



本报讯 记者张小溪报道：近日，教育部公布首批全国健康学校建设单位名单，确定1075所学校为首批全国健康学校建设单位，我市茅箭区武当路小学和郧阳中学入选。

为落实健康第一的教育理念，促进学生健康成长、全面发展，根据《教育部办公厅关于实施全国健康学校建设计划的通知》精神，在学校自主申报、各省级教育部门遴选推荐、专家组审核、网络公示基础上，最终确定首批全国健康学校建设单位名单。

据悉，茅箭区武当路小学于2013年提出“开启智慧 润泽生命”办学理念，坚持将健康教育作为落实立德树人根本任

务的基础性工程，依托学校生命教育，构建健康行为规范化、健康评价智慧化、健康活动特色化、健康教育标准化的健康教育“四化”体系，创新健康教育方式方法，强化健康教育的科学性和实效性，全面提升师生健康素养。

郧阳中学深入贯彻“健康湖北”建设总体要求，成立学校健康校园领导小组，建立科学规章制度，完善传染病防控和突发公共卫生事件应急处置预案，定期组织开展突发公共卫生事件应急演练。通过健康教育课和健康教育宣传栏，做好健康教育宣传。全面实行大课间体育活动制度，落实美化校园卫生运动，积极创建健康校园。

三尺讲台勤耕耘 默默奉献守初心

——十堰部分高中2023届高三班主任分享教学心得

编者按：6月25日，我省高考成绩放榜，全省高考总成绩一分一段表、高考录取控制分数线同一天公布，高考话题再次成为各方关注的焦点。当大家把目光聚焦在今年高分考生身上的时候，站在三尺讲台上无私奉献、与学生默默陪伴1000多天的老师，悄然隐幕后，把舞台和掌声留给了学生。

热爱教学、研究教学、投入教学、扎根教学，在“为党育人，为国育才”的事业中，他们用青春和汗水，帮助学生收获了成长、完成了蝶变，实现了人生的惊人一跃。今天，本报特邀郧阳中学、东风高中、市一中2023届高三班主任讲述他们的故事。

奋斗的青春最美丽

回首过去三年，让我自豪的是每一名学生的成长和进步。

高考成绩揭晓，班上郑雨林同学发挥出了他最佳水平。他高三从其他班转入，当了解到他性格内向、信心不足的情况后，我安排他做班级生物课代表，给他安排一个志趣相投的同桌，慢慢地，他的笑脸多了，逐步融入了集体。有一段时间，他的成绩有所下滑且课堂积极性不高，跟他交流之后发现他对当前的学习节奏不太适应。在班级分析会上，我建议代课老师采取弹性布置学科任务、课上与课下辅导相结合等方法，帮助他走出了学习的瓶颈期，找到自己的学习节奏。

学习之余，我还利用各种活动培养学生综合素质。我在班上发动学生让他们在家为父母做一顿饭，大家兴致满满；举行演讲比赛，

让每一位同学都上台展示自我；“美德少年”评选活动，挖掘了身边一直默默付出帮助他人的道德榜样……在一系列活动中，同学们全面提升了综合素质，能够更好地应对生活和学习上的挑战。

本届高三面临“新高考、新课标、新教材”挑战，老师和学生都是摸着石头过河。为此，年级组织老师们“一课一研”群策群力，再结合具体学情二次三次备课。在备考过程中，我尊重学生主体作用，让学生自己改试卷答题卡，并鼓励有问题的同学主动上台当“小老师”。可喜的是，最终孩子们在高考中都发挥出了远远超过自己中考成绩的水平。

十八而志，青春在一中突破自我。期待更多学子走进一中，继续谱写属于我们的故事。



市一中2023届高三(1)班班主任 陈伦宝(左)



市一中2023届高三(27)班班主任 李强(右)

我与学生共成长

在这充满挑战的三年里，我和同学们一起成长，共同进步。

晋文彬同学的蜕变是同学们奋斗的缩影。三年前中考成绩平平无奇的他，今年高考完成了华丽转身。作为班主任，我亲身经历和见证了这充满不易的全过程。当一切已成定局，有很多故事值得诉说。

记得高二组建这个班之初，晋文彬找到我，说特别想离开这个班级。我很惊讶，反复做他的工作，结果他是“油盐不进”。我静下心来做了一番思考，给他写了张纸条。几节课后，他回了一张小纸条：老师，我从小对环境变动比较敏感，因此想回到原来的班级……只要回复就好办，通过小纸条又进行了几次沟通，他逐渐打开心结。后来，他甚至主动来找我交流：谢谢老师的耐心，我感觉您让人感到亲近，我会努力适应这个班级的。

这件事解决了，帮他成功适应

了环境，也让我坚定信心：孩子们的困难，总能梳理出原因，总能找到解决之法。

晋文彬同学是一个性格要强的同学，对于满分有些执念，多次出现因为追求得满分，反而出现简单的题目都得不到分的情况。我提醒他，高考是在规定的时间内处理大量信息的考验，患得患失反而适得其反，我们要找到自己的增分点，拿得到的分数坚决不能出错，拿不到的分数不纠缠。

后来，他逐渐“敢于取舍”，并逐渐体会到取舍实际是全力以赴努力过的释然，是认清自我后对结果的最优解法。

寒窗苦读十二载，少年辛苦终事成。与孩子们共处的时光，我也感慨良多、收获满满，孩子们的进步就是我工作的最大动力，也是作为教师的价值感和幸福感所在。

因为热爱，所以乐此不疲

从教18年，我一直坚持担任班主任，我的治班理念是“关爱每一位学生，做学生生命中的贵人”。

2023届博雅班学生热衷于学习，体育锻炼少，部分学生甚至不愿意上体育课，我就陪学生上体育课。运动场上，不擅长体育运动的我，时常成为学生的笑料，但为了让学生们参与体育锻炼，有充足的体能备考，我放下面子，乐此不疲地参与其中。

不擅长体育的我，厨艺还不错。有时我也会在周末下厨，给不能回家的同学炒菜做饭秀厨艺。2023届高三备考期间，一次联考试题难度大，考后学生压力大，班级的氛围压抑，我就带领学生走出校门爬紧邻校园的福山公园，然后请全班同学聚餐。餐后，学生们都说，这次聚餐吃得不是饭，而是幸福。

在一次模拟考试期间，袁同学发烧38.8℃，科任老师给批了假。我

得知消息后，把正准备回家的袁同学劝了回来，让他先喝点药，坚持参加考试。当时有老师不理解，说一场考试不考有啥不得了，孩子的身体要紧。我解释到，这是他的心结在作怪，必须打破它。为确保不出意外，我亲自给袁同学监考，每隔40分钟给他检测一下体温。最后成绩出来了，袁同学在迟到10分钟、发着烧的情况下，物理单科考了年级第一。

我的人生信条是“积极心态，立即行动”。在班级管理过程中，我不要求学生死记硬背，而是经常想办法让学生接触外面的世界，引导学生参与社会，热爱生活。

在我的办公室，行军床、被褥、枕头、毛巾、牙刷一应俱全。有时候很晚了，就在办公室将就一晚。由于我经常夜宿办公室，老师看到了，打趣道：“又占公家便宜。”身为人民教师，我想这样的“便宜”，我愿意占。



郧阳中学2023届博雅班班主任 王威(中)



郧阳中学2023届献珍班班主任 李玉利(左)

为十八岁的他们唱首歌

“好雨知时节，当春乃发生，随风潜入夜，润物细无声。”教师的工作便如春雨，在潜移默化中产生震撼人心的力量。班级管理上，我的特色是春风化雨，润物无声。一个充满爱的班级，始终是我追求的培养目标，也是我认为能够促进每个学生成长的不二法门。

在高考前紧张的强化训练中，我组织同学们过了一次特别的生日，那是个普通又特殊的日子，备考氛围些许紧张，但看到孩子们唱着《盛夏》，吃着甜甜的巧克力，我感受到了做一名班主任的幸福。在这场短暂的生日会上，我几次哽咽，那时我知道，我和学生之间的感情之深，那种默契是无可替代的。献珍班是一个充满灵气的大

家庭，孩子们都有思想、有温度、有情怀。在距离高考只剩60天时，我安排了一本特殊的班务日志，在这本日记上，每一位学生轮流负责写下一天的见闻感受，留住高三最后的回忆。现在翻开这本日记，心情依旧如潮水般起伏。看着孩子们的笔迹，和他们的初见如在昨日。

春风化雨，润物无声。在献珍班各位老师的辛勤浇灌下，那一颗颗种子，正在结出硕果……春华烂漫、夏长茁壮、秋实丰硕、冬藏深沉。我，那个“站在你身后的人”，还在这里，也一直都在这里守望。常回想，和同学们一起走过的昨天；很享受，和大家一路同行的今天；更期待，属于我们每个人的明天！

相信相信的力量

高三(21)班是进入高三时新组建的一个班，班级人数较多，绝大多数孩子在中考时都不在全市前列，所以孩子们对于冲刺名校心里没底。我就给他们打气，鼓励大家丢掉包袱、放手一搏，一定要相信相信的力量。

“学会感恩，追求卓越”是(21)班的班训，也是我对学生的要求。一个人懂得感恩，他的内心就是柔软的，是善良的，也是能够赢得别人信任和尊重的。而追求卓越，则要求学生们在学习、做事中，始终以最高标准要求自己，不因与别人比好或比坏而高兴或沮丧，始终以一种专注、虔诚的态度来做事。

高中的学习是辛苦的，为了缓解压力，我总是第一时间带领孩子们走出教室去放松。参观学校的学子铭，欣赏后山的风景，站在风云阁俯瞰校园，压力瞬间全无。有

一次联考，班上学生考得不好，看到学生们沮丧的状态，我第一时间给他们分析考试成绩不理想的原因，然后带领孩子们在夕阳下长跑，结束后“包场”小卖部，“占领”食堂，每人必有一瓶娃哈哈，和孩子们一起笑看未来。

严格要求是表象，“爱”才是本质。一个孩子只有在爱中长大，他才是饱满的、完整的。刘同学，到高三后期因压力比较大，决定回家复习。我没有阻拦，但每天都跟刘同学家长打电话咨询孩子在家学习状况，并第一时间将学校的资料拿给他，及时对他进行鼓励。在老师家长的帮助下，刘同学顺利参加高考，并取得了理想的成绩。

因为相信，所以坚定行动；因为坚定行动，所以有丰收成果。经过一年的努力，孩子们取得了理想的成绩，也祝愿他们在未来的路上，越走越稳、越远。



东风高中2023届高三(21)班班主任 吴涛(左)



东风高中2023届高三(22)班班主任 谭结(左)

成功的秘诀是爱

在刚刚结束的高考中，我们高三(22)班取得了优异的成绩，班级高分层也取得巨大进步。我为我的学生感到欣慰和自豪，他们用实际行动证明了自己的能力和价值。

教学中，我带领学生“闯关”——攻克解析几何每日难题；零散的知识不成体系，我就创造“东高学霸笔记”，翻阅新教材，回想旧题型，细心归纳；历史方向学生数学成绩难提升，我采取一对一单独辅导的方式因材施教。班上同学刘力歌害怕选择题，我便和她一起做题。通过观察，我发现她的基础非常扎实，但是在做选填题时缺乏信心。所以我不断鼓励她，并且将她的疑惑和我的建议全部记录下来，再针对她的疑惑点进行针对性训练并跟踪摸底，形成闭环，如此帮

助她克服了心结。

为了让学生们在温馨又整洁，合作而竞争的环境中学习，根据同学们的建议，我在班上设置了“夸夸墙”，很多学生在“夸夸墙”中称赞我们班级的“四朵金花”——我们班仅有的四名男生：张丙坤、王子浩、何梓泽、张晋源，班上的各种体力活都是他们主动承担，开展活动也是他们冲在最前面，他们的正直、善良、勤奋、坚毅是我们的顶梁柱。受挫时及时的鼓励，迷茫时理性的支持，快乐时衷心的祝福，都让学生体会到了来自老师的爱与力量。

备战高考这一年，高三(22)班的同学们，都是我的骄傲和希望，是我的同行者和见证者，也是我的梦想和动力。我希望他们能继续保持初心，继续拓展学识，追逐梦想，创造奇迹。

(整理：记者党立杰 宋雅璐 詹妍)