

校园动态

站上第一时段！

——新晋自治区示范性普通高中桂林市第五中学异军突起

站上第一时段！这是五中人近20年来的奋斗目标。

近年来，桂林市第五中学牢牢抓住教育发展新机遇，在2017年1月被授予自治区特色普通高中，2023年7月被自治区教育厅批复同意授予第三十批自治区示范性普通高中牌匾，学校发展建设跨上新台阶，步入快车道。2024年将进入示范性高中招生第一时段关键元年，乘着“三新”改革的东风，五中人将继续在观音山下的这片热土勤心耕耘，为桂林教育高质量发展贡献五中力量。

办学思想明确，办学成果显著

学校坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的教育方针，落实“立德树人”根本任务，围绕学校“立德树人，多元发展”的办学理念，结合“崇德 明礼 笃学 美雅”八字校训，聚焦“爱心 奉献 责任 担当；自信 感恩 快乐 阳光”师生共育的育人目标，进一步提升学校文化品牌，创出学校特色，提高办学水平，最终实现学校特色+示范发展、教师专业发展、学生个性发展的和谐统一。

学校先后荣获全国绿色学校创建活动第四批先进学校，自治区绿色学校、文明校园、和谐学校、卫生优秀学校、教育系统五一巾帼标兵岗、特色普通高中，桂林市文明校园、教育系统创建全国文明城市先进单位、社会主义核心价值观建设示范点等荣誉称号。

环境条件良好，基础设施达标

学校坐落在交通便利的桂林市环城北一路旁，背靠清秀的观音山，学校绿树成荫，环境优美，交通便利，学校的教学区、学生宿舍区、学生运动区以及教师公寓等布局合理。校园实现了“美化、绿化、硬化、亮化”，将学校文化巧妙融合校园环境，以校训“崇德 明礼 笃学 美雅”命名楼栋，充分利用走廊、连廊、灯柱等构建立体文化宣传阵地，充分发挥环境育人、文化育人的功能和作用。预计新的学生公寓楼今年年底落成，学校将进入全寄宿制学校管理的新时期，将全面提升学校的管理水平和效率。

队伍结构合理，教学成果显著

学校领导班子学科结构、年龄结构合理，分工明确。学校领导名校长培养对象3人，桂林市学科带头人2人，桂林市特约教研员3人。学



▲自治区示范性普通高中揭牌

校十分重视教师队伍的建设，精心实施“启航—远航—领航”教师专业成长培训工程，从整体上做大做强师资队伍。2024 届教师团队在今年高考中更是显示了超强的“再加工”能力，全面超额完成预定本科上线目标！

近三年，全校教师积极参加各级各类教研活动和学科竞赛，获国家级、自治区级和桂林市级个人荣誉奖18次，教师发表论文32篇，获奖论文49篇，获奖教学设计和课件129件，课题研究20个，其中8个已结题。1项成果荣获广西基础教育自治区级教学成果评比二等奖。

管理科学规范，德育品牌引领

学校坚持德育为首，牢记“崇德 明礼 笃学 美雅”八字校训，成立德育工作领导小组，健全完善了以学校为中心、以家庭、社会为基础的“三位一体”教育体系。

坚持做好学校“万康德育奖励”的品牌效应，该德育奖励为五中校友2007年捐资设立，该奖励基金共设置学生“爱心奖”“孝心奖”“诚信奖”“宽容奖”和教师“树人奖”，旨在引导学生修德正己、全面发展，帮助学生培养德才兼备的、符合社会需要的合格人才，鼓励老师用心育人，重视品德教育。到今年已经开展第11届的评比表彰，树立了100多个师生德育典型，推动学校德育工作高质量发展。

课程实施到位，开设校本课程

学校以新课程改革为动力，以提升教育教学质量为重点，以教研组、备课组建设和加强课堂教学过程监控为保证，细化、内化教学常规，强化教学过程管理，向管理要质量。成立学术委员会开展“推门听课”活动，开展青年教师优质课、汇报课活动，提高课堂教学有效性。

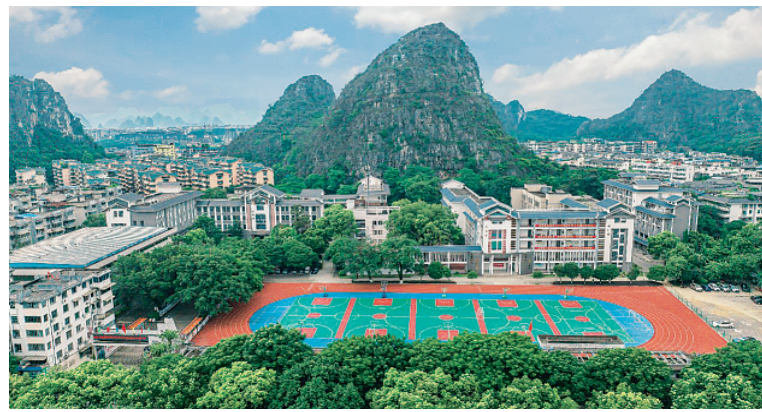
学校认真贯彻落实国家新课程标准，并根据学校实际情况，构建由国家课程、地方课程、校本课程、德育课程、劳动课程、美育等课程组成的学校课程体系。

教育科研引领，助力专业提升

学校不断强化“科研兴校，科研强校”的意识，结合学校实际，营造科研氛围，促进教师课题研究意识，学校现阶段开展研究的课题有：广西普通高中基础教育教学改革质量提升项目1项，市级B类课题3个，C类课题1个，桂林市教育评价专项课题1项；心理健康专项课题2个，双减专项课题2个，智慧校园专项课题3个，家庭教育专项课题1个，个人课题2个，校级课题2个，共18个课题。荣获2021、2022年桂林市教育科研先进单位。



▲桂林市第五中学 2024 届教师团队



▲桂林市第五中学鸟瞰图

注重总结分享，发挥示范作用

近年来，学校选派优秀教师到桂林阳朔、灵川、全州、兴安、恭城、资源等地区的学校开展形式多样的支教帮扶工作。支教人员带着先进的教育教学理念，有针对性地开展听课、上课、评课和课题研究等帮教活动，切实提高受助对象的教学和科研水平。

站上第一时段，是机遇，更是挑战！学校将以此为契机，坚守教育初心，凝心聚力创办人民满意的教育，开拓奋进，推动学校各项工作朝着高质量、高品位的目标扬帆起航，快速推进自治区示范性普通高中建设，为桂林教育高质量发展贡献更多的五中力量！

（梁振德）
（本文图片均由桂林市第五中学提供）

做好职业启蒙
促儿童社会性发展

每年的高考结束后，很快就进入填报志愿的环节，不少考生都对大学想读什么专业感到迷茫，对未来想从事的职业方向也不清晰。大学专业虽然不一定与将来从事的职业一致，但在儿童青少年的成长过程中对他们提前进行职业启蒙还是很有必要的。儿童的生命成长，事实上就是不断形成自我认知和各种身份认同的过程。家长在把握儿童的身心发展规律和个体差异的基础上，可以引导儿童形成积极的职业认知，激发他们的职业兴趣和梦想，为儿童将来融入社会、适应社会奠定一定基础。

有研究表明，职业启蒙有利于促进儿童的社会性发展。职业启蒙能够通过引导儿童对兴趣爱好、自我能力、自我意识等内在特质的探索，协助其挖掘内在的发展资源，从而促进儿童的社会性发展。职业启蒙可以帮助儿童了解各类不同职业的要求和行为规范，增强他们的社会认知能力；激发儿童对各种职业的探究兴趣，提高他们的社会适应能力；帮助儿童了解不同职业的价值，培养儿童的同理心和社会情感能力。

儿童职业启蒙，起于“职业”、重在“启蒙”、成于“教育”，主要任务是构建儿童初步的职业认知，为其未来的职业选择和人生发展奠定基础。儿童职业启蒙，不是具有类型教育特征的职业教育，不是面向未来就业崗位的职业培训，不是倡导儿童的过早教育分流，不是把家长和教育者的愿望寄托在儿童身上，而是普及职业基础知识、提供职业准备的预备教育，以减少将来职业选择时的盲

目性。

家庭是儿童职业启蒙的主阵地。有研究发现，儿童未来的职业选择和人生走向与家庭环境、家庭关系、父母教养方式息息相关。儿童职业启蒙是家庭教育的重要内容。认识职业、认识社会，首先始于家庭。家庭是整个社会生活的浓缩空间，是儿童最早接触到职业活动的第一课堂，父母是使儿童具备初步职业概念的第一任老师。不管哪一种家庭环境，父母对子女潜移默化的影响都是客观存在的。家庭成员的职业体验和职业情感，往往会以润物细无声的方式，塑造儿童的职业观念，影响儿童的职业认知和选择。职业启蒙实质上是一种“儿童社会化学习”。家庭作为儿童参与的第一个社会化场所，在一定程度上给儿童提供了角色模型，儿童模仿家庭成员的言谈举止来积累生活经验，完成基本的社会化。

家长可以从以下几方面帮助和引导儿童做好职业启蒙教育。

一是帮助儿童树立正确的职业认知。基于儿童的成长规律和学习特点，儿童多以“听中学”“看中学”为主要方式获取职业认知。家长可以在适当的时机有意识地引导儿童了解家庭成员以及亲朋好友所从事的职业，与儿童交流和探讨他们感兴趣的职业。可以引导儿童通过阅读、观看纪录片、参观职业场所等方式，让他们了解不同职业的工作特点、内容、环境、要求等。从生活的一些场景入手，建立儿童当下学习生活与未来工作世界的联系纽带，激发他们对工作世界的探究兴趣，拓宽儿童的视野。

二是引导儿童参与多元化职业体验。职业体验是借助职场参与、情景模拟、剧本表演、角色扮演等形式，引导儿童通过直接感知、亲身体验和实际操作等，给儿童以职业代入感，让他们获取并积累有益的直接经验和感性认识。职业体验以“模拟体验”代替传统的“知识讲解”，将较为抽象的职业概念具象化、生动化，帮助儿童通过对角色的模仿与观察、任务的操作与体验，感悟职业的价值意义和角色内涵，获得对职业的真实理解。要多创造让儿童亲身体验的机会，积极寻找可供儿童体验的真实职场，带儿童到父母、家庭成员或者亲朋好友的工作场所去参观、感受，还可以让他们亲身参与一些简单的工作，指导儿童在亲力亲为中理解职业并建构知识、发展能力、产生情感、生成意义。

三是在劳动教育中培养儿童的动手能力。职业启蒙是为未来的职业生涯做好准备的教育活动。儿童职业启蒙离不开劳动教育，劳动教育是职业启蒙和培养孩子动手能力的的重要途径。家长应在平时生活中鼓励儿童参与力所能及的家务劳动，养成良好的劳动习惯。还可以让儿童根据自己的兴趣和天赋多动手做一些自己喜欢的事情，激发儿童的探究欲望和学习动力。儿童劳动意识和动手能力的培养是一个循序渐进的过程，要让儿童在劳动教育中提升职业认知、培养职业情感，从而助力其社会性发展。（据《中国教育报》）

如何面对孩子
高考后“放飞”现象

读者提问：

高考结束后，感觉我家孩子彻底放飞了自我，作息有点儿黑白颠倒，有时甚至通宵刷视频玩游戏，饭也不好好吃。高考前孩子的确很辛苦，高考后我们也能理解孩子想放松一下的心情，但看到他这么放纵自己，又担心对他的身心健康不好，有点儿让人犯愁和揪心。请问我们家长面对这种情况该怎么办？

专家答问：

这位家长反映的高考后孩子的表现可能比较普遍，出现这一现象的原因是多方面的，一是高考结束后孩子从长期高强度的脑力劳动中解脱出来，神经一下子由紧绷到松弛，孩子需要一定的刺激性活动，或者做一些以前喜欢又不被允许的事情，来满足自己的弥补性心理；二是长期相对封闭的学习与备考，让不少孩子习惯了按部就班的或者被安排好的学习和生活节奏，缺乏自己计划和安排的主观性，高考后多了很多自由时间，他们可能有点儿无所适从。当然，这也反映了在基础教育阶段对孩子进行生涯教育和自主性、责任感培养的重要性。面对高考后孩子的一时“放飞”，家长不妨从以下几方面做一些工作。

一是理解孩子，鼓励他们学做人主主人。

大部分高考后的孩子都已经年满十八周岁，是传统意义上的成年人了。孩子要学会对自己的人生和决定负责，父母也要给他们充分的尊重和自主空间。经历紧张的备考后，孩子想要放松一下的心情是可以理解的，家长还是要学会放手，给他们尊重和接纳。同时父母也的确有责任告诉孩子，世上没有绝对的自由，自由也是要有分寸的，绝对不能只图一时的快乐而做出伤害社会和人或者伤害自己的事情。

高考后，青少年要学会思考未来的道路和方向，延展生命的价值维度，学做人生的主人。高考前因为忙于学习，可能导致不少孩子目标相对单一，或者内驱力没有得到有效激发，容易导致视野的狭窄，缺乏长远的意义感和学习动力。高考后，父母不妨和孩子做一次深入交流，引导孩子在认知上走出“被安排”的思维惯性或“教育功利主义”的误区，鼓励孩子结合自己的兴趣爱好，树立更远的理想和更长远的人生目标。

二是创造条件，帮助孩子进行双向探索。

高考后，马上就要面临填报志愿的问题，需要考虑很多主客观因素。孩子自身也会有迷茫和焦虑情绪，父母可以适时地帮助孩子进行自我与专业的双向探索。

一方面父母可以引导孩子总结过往的学习和生活经历，进行

自身能力和特点的自我分析与探索。比如用画图的方法，让孩子画出自己十年、二十年以后想过的生活场景，再进行时间的倒推和分析，要达到这些目标，现在需要付出哪些努力或选择什么专业。另一方面，可以利用身边的资源，为孩子了解各专业与职业的特点创造条件，如通过聚会或参观等形式引导孩子了解亲戚朋友的职业，或通过互联网等孩子感兴趣的方式了解各大学专业情况等。

三是重拾兴趣，引导孩子找到更高级的“快乐”。

不少孩子都曾有自己热爱和感兴趣的事情，比如美术、乐器、旅行、户外运动等，但高考前因为学业压力，也许已经较长时间没有做这些自己喜欢的事情了。可以在高考后鼓励孩子重拾这些健康的爱好和兴趣，让他们在真正喜欢的事情中得到精神上的享受和成就感，这样他们自然就会远离那些电子产品或无益于身心健康的事情。另外也可以鼓励孩子多和同龄伙伴一起组织一些有益的活动，比如策划一次毕业旅行、参加一些社会公益活动等，在这个过程中还培养了孩子的人际交往能力和社会责任感等。

（专家：殷飞，南京师范大学家庭教育研究院副院长，“心理健康与脑科学”江苏社科普及基地副主任）
（据《中国教育报》）