语气，对学生提出问题给予了肯定，体现了对学生的尊重和对问题所提出问题的关注，这样会进一步激发学生对问题深入思考的兴趣，使学生在课堂上获得高层次的发展。

19

**只要肯动脑筋，
你一定会变得更聪明！**

点评：学生的能力总是希望别人给予肯定，教师运用正面引导的话语，充分展现了学生获得良好发展的前景，同时又隐含着告诉学生取得成功的正确途径和方法——“肯动脑”。

这样的话语会使学生向着积极的方向付出努力并且获得最大可能的发展。

20

**说错了没关系，
我会帮助你！**

点评：教师用平和的语气引导学生回答问题，消除了学生答错时可能产生的窘迫和紧张心理，这种做法易于营造一种和谐、轻松的课堂氛围，使得学生没有任何压力，在教师的指导下实现问题的解决，获得良好的身心发展。





五、美文欣赏

打电话



从我住进病房的那一刻起，对面床上的那对夫妻便一直小声地争吵着——女人想走，男人要留。

听护士讲：女人患的是胶质细胞瘤，脑瘤的一种，致癌率极高。

从他们断断续续的争吵中，一个农村家庭的影子渐渐在我面前清晰起来：女人46岁，有两个孩子，女儿去年刚考上大学，儿子念高一。十二亩地、六头猪、一头牛，是他们全部的家当。

医院的走廊里有一部插磁卡的电话，就安在病房门外三四米远的地方，由于手机的普及，已经鲜有人用了。楼下的小卖部卖电话卡，几乎每个傍晚，男人都要到走廊上给家里打电话。

男人的声音很大，虽然每次他都刻意关上病房的门，可病房里还是听得清清楚楚。

每天，男人都在事无巨细地问儿子：牛和猪是否都喂饱了，院门插了没有，嘱咐儿子别学得太晚影响了第二天上课。

最后，千篇一律地以一句“你妈的病没什么大碍，过几天我们就回去了”作为结尾。

女人住进来的第四天，医院安排了开颅手术。那天早晨，女人的病床前多了一男一女，看样子是那女人的哥哥和妹妹。女人握着妹妹的手，眼睛却一刻也不离开男人的脸。麻醉前，女人突然抓住了男人的胳膊说：

“他爸，我要是下不了手术台，用被子把我埋在房后的林子里就行。咱不办事儿，不花那个冤枉钱，你这回一定要听我的啊！”



女人的声音颤抖着，泪，汨汨地淌了下来。

“嗯，你就甭操那心了。”男人说。



晶亮的液体一点点地注入了女人的静脉。

随着女人的眼皮渐渐垂下，男人脸上的肌肉一条条地僵硬起来。

护士推走了女人，男人和两个亲戚跟了出去。只过了一会儿，男人便被妻哥扯了回来。

妻哥把男人按在床上，男人坐下，又站了起来，又坐下，一只手不停地捻着床头的被角。

“大哥，你说，淑珍这手术应该没事儿吧？”男人定定地瞅着妻哥，脸上的神情看上去像个无助的孩子。

“医生说了没事就应该没事儿的，放心吧！”妻哥安慰着男人。二十分钟后，男人又出去了，过了一会儿，又被妻哥扯了回来。如此反复了五六次，终于，女人在大家的簇拥下被推了回来。

女人头上缠着雪白的纱布，脸色有些苍白，眼睛微微地闭着，像是睡着了。手忙脚乱地安排好了女人，男人又出去了，回来时，手里拎了一包东西。

一向都是三个馒头几片榨菜便打发了一顿饭的男人，这次破天荒地买回了一兜包子。

男人不停地劝妻哥和妻妹多吃点儿，自己却只吃了两个，便端起了水杯。



那个傍晚，不知是忘了还是其他原因，男人没给家里打电话。晚上，病房里的灯一直亮着。

半夜，我起来去厕所。看到男人坐在妻子的床头，像尊雕塑般一动不动地瞅着女人的脸。

第二天上午，女人醒了，虽不能说话，却微笑着瞅着男人。男人高兴地搓着手，跑到楼下买了许多糖。送到了医生办公室，送到了护士台，还给了我和邻床的老太太每人一把。

女人看上去精神还不错，摘掉氧气罩的第一天，便又开始闹着回家。男人无奈，只得像哄孩子似的，不停地给女人讲各种看来的、听来的新鲜事儿，打发时间。

一切又恢复了原来的样子。每天傍晚，男人又开始站到楼道的磁卡电话旁，喋喋不休地嘱咐起了儿子。还是那么大的嗓门儿，还是那些琐碎的事儿，千篇一律的内容我都能背出来了。



4

一天晚上，我从水房出来，男人正站在电话旁边大声唠叨着：“牛一天喂两回就行，冬天又不干活儿，饿着点没事儿，猪你可得给我喂好了啊，养足了膘儿，年根儿能卖个好价钱。你妈恢复得挺好，医生说再巩固几天就能出院了……”

男人自顾自地说着，一边的我看得目瞪口呆。那一刻我惊奇地发现：电话机上，根本没插磁卡！

撂了电话，男人下意识地抬头，看到我脸上错愕的表情。我指了指电话，男人这才意识到，自己忘了往电话上面插磁卡了。“嘘——”男人的食指放在嘴边，示意我别出声。

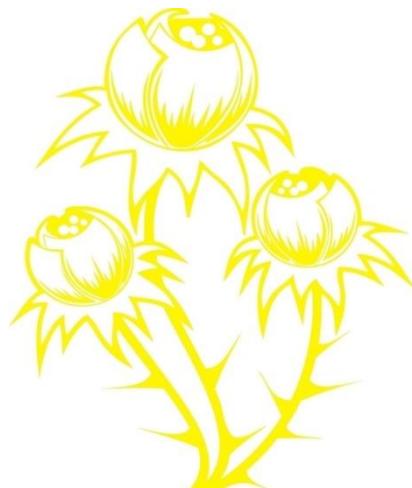
“赵大哥，这会儿不担心你家的猪和牛了？”我一脸疑惑地瞅着男人，小声问了一句。

“牛和猪早托俺妻哥卖掉凑手术费了！”男人低低地回答，随即冲我做了个鬼脸儿，用手指了指病房的门。

我恍然大悟，原来：男人的电话不是打给家中儿子的，是“打”给病床上的妻子的！

那一刻，我的心再也无法平静。为他，为她，为他们的爱情。原来，尘世间还有如此让人动容的真情。

没有玫瑰的浪漫和海誓山盟的矫情，他们的爱，早已被细细密密的岁月针脚缝合成一件贴身的衣服。





六、开心驿站

开过大奔吗

小王刚买了辆奥托，半夜在清静的三环上试试车，他正开的高兴，一辆大奔从后面超上来，要超过的时候，开大奔的家伙，伸出头来，冲小王喊了一句：

“伙计，开过大奔吗！”

然后就一溜烟开远了，小王半天才回过味儿来，开大奔，有什么可显摆的啊，呸。

一会儿小王就忘了这事，高高兴兴地又开了一圈儿。他正高兴呢，那辆大奔又从后面开过来了，好像也在遛车，超车时，开大奔的家伙又冲小王喊了一句：

“伙计，开过大奔吗！”

这下可气着了小王，加速想追，可是也追不上呀，干气也没办法。

没开多远，小王乐啦，那辆大奔撞在护栏上了。

哈哈，小王也停下车，他要去看看那个嚣张家伙的熊样，他来到车旁，看见那家伙还好，受伤不重。

可那家伙看见小王走过来，张嘴又说了：

“伙计，开过大奔吗！”

小王差点气背过气去，可这家伙下面又说了，小王就真背过气去了。

他说：

“伙计，开过大奔吗？刹车在哪儿呀？”





七、奇趣荟萃

16个有趣汉字，蕴藏哲理

01 认

看一个“人”，
我们往往只重视他的“言”，
而忽视了他的内心。

02 债

欠了别人的，
就要偿还，
这是做“人”的“责”任。

03 值

站得“直”，
“人”的身价才高。

04 加

做什么事，
不能光用“口”讲，
还要致“力”于行动。

05 朋

同形同向，
“月月”相伴，
方能称得上真正的朋友。

06 企

“人”的欲求不可无限膨胀，
要适可而“止”。

07 赶

不停地“走”，
不停地“干”，
就会超过别人。

08 真

正“直”，
是它的立足“点”。



09

骗

一旦被人看穿，
“马”上就会被人看“扁”。

10

迟

落伍者往往只是比别人，
晚“走”了一“尺”。

11

吻

请勿只有“口”，
还要用心。

12

令

“今”天努力一“点”，
明天才有资格指挥别人。

13

超

“召”示你，
不停地“走”，
你才能赶上别人，
走在前面。

14

隘

如果只愿用“耳”朵，
听对自己有“益”的话，
不愿听批评，
其人心胸必然狭隘。

15

协

要“办”成一件，
“十”分成功的大事，
必须靠大家共同努力。

16

恩

“因”为世界和他人对你的成长，
一直在付出“心”血，
所以，人必须学会感恩。





八、健康随行

7 个用眼坏习惯



01 躺着玩手机

尤其是侧面躺着玩手机，眼睛睫状肌长时间被压迫，造成眼睛供血不足，产生挤压和疼痛感。时间长了，视力会降低。

02 长时间看电视、用电脑

眼睛会干涩、视力下降，度数增加等。应该每看一个小时，休息 5 分钟。



03 趴在桌上睡觉，压迫眼睛

长时间压迫视神经，时间一长，眼睛承受很大的压力。



04 用劣质隐形眼睛和美瞳

劣质隐形眼睛、美瞳透气性差，容易引起眼睛发炎。购买这类用品一定要到专业眼科医疗机构购买。



05 眼睛离书本太近

阅读时眼睛十分靠近书本，眼睛很容易疲劳。阅读时要保持正确的姿势，和书本保持 30 厘米的距离。





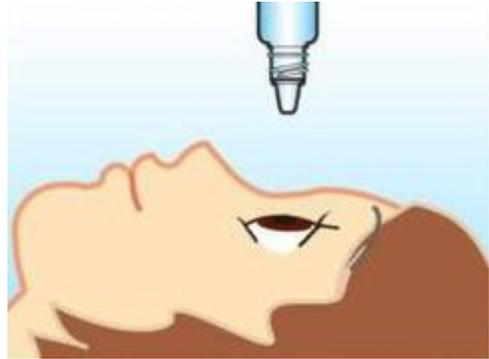
06 在昏暗环境下用眼

会造成瞳孔长时间散大，堵塞眼内液体循环流通，容易导致青光眼。青光眼是不可逆致盲性眼病。要选择光线柔和，不直射的环境阅读。



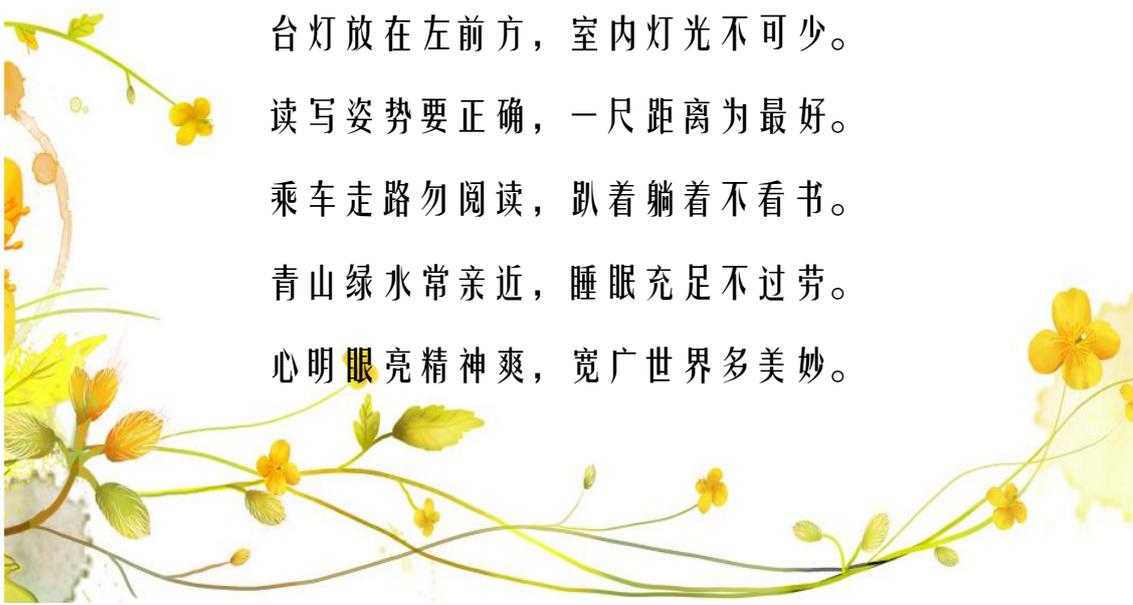
07 经常使用滴眼液

如果经常使用会形成依赖，一旦停止使用可能出现反弹效应，导致眼部血管扩张，红血丝更明显。



爱眼顺口溜

保护视力很重要，不良习惯须改掉。
台灯放在左前方，室内灯光不可少。
读写姿势要正确，一尺距离为最好。
乘车走路勿阅读，趴着躺着不看书。
青山绿水常亲近，睡眠充足不过劳。
心明眼亮精神爽，宽广世界多美妙。





九、心灵小憩

伟大的放弃

这是一个真实的现代故事，湖南安化县高明村寡妇罗英的儿子在大连上大学，因出车祸身亡。

湘儿是寡妇罗瑛这辈子最大的骄傲……在罗瑛去料理儿子后事时，正是这位母亲的放弃，让一个悲剧有了昂扬的走向，才有了让人感动，让人钦佩，有了出人意料的后来。

两年前，乡亲们在村口敲锣打鼓地给湘儿送行，嘱咐她：“好好读书，将来接你妈去城里享福。你妈一个人把你拉扯大，不容易。”两年后，乡亲们在村口含着眼泪给湘儿的母亲罗瑛送行，告诉她：“一定不能放过那个撞湘儿的司机，他把你们这个家都给毁了！”

乡亲和亲戚有要陪罗瑛去大连的，可是，她想了半天，还是拒绝了。她怕人一多，她的心就乱了。

从湖南安化县高明村到安化县城，然后从安化县城到长沙，再从长沙到大连，将近三千公里的路途，罗瑛坐了两天一夜的车。本来，大连方面让她坐飞机，可是一听价钱，她觉得还是能省就省吧。沿着儿子韩湘上学的路，最远只去过镇上集市的罗大妈东问西打听，总算上对了车。

坐在座位上，汗还没擦干，罗瑛的眼泪就掉下来一不出来不知道，世界这么大。她的湘儿从那个穷乡僻壤走出去，真是太不容易了。

到了大连火车站，湘儿的老师、同学，还有公交集团的领导以及那个肇事司机小付都来接她。公交集团和校方都让罗瑛安排了宾馆，可是罗瑛却要求去司机小付家看看，让其他人先回。

对于罗瑛的要求，大家唯一能做的就是满足。公交集团领导对小付说，不管人家怎么闹，你都受着。人家唯一的儿子没了，怎么闹都不为过。

罗瑛去了小付的家。五十平方米不到的房子，住着一家五口一小付的父母和小付一家三口，孩子刚上幼儿园。就在小付的媳妇不知道该跟罗瑛说什么好时，罗瑛说：“你们城里人住的地方也太挤巴了。”

罗瑛的话让小付媳妇的眼泪一下子就下来了，她借机诉苦：“从结婚就和老人在一起过。都是普通工人，哪买得起房子？一平方米一万多的房价，不吃不喝两



辈子也买不起。”罗瑛惊呆了：“一万一平方米，就这跟鸽子笼似的楼房？”

小付媳妇说：“可不是，小付一个月工资两千不到，一个月只休三天，没白没黑地跑，跑的公里数多就多赚点，跑的公里数少就少赚点。从干上公交司机就从来没有睡到自然醒的时候，生生落下一个神经衰弱的毛病。这些年，他也没跟家人过过一个团圆的节日。现在可好，又出了这么大的事故……”小付媳妇干脆放声大哭起来。

罗瑛见状，赶紧对小付媳妇说：“姑娘，大妈想在你们家吃顿饭。”小付媳妇赶紧擦干眼泪，忙不迭地让小付出去买菜。可是，罗瑛坚决不同意，她说：“家里有啥吃啥。”

吃完饭后，罗瑛要去湘儿的学校看看。从进门到走关于湘儿的死。罗瑛一个字都没提。

湘儿的同学领着罗瑛，把湘儿生前上课的教室、睡过的寝室等有过湘儿足迹的地方都走了个遍。校方为罗瑛组织了强大的律师团，主要目标有两个，一是严重肇事司机，二是最大限度地争取经济赔偿。

罗瑛没见律师团，只是把湘儿的系主任叫了出来，跟他说：“湘儿给你们添麻烦了。我还得继续添个麻烦，帮我把湘儿的尸体早些火化了。再派一个和湘儿关系最好的同学，领着我和湘儿把大连好玩的、他没去过的地方都转转。其余的事，我自己来解决，不能再给你们学校添麻烦了，也不能再让孩子们为湘儿耽误学习了。”系主任还想说什么，罗瑛说：“湘儿昨晚托梦给我了，孩子就是这么说的，咱们都听他的吧”

罗瑛把湘儿的骨灰盒装在背包里，像抱着一个婴儿那样，用一天的时间把滨海路、金石滩和旅顺口都走了一遍。

一天下来，湘儿的同学把眼睛都哭肿了，可是，罗瑛一滴眼泪都没掉。湘儿的同学对她说：“阿姨，你就哭出来吧。”罗瑛说：“湘儿四岁没了爸爸，从那时开始，我就没在湘儿面前掉过眼泪。孩子看见妈妈哭，那心得多痛……”

第二天，校方四处找不到罗瑛。原来，她去了公交集团。对于她的到来，集团做好了各种准备。他们已经将公司按交通伤亡惯例赔偿的钱以及肇事司机个人应赔付的钱装在了信封里。家属能接受就接受，接受不了那就走法律程序。

为了不使气氛太激烈，集团领导没让小付露面，几个领导带着一个律师来见罗瑛。领导们做好了罗瑛痛不欲生、哭天抢地的准备—从下车到现在，罗瑛表现得过于平静，他们知道，这是暴风雨来临之前的平静—反正他们人多，每个人说



一句好话，也可以抵挡一阵。

结果，罗瑛和公交集团领导的见面没超过十分钟，掐头去尾，真正的对话不过五分钟。罗瑛说：“我请求你们两件事。第一件，希望你们别处分小付师傅；第二件，小付师傅睡眠不好，你们帮我转告他一个偏方一把猪心切成片，再加十粒去核的红枣，拌上盐、油、姜煮熟，早晚热着吃，吃一个月左右，肯定管用。”

集团领导一时反应不过来，罗瑛顿了顿，说：“湘儿给你们添麻烦了。”

罗瑛走了，对集团领导非要塞给她的钱，她怎么也不肯收：“这钱我没法花。把小付师傅的那份儿还给他，城里车水马龙的，行人不容易，开车的也不容易。”

罗瑛走了，比来时多了一件东西，那就是湘儿的骨灰。她小心地把湘儿抱在怀里，看上去像一尊雕塑。

公交集团上上下下全震惊了。不久，集团出资，买了整整两卡车的米、面、油向高明村进发。尽管走之前，他们知道那是湖南一个偏远的农村，可是，到了目的地，还是被那真实的贫穷惊呆了，破败的房屋与校舍，孩子们连火腿肠都没见过；罗瑛家的房屋由几根柱子支撑，摇摇欲倒。

罗瑛带着公交集团的人，挨家挨户送米送油。她说：“你们看，我说得没错吧，这些人的心眼儿好着呢。”

一行十五人，走的时候除了留下回去的路费，把其余的钱全拿了出来，大家恨不得把罗瑛一年的吃穿用都给准备好。

时到今日，那场车祸已经过去五年了，但依然有大连人络绎不绝地来到高明村，不光是公交集团的人，还有对此事知情的其它人。他们不光去看望年岁渐长的罗瑛，也为那个村庄做着力所能及的事，投资，修路，建新校舍……

湘儿是寡妇罗瑛这辈子最大的骄傲……但正是这位母亲的放弃，让一个悲剧有了昂扬的走向，有了最出人意料的后来。

这是一位早早失去丈夫，而后又失去延续香火，唯一正在上大学的儿子，地处边远而又闭塞的乡村中的一位村妇，文中叙述她在处理儿子因交通事故，遭遇不幸死亡之后，高尚的心灵境界和传统道德素养，读后实实使人感动不已。

人们不得不扪心自问并思考，是什么会使她具有如此高度的冷静、忍受、宽容、从善、理解、换位思考、将心比心的善良素养和道德风范呢？也许正因为地处闭塞，才使这个村庄数千年来的传统道德素养没有丢掉，也没有遭到严重的侵蚀。

