



北京启喑实验学校

校刊

2018 年 12 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
花径缘客扫，蓬门自此开	2
激发潜能 创意无限 合作快乐 感悟成长	4
宪法日，走进法院去学习	7
二、 启暗故事	9
与学生一起成长	9
恬恬的“体验式成长，融入式生活”	10
三、 特教理论	12
《聋校义务教育思想品德课程标准》解读	12
四、 他山之石	17
16 个怎么办(之二)	17
五、 美文欣赏	20
年轻	20
六、 开心驿站	22
绝对不要和鹦鹉说话	22
七、 奇趣荟萃	23
汉字背后的趣味知识（之二）	23
八、 健康随行	25
冬天跑步穿什么？	25
九、 心灵小憩	27
赔碗	27



一、校园之声

花径缘客扫，蓬门自此开

——北京启喑实验学校“全纳杯”教学评优活动预赛

2018 年 10 月至 2019 年 1 月，西城区第四届“全纳杯”课堂教学评优活动在全区展开，北京启喑实验学校借此机会开展了“全纳杯”教学评优预赛活动。“全纳”是容纳所有学生，反对歧视排斥，促进积极参与，注重集体合作，满足不同需求的教育理念和教育过程，目前主要运用于包含特殊儿童的普通学校教育中。作为单纯承担聋生教育任务的聋校来说，如何进行全纳教育，这样的研究尚未展开，借助此次区教学评优，启喑实验学校开展“全纳杯”预赛，进行教师全体参与，学生全员发展，教学全面关注，课堂全局统筹的教学实践，开启了基于聋校特点的全纳教育研究。

学校领航

“聋生教育一个不能少”是新时代赋予聋校教育的任务，也是以人为本教育理念的落实要求，启喑实验学校立足于真实的促进每一位聋生发展的目标，将这次“全纳杯”预赛当成了一个研究平台，看作了一个研究契机，学校成立了教学评优活动领导小组，确定了“学生视角下的课堂教学变革”的活动主题，谢爱明校长亲自挂帅，进行了细致的部署，提出了具体的要求，从制定方案、召开会议到深入课堂、课后研讨，始终发挥着引领与导航作用。我校名师孙联群导师，抓住聋校教学的关键特征，从聋生的视角，手语的运用，教材的理解等角度指导教师。学校的高度重视，创设了全员研究的氛围，激发了教师的参与热情，推动了各学科全方位多角度的教学实践与反思。

教研助力

全纳教育的最大关注点在于如何促进每一位聋生的发展，聋生的最大特点是“差异显著”，表现在聋生的认知水平与其学习需要的差异显著，同一班级不同个体间认知水平差异显著，同一学生不同认知领域差异显著，针对聋生的特点，学前康复、小学和中学十几个教研组结合预赛工作及本学期各学段教学提出的“全课堂”



教学要求，制定本组的教学评价方案，组织教师研课、听课、评课，围绕如何基于聋生特点进行教学变革展开了热烈的研讨，以研促思，以研促变，同时，对于建构“全方位关注学习对象，全方位关注教学因素”的“全课堂”模式进行了思考与探索。

教师投入

从 10 月 22 日至 11 月 9 日，一线教师全部参与了教学评优活动，按照学校的方案，每位教师完成了一份标准的教学设计并进行了与教学设计配套的教学实践。教师们精心备课，从对象、目标、认知、学科、方式、效果等多角度审视和反思聋校教学，在交流、研讨中分享与总结教学得失。为期三周的教学评优活动，检验了聋校教师的教学基本功，展示了聋校教师的专业素养，呈现了聋校教师的教学研究能力，促进了聋校教师的实践与思考。

课堂生动

围绕“立足学生视角，进行课堂变革”主题，我们在课堂教学中展开了丰富的研究，不同学科不同年级课堂形式多样，学生学习兴趣浓厚，教学效果显著。“学科教学整合”与“教学手段多样”推动了“教法、学法、评价”的创新研究，“个别化教学、分层教学、差异教育”推动了“面向全体、关注个体”的实践研究，“聋生语言补偿”与“通用手语推广”推动了“聋校教学”的特色研究，为构建“真实、生动”“满足每一位聋生的发展需求”的“全课堂”积累了经验。

预赛共选出一等奖 13 人，他们将代表学校参加西城区第四届“全纳杯”课堂教学评优活动。本次预赛活动拓展了全纳教育的内涵和外延，开始了聋校进行全纳教育的积极尝试，也促发了基于聋生特点进行课堂变革的深入思考，相信未来，北京启喑实验学校将以成熟的教育手段为每一位聋生的发展提供最专业、最有力的支持。

一等奖名单

尹 引	李 晨	张春东	陈 红
王 莉	王楠（大）	刘可研	刘洋（女）
刘海鹏	李立艳	李智玲	高向昱 魏涛



激发潜能 创意无限 合作快乐 感悟成长



作为西城区九所“心理教育示范学校”之一，我校的心理健康教育渗透在方方面面。其中，连年开展的团体心理辅导活动为学生所喜爱。

经过紧张筹备、充分预热，在学生们的热切期盼中，本学年“中学生团体心理辅导活动”于 11 月 26 日下午 3:00 拉开了序幕。本次活动的主题为“第二届创意大赛 报纸服装设计专场”。

活动过程中，学生们共同完成了“报纸服装”的设计与展示说明，并写出了发自内心、含义深刻的活动感言。每个团队的成员在活动中均有出色的表现，他们创造美、感受美，展示自己，欣赏他人。在体验团队合作乐趣，感受成员共同努力能量的同时，充分发挥团队创造力，打破思维定势，发挥创新能力。活动增强了班级凝聚力，促进了学生间的信任与合作。

相信学生在今后的学习生活中会带着这种卓越的团队合作精神，带着超凡的创造表现力，与所在的集体共成长、更优秀！

活动回顾：

树叶、人造花、长尾夹、羽毛、彩纱、乒乓球……15 种附加材料抽签决定，每班材料各不相同。这令活动更加有趣，增加难度的同时，更好地激发了学生的创造力。

阅读规则、商讨方案、分工合作、忙而不乱，在短短的 30 分钟时间里，各团队要完成服装设计、作品命名、设计说明等三项任务。

活动渗透语言补偿，“规则理解”、“作品说明”、“活动感言”等环节，能够促进聋生之间的沟通，帮助他们提高阅读理解力、发展语言表达能力。





阳光的、唯美的、励志的……各团队设计出主题积极的服装。本着公平、公正、公开的原则，评委们就服装设计分别从“团队合作”、“创意内容”、“设计理念”、“制作效果”、“表演展示”方面评选出五个单项奖；活动感言评选出了“一、二、三”等奖。

在感言中，“合作”、“团结”成为了高频词、“接纳”、“包容”成为了闪光点。活动后，各班的活动感言移至大厅，将满满的正能量传递给全校师生。

感谢相关领导与老师们热情参与，是这次活动顺利进行的强有力保障，孩子们快乐与收获的背后是他们的辛勤付出！





（供稿人：刘舒）



宪法日，走进法院去学习

2018 年 12 月 4 日，是我国第五个“国家宪法日”。寒风一扫往日的阴霾，露出了晴空。4 日下午 2:00，北京启喑实验学校高二年级组师生一行 18 人走进西城区人民法院，举行第五个“国家宪法日”暨本校第二届模拟法庭主题活动。



师生在西城区人民法院门前合影

在过去的两周里，高二年级同学就“模拟法庭”活动的内容进行了认真的学习和全面的准备，从挑选脚本到修改台词，从分配角色到座次安排，从磨合台词到拿捏表情……基于上一届高二师生传授的宝贵经验，在班主任的紧密配合下，15 名学生进行了一次又一次的排演，一次又一次的打磨。同学们利用晨会、课间及课后时间积极排练，在排练的过程中，同学们对一些法律概念的认知逐渐清晰，对于一些法律程序更为熟知。



同学们在进行模拟法庭活动



针对现场进行的模拟法庭活动，程法官给予了中肯的评价。同时，法官还精心准备了与脚本案件类似的普法视频。观看完毕，法官提问，同学们积极回答，有的同学还对案件进行了比较分析。随后，王法官为同学们上了一堂宪法课——“宪法与我们”，法官讲得生动，同学们学习得认真。



程法官就模拟法庭活动进行评论



王法官为同学们讲解宪法相关知识

随后同学们跟随法官参观了西城法院，同学们认真地看着老师的翻译，听着法官们的讲解。对于现代化的办公设备，同学们饶有兴致，亲自尝试。



同学们在法官的带领下参观法院



“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在第五个宪法日活动中，同学们走进法院，走入法庭，真切地感受到了法律的威严。同学们纷纷表示，要做一个学法、知法、懂法、护法的青年人。

（撰稿人：王楠<大>）





二、启喑故事

➡ 教师篇



与学生一起成长

张春东

身为特教学校的聋人教师，我最能够体会学生最基本最细微的感受，所以在教育教学中我能以自己的体会和感受为出发点，为学生提供更切实的教育和帮助。比如，针对“由于学生听力方面的限制，知识面很窄，对世界知之甚少”的情况，我就利用一切机会给学生传授知识，从生活点滴到科学知识，从幽默笑话到人物采访，甚至把新闻编成故事让学生知道。还常常举例，用优秀残疾人身残志坚的故事来激励和引导学生，帮助他们走上自立、自强、自尊的成才之路。

在书法教学中，我坚持进行分层教学。每次书法活动课，面对二十多个水平参差不齐的学生，实现一致性辅导十分困难。于是，我针对每个学生的实际情况，不厌其烦一对一地一点点进行讲解，甚至手把手地教。从八卦图练起，起笔、运笔、顿笔、收笔、写一空一、对字的结构认识、对字的特点的观察能力和掌握能力等都能从书写八卦图中得到锻炼。我搜集了好多书法作品，有王羲之《兰亭集序》，有欧阳询《九成宫醴泉铭》，还有隶书、篆书作品等，在给学生欣赏时，在一片“哇”“啊”、“哇塞”的赞叹声中，我感到了学生的内心在蠢蠢欲动。每次我给学生示范挥毫泼墨，都能吸引学生的目光，从他们的眼中，我读到了敬佩。我还搜集了许多古代书法家练字和现代的老师、解放军练书法的故事，也讲我自己的故事，讲书法与文学修养的关系，虽然学生有些懵懂，但绝大多数学生能够领悟到练字是个长久的工程，不可急于求成、一蹴而就。我很珍惜故事这个教学资源，既能进行文化的传递，又能沟通学生的心灵，还能让故事成为激励孩子的动力。

在研究书法的过程中，我坚信身教重于言教。我坚持天天练字，常把我的书法作业展示给学生看，同样迎来了一阵阵惊叹声，请我示范 N 次，看我练字，还让我给他们写他们认为难写的字。我对不同程度的学生有不同的要求：成绩好，完成作业速度较快、质量高的学生，我引导他们在写的过程中同时动脑筋思考字的结



构，布局疏密，从而不但增加了他们的知识面，还提高他们的临帖创作能力；而对接受知识困难的学生，我让他们认真完成每一次作业，保证质量。通过采取因人而异，因人施教的办法，这些聋生学习的信心逐渐增强了，写字的水平也随之得到提高。有一个学生在日记本上写了这样一段话：练书法可以修身养性，因为书法，改掉我毛躁、急功近利的坏毛病，养成耐心、细心的良好品质，同时还养成了良好的学习习惯。”今年考上天津理工大学的高世雄在全国聋人全纳教育考试中排第五名，他向我报喜，感谢我曾经教过他练书法，他说“因为书法对我的影响很大，因为您，我才有学习的天赋。”我作为教师，不仅自己自勤自律，还把这一理念传递给更多的人。

我热爱我的工作，我更热爱我的学生，教学工作，使我深深体会到：我是学书画专业的，但我不可能像其他的专业书画家那样潜心书画，发挥所长，但我愿意把我的精力和智慧用在学生的教育和教学上，与学生一起成长，让学生学到知识，形成能力，像健全人一样享受生活的快乐。

每当学生们一次次地拍着手，竖着拇指，对我微笑，以此表达对我的感谢之情时，我的心总是热热的，我愿意通过书法课让学生学到更多的知识，帮助他们更快地成长。

学生篇

恬恬的“体验式成长，融入式生活”

近期热议的各种虐童事件，让每位作为母亲的人都不免要揪心，然后就是思考，我们要如何对待和保护孩子，才能让他们健康快乐地成长。

我一直觉得很幸运的是，恬恬遇到的都是很好的老师。恬恬自 2016 年 9 月进入北京启喑实验学校学前康复部，她从不抗拒去幼儿园，也愿意去学习。她能说出每位老师的姓，能叫出班上每位同学的名字，甚至现在能独立讲出小小的故事，也庆幸的是现在社会的包容与进步，让孩子们不再特殊，可以平等地与社会对话。

作为父母，我更关注恬恬的身心健康与认知的发展。而体验式教育则是一种非常好的方式。启喑实验学校丰富多彩的户外活动正是体验式教育很好的方式，学校带着这些孩子们去大兴野生动物园，回家后恬恬不停地对我说看到了大老虎、大象、



长颈鹿、还喂了小兔子、小羊……看着她手舞足蹈的样子，听着还不算完整但我觉得是天下最美的语言，我享受其中。

恬恬从小好动，比较毛躁，喜欢小动物，爱劳动……学校在庆元旦的活动中让孩子们参与到包饺子的活动中，让她从实践中了解到包饺子的全过程。看到老师在班级群里发来组织小朋友们打扫教室卫生的照片，我也鼓励她参与到家庭的劳动中来，擦桌子，扫地，只要她愿意，我都会教她来做。而在这个过程中对于随手乱扔东西，破坏东西的毛病，会及时制止，且让她从别的小朋友的行动中去学习，慢慢时间长了，她对于对错有了基本的辨识能力。

在体验式成长的同时，融入社会，与更多的人接触，培养一个兴趣爱好，像正常孩子一样健康快乐的发展，这个更为重要。在老师的鼓励下，我给恬恬报了舞蹈班，在开始的时候我担心，其他小朋友会不会不愿意同她玩，学习舞蹈的学校愿不愿意接收她？随着沟通与接触，我发现大家的接受度都很高，她可以和小朋友们一起学习集体舞，且比其他小朋友跳的还好。同时我们也在周末去学习轮滑，在旅行途中跟不同的人接触，大家也都努力地倾听和理解她说的话。在学校还有音乐治疗，让她对声音、对音乐都很感兴趣……这一切都让她在温暖和充满爱的环境下成长，所以，恬恬的性格非常好，爱笑，爱说话。

可能未来还会有更多的挑战与未知的困难，但至少现在是好的开始，且对于她性格的形成有着决定性的作用。我相信只要我们能有耐心陪着她一步步的成长，她也必会回馈给我们最欣慰的结果。



恬恬喂小兔子



恬恬第一次上轮滑



恬恬参加舞蹈考级

（指导教师：胡静）





三、特教理论

《聋校义务教育思想品德课程标准》解读

王存贵

【摘要】《聋校义务教育思想品德课程标准》参照《义务教育思想品德课程标准》内容，结合聋生生理、心理特点以及思想品德发展的规律，确定了适合聋生成长的课程性质、原则、理念、内容以及实施建议，为聋生道德的成长以及更好地融入社会奠定基础。

【关键词】聋校；思想品德；课程标准；解读

《聋校义务教育思想品德课程标准（2016 年版）》（以下简称《课程标准》）参照《义务教育思想品德课程标准（2011 年版）》（以下简称《义教课标》）所规定的各项内容，结合聋生自身的生理、心理特点以及思想品德成长的规律研制而成。

一、《课程标准》研制遵循的原则

一是立德树人原则。《课程标准》的研制，贯彻党和国家德育为先、立德树人的根本要求，有机融入社会主义核心价值观和中华优秀传统文化。从促进聋生良好行为习惯养成、提升融入社会的能力、提高思想品德发展水平着眼，遵循聋生认知发展的特点和规律，根据义务教育相关文件精神，建构切合当代社会成长理念以及适应聋生成长需要的道德课程，致力于帮助聋生融入社会，做一个积极向上的、敢于承担的现代公民。

二是发展性原则。正视聋生客观存在的听力缺陷，立足于聋生的德行实际，充分挖掘聋生的道德认识能力和实践潜能，使聋生的道德素养获得发展，促进聋生建立正确的自我意识，自立自强，能与他人友好沟通及良性互动，并积极融入集体和社会。

三是适切性原则。针对聋生身心发展的特殊性，根据聋生的生活实际提出相应的他们能够达到的知行要求，设置聋生思想品德和社会性发展需要的内容，安排适合聋生的教学活动建议，具体、生动，灵活多样，突出体现聋校思想品德教学的针对性。

四是实践性原则。从聋生现实情况出发，并将聋生不断扩展的生活作为聋生思想品德课程建设的基础。创设多种情境，创造各种机会，鼓励聋生参加与自己身心相适应的社会实践和丰富多样的活动。让聋生在具体的活动与实践学习中、



感悟和体验，从而帮助聋生形成明辨是非、善恶、美丑等正确道德认知以及发展良好道德品质。

五是差异性原则。关注聋生思想品德状况的差异，以及他们在认知水平和能力发展上的差异性，以生为本，因材施教，体现教育的实效性，促进聋生主体发展。

二、《课程标准》与《义教课标》的联系

课程的性质一脉相承。《课程标准》第一部分“课程性质”明确指出，聋校思想品德课是“以聋生初中生活为基础，帮助他们养成良好思想品德和行为习惯，以引导和促进聋生社会性发展为目的的综合课程”，这一课程性质与《义教课标》对课程性质的界定虽然表述不同，但本质一脉相承，都强调了课程的生活基础，强调了课程对聋生思想品德发展的引导和促进，强调是一门综合性的课程。这样的性质界定，明确了聋校思想品德课程的德育作用和育人功能。

课程的理念保持一致。《课程标准》明确了“帮助聋生过积极健康的生活，做负责任的公民是课程的核心；逐步扩展的初中聋生生活是课程的基础；坚持正确价值观念的引导与聋生积极实践相统一是课程的基本原则”的课程理念。这一课程理念与《义教课标》提出的课程理念保持一致，突出了良好品德是公民素养的核心。聋校思想品德课程理念的界定和课程的性质相统一，明确育人功能，同时指出育人的方法和路径，即生活是基础，需要正确价值观引领，同时强调实践在思想品德形成中的重要性。

课程目标总体相仿。二者都高度概括了课程的总育人目标，又都从三个维度设计相对具体的课程目标，即分目标。在总目标的内容上，《课程标准》和《义教课标》都强调立德树人要求，重视社会主义核心价值观以及帮助学生道德成长。在具体的目标上，大部分目标要求也基本相仿，但有些对聋生而言确实有困难的内容，做了适当调整。

课程体例结构基本相同。《课程标准》的体例格式遵从了《义教课标》的体例格式，都是由四大部分组成，每一部分的体例也基本相似。第一部分“前言”主要规定了该课程必备的重要内容，即课程的性质、理念、总体设计思路等。第二部分主要介绍“课程目标”。第三部分“课程内容”中，按照不同领域、不同维度设计课程内容以及教学活动建议。第四部分主要介绍各种“实施建议”，包含了对课程实施的教学、评价、教材编写以及资源的开发与利用等各种课程要素的建议。

三、《课程标准》主要特点及创新



《课程标准》在研制过程中，充分考虑了聋生的特殊性，体现了聋校思想品德教育的特殊性和层次性。

（一）课程性质特点和课程理念更加突出聋生的特殊性，以引导聋生适应社会发展

在课程性质上，普校思想品德课程把“以引导和促进初中学生思想品德发展为根本目的”作为课程的重要性质。《课程标准》的课程性质界定中，既强调了“是以聋生初中生活为基础，帮助他们养成良好思想品德和行为习惯”的思想品德学科性质，但同时强调把“以引导和促进聋生社会性发展”作为课程的目标。这样的课程性质，明确了道德成长的必要性，也更加明确聋生融入社会的重要性。

在课程理念上，《课程标准》以及《义教课标》都把“帮助学生过积极健康的生活，做负责任的公民是课程的核心”作为课程理念，但在这一理念下的具体内容阐述上，《课程标准》更加关注聋生身心发展的特殊性，鼓励聋生主动参与社会生活，帮助聋生形成正确的自我意识、完全的人格品质，养成良好的行为习惯。又如，在课程基本理念的基本原则上，《课程标准》更是从聋生发展的角度考虑，突出对聋生的尊重，认识到并重视聋生与普通学生的差异性，激发聋生主动参与社会实践和各项活动，使其乐于探究和分享。

（二）课程内容设置更加强调以聋生生活领域为基础，以增强教育的针对性、层次性以及教材编写的可操作性

内容整体设计上，《课程标准》与《义教课标》的生活领域设计有一定的差别。《课程标准》的内容领域是以聋生的生活领域为基础，按照“我的个人生活”“我的家庭生活”“我们的学校生活”“我们的社会生活”四个不断扩大的生活领域进行螺旋上升式的设计。不同的生活领域分别涉及心理健康、道德、法治、国情等内容，在每一个场域的内容安排上都是按照“自己、他人、集体、自然社会、国家、规则法律”的顺序进行排列，即由近及远、由小到大的顺序。这样的整体设计体现了聋生思品课程的综合性和层次性。每一个场域具体的内在结构如下表。

四个领域 主要内容	我的个人生活	我的家庭生活	我们的学校生活	我们的社会生活
心理健康	1-7	1-2	3、5	1-2
道德	8-10	2-3	1-7	3-4
国情	——	——	——	5-11
法治	11-14	4-5	8	12-14



说明：表格内的数字是课程标准内容的序号。以上内容是四个维度大致的划分，因为除了法律内容比较系统之外，心理健康、品德规范和国情常识更多的时候是一种相互交融的关系。

为了帮助聋校教师增强对课程内容的理解以及给教师在教学中开展活动提供样例和便利，《课程标准》的课程内容中增加了教学活动建议。在这些教学活动建议中，很多都是根据聋生特点而设计的，便于聋生开展活动，也是帮助聋生积极融入群体、融入社会的路径。例如，在“我们的学校生活”中，针对“有团队意识和集体荣誉感，主动参与集体活动，并发挥积极作用”这一内容，提出的教学活动建议是：走出校园，在本地区找一所普通学校，开展“让聋校学生与普通学校学生‘手拉手’互动活动，在活动中体会集体的温暖与力量”。这种课程内容与教学活动一一对应的设计增强了课程内容教学的可操作性，对于教师的教学给予了很大的启发，为提高思想品德课程教学实效奠定了良好的基础。

（三）目标设计和实施建议更加突出对聋生的特殊关怀，以帮助聋生身心健康发展 and 融入社会

在《课程标准》规定的总目标中，除了提出立德树人的任务以及加强社会主义核心价值观教育以外，更要求针对聋生实际，帮助聋生认识自我、发展自我，适应社会、融入社会，促进聋生德行成长。在分目标中，提出“悦纳自我，乐于和健听人交往，善于沟通，和谐相处”。不论总目标还是分目标，都是为聋生量身打造，充分满足聋生的特殊需要，充分体现了对聋生的特殊关心和人文关怀。虽然聋生身体存在缺陷，但作为学习主体的地位不应该有所改变。所以，《课程标准》在第四部分的具体教学建议中特别提出，要“引导聋生自主学习和独立思考”。在每一条具体的建议中，除了概述性的要求外，还提供了具体的实例说明，给教师提供一个示范，便于教师掌握好相关要求，特别是对聋生的关注。

例如，在教学建议中，提出了要“创设多元情境，丰富和提升聋生的生活经验”。如在进行“诚实守信”教学时，可以设置一个情境，让聋生积极参与其中，并在参与的基础上再进行思考和探讨，以此来丰富和提升经验，从而帮助聋生对具体的行为作出判断和行为选择。

除上述对聋生的特别关怀之外，在实施建议的所有其他环节，如评价、教材编写、课程资源开发与利用等，无处不充满对聋生的关怀，各环节的设计都遵从聋生现实需要，为聋生发展考虑，切实为聋生的思想品德成长和融入社会提供支撑。

四、《课程标准》调整的课程内容解析



《义教课标》所规定的课程内容共有 54 条，经过删除、修改、合并、增加等调整，《课程标准》共有课程内容 41 条。其中，原文不动保留的 15 条，删除 9 条，对原条文进行修改的 17 条，原条文 13 条被合并为 6 条，新增加 3 条，特别是在教学建议中增加了符合聋生特点的建议 32 条。

一是删除内容。根据聋生的现实状况，将聋生认知有困难或者与聋生切身情况关系较远的部分内容予以删除。例如，《义教课标》中的原条文“正确对待学习压力，克服厌学情绪和过度的考试焦虑，培养正确的学习观念和成就动机”对于聋生来说认知困难，与聋生的实际情况关系较远，不适合聋生，所以予以删除。

二是修改内容。对部分《义教课标》所要求的内容，因为抽象性、知识性比较强，聋生理解起来有一定的困难，因此对相关表述作出修改。例如，《义教课标》中的原条文“懂得做人要自尊、自爱，有荣誉感和知耻心，爱惜自己的名誉。学习反省自己的生活和行为”修改为“懂得做人要自尊、自爱，爱惜自己的名誉”。这样的修改更加简洁、具体，聋生更容易接受。同时在编写教材或利用其他版本教材时，可以适当降低对本内容的难度要求，让聋生能够感受到自尊自爱，知道自己的名誉要爱惜，不随意糟蹋自己的名誉。

三是合并内容。着眼于聋生的实际，部分内容有相同教育效果，所以将其合并。例如，《义教课标》中 4.8 条目的内容和 4.9 条目的内容都隐含了要尊重人，要平等待人，要有同情心，要帮助人，对任何人要不抱有偏见、不歧视，要积极参加各种活动等。所以，就把两个条目的内容加以合并。这样的合并减少了内容的重复，减轻了聋生的负担，让课程内容更加简明，但同时又不降低教育效果。

四是增加内容。针对聋生听力障碍的实际情况，在研制课程内容时，适当增加了与聋生相关的内容。例如，增加了“正视自己的听障实际，客观地认识自我，克服自卑心理，挖掘自己的优势与潜能，积极接纳自我”等。这些与聋生密切相关内容的适量增加，主要基于聋生的生活实际，有助于聋生认识自我、发展自我。

《课程标准》是聋校思想品德课程的基本纲领性文件，是国家对聋校课程的基本规范和质量要求。在研制本课程标准过程中，研制组一直秉持着“珍视聋生存在的价值、尊重聋生生活的权利、帮助聋生更好地发展”的观念，着力引导培育聋孩子成为适应社会、立足社会、发展社会的好公民，为聋生的身心健康成长和享受有德性的幸福生活打下良好的基础。

（摘自《现代特殊教育》，作者单位：江苏省南京市

中华中学上新河初级中学）





四、他山之石

16 个怎么办(之二)

这 16 个怎么办，几乎囊括了教师在日常工作中经常会遇到的各方面问题，这些处理问题的方法对每位老师来说都是非常值得探讨和借鉴的。



当学生考试舞弊时应该怎么办？

（1）加强思想道德教育，特别注重正面教育，注重诚信教育，使学生明确考试舞弊是一种不诚信的表现。帮助学生在认识上分辨是非，树立诚信为荣的观念；

（2）对成绩差的学生就给以热情的帮助，考前应对学生进行补差。要找学生谈心，解除他们的心理压力，调节情绪，平衡心态，提高信心。坚决不讽刺不挖苦；

（3）作好家长的工作。及时和家长联系，要求家长能实事求是对待学生的成绩；

（4）对学生的评价要多元化，既要重视学生的成绩，也要重视学生的思想品德以及多方面潜能的发展，注重学生的创新能力和实践能力，不把考试当作评价学生的唯一途径。

当学生厌学时应该怎么办？

（1）教师要和学生谈心，建立学生心理档案，详细了解分析引发厌学的原因，采用耐心的引导法，因势利导、循循善诱，少贬多褒，动之以情、晓之以理、戒骄戒躁；

（2）与家长取得联系，了解家庭的多方面背景，和家长共同探讨制定措施，创设引导学生学习的良好家庭氛围；

（3）与任课老师进行沟通，减轻课业负担，根据具体情况，采取积极补救措施，利用学科的特点，施以积极的心理影响，消除学生的厌学情绪和行为；



（4）通过学校和班级活动、举办心理讲座等，消除学生厌学情绪和行为，建立他们的自信心，培养他们树立远大理想，树立正确的人生观、价值观和社会责任感；

帮助他们了解社会对人才的需求标准，帮助他们明确学习目的，转变学习态度，使他们在内心深处形成动力，发自肺腑地产生对学习的需要，真正做到标本兼治，才能取得较好的效果。

学生故意扰乱课堂纪律或搞恶作剧怎么办？

（1）要冷静对待，用一片真心去拨动学生的心弦，使其清除对立情绪。

还要教育学生学会自我克制，以免学生之间产生摩擦和冲突；为故意捣乱者创设改过自新的机会，共同营造团结和谐的氛围；

（2）转移注意。在教师自己或个别学生由于突然情况即将失态时，教师要反应敏捷，果断决策，及时转移学生的注意力，采取冷处理的办法，从而巧妙地进行自我掩饰或掩饰学生；

（3）随机发挥。教师利用突发事件中的某一点，或小中见大，或由此及彼，或顺藤摸瓜，引申出深刻的意义，深化教学内容，从而化解矛盾，消除。

当学生打架时应该怎么办？

（1）教师要及时制止学生打架行为，避免恶性伤害事故的发生，依法保护好学生；

（2）互相有针对性的向学生进行法制教育，阐明打架是不文明的、违法的行为及可能造成严重伤害后果；

（3）教师要做好打架学生的调解和好工作，树立团结友爱的风气，消除隔阂。

当学生顶撞教师时应该怎么办？

（1）要以民主、理解的态度和方式与学生接触，利用课余时间与学生进行思想交流，及时掌握学生的思想动态。

（2）要学会自我克制。

（3）告诉学生顶撞老师是不礼貌、不尊重人的行为，同样也不会得到别人的尊重，让学生知道，顶撞老师有损自己的形象，无助于问题的解决。



当学生精神忧郁时应该怎么办？

- （1）要主动与家长取得联系，共同分析学生精神忧郁的原因，以更多的关心，理解、开导，让学生把心中的积郁倾吐出来，共同研究解决办法，解除学生困惑；
- （2）要努力为他们创造一个愉快的环境，尽量安排他们参加集体活动，丰富他们精神生活，开阔他们的心理境界；
- （3）精神忧郁有时伴有消极言行和意外事件的发生，老师和家长必须高度警惕，严密监护，给予更多关注，防患于未然。

学生遇到困难、挫折、缺乏自信怎么办？

- （1）要了解学生的性格、爱好、特长、家庭环境、学习态度和学习方法等，分析学生的心理状态及反应，及时发现问题；
- （2）降温减压法。当学生受挫折时，教师用温暖入耳表示同情的善言加以劝慰，使对立情绪逐渐消失，进而让学生向教师吐露真言和事情的真相。
- （3）审查目标法。就是帮助遭受挫折、缺乏自信的学生审查原目标是否符合实际，如果不符合实际或超越实际，就为其重新修定目标。

当学生有逆反心理时应该怎么办？

- （1）平时多与学生接触，缩短师生之间的距离，了解他们的性格、喜好，分析他们症结所在，因势利导；
- （2）教师以身作则，以理服人，处处从严要求自己，起到表率的作用，让学生对教师产生信任感；
- （3）课堂上多些微笑。上课时多说几句对学生鼓励的话语，主动与学生进行沟通，让学生各抒己见，发表自己的见解或主张，调动学生的积极性；
- （4）处理好师生关系。增强相互理解和信任，与学生平等对话，将心比心，动之以情，晓之以理。用自己的爱心来换取学生的真心，用希望、激励等科学教育方法，拨动学生心弦，激发学生上进心，打开学生心灵大门；
- （5）分析其家庭原因，增强教育的针对性。





五、美文欣赏

题记：

德裔美籍人塞缪尔·厄尔曼 70 多年前写的一篇只有四百多字的短文，首次在美国发表的时候，引起全美国轰动效应，成千上万的读者把它抄下来当作座右铭收藏，许多中老年人把它作为安排后半生的精神支柱。

美国的麦克阿瑟将军在指挥整个太平洋战争期间，办公桌上始终摆着装有关短文《年轻》复印件的镜框，文中的许多词句常被他在谈话或开会作报告时引用。松下公司的创始人松下幸之助说：多年来，《年轻》始终是我的座右铭。

年轻

年轻，并非人生旅程的一段时光，也并非粉颊红唇和体魄的矫健。

它是心灵中的一种状态，是头脑中的一个意念，是理性思维中的创造潜力，是情感活动中的一股勃勃的朝气，是人生春色深处的一缕东风。

年轻，意味着甘愿放弃温馨浪漫的爱情去闯荡生活，意味着超越羞涩、怯懦和欲望的胆识与气质。而 60 岁的男人可能比 20 岁的小伙子更多地拥有这种胆识与气质。没有人仅仅因为时光的流逝而变得衰老，只是随着理想的毁灭，人类才出现了老人。

岁月可以在皮肤上留下皱纹，却无法为灵魂刻上一丝痕迹。忧虑、恐惧、缺乏自信才使人佝偻于时间尘埃之中。

无论是 60 岁还是 16 岁，每个人都会被未来所吸引，都会对人生竞争中的欢乐怀着孩子般无穷无尽的渴望。

在你我心灵的深处，同样有一个无线电台，只要它不停地从人群中，从无限的时间中接受美好、希望、欢欣、勇气和力量的信息，你我就永远年轻。一旦这无线电台坍塌，你的心便会被玩世不恭和悲观失望的寒冷酷雪所覆盖，你便衰老了——即使你只有 20 岁。但如果这无线电台始终矗立在你心中，捕捉着每个乐观向上的电波，你便有希望超过年轻的 80 岁。

所以只要勇于有梦，敢于追梦，勤于圆梦，我们就永远年轻！

千万不要动不动就说自己老了，错误引导自己！年轻就是力量，有梦就有未来！



英文全文：

Youth

Youth is not a time of life; it is a state of mind. It is not a matter of rosy cheeks, red lips and supple knees. It is a matter of the will, a quality of the imagination, vigor of the emotions; it is the freshness of the deep spring of life.

Youth means a temperamental predominance of courage over timidity, of the appetite for adventure over the love of ease. This often exists in a man of 60, more than a boy of 20, nobody grows merely by the number of years; we grow old by deserting our ideas. Years may wrinkle the skin, but to give up enthusiasm wrinkles the soul. Worry, fear, self-distrust bows the heart and turns the spirit back to dust.

Whether 60 or 16, there is in every human being's heart the lure of wonders, the unfailing childlike appetite of what's next and the joy of the game of living. In the center of your heart and my heart there is a wireless station; so long as it receives messages of beauty, hope, cheer, courage and power from men and from infinite, so long as you are young.

When the aerials are down, and your spirit is covered with the snows of cynicism and the ice of pessimism, then you've grown old, even at 20, but as long as your aerials are up, to catch waves of optimism, there's hope you may die young at 80.

Youth is not a time of life; it is a state of mind. It is a matter of the will, a quality of the imagination, vigor of the emotions; it is the freshness of the deep spring of life. These are what I have and what we have at this period of life. So, I'm still young, yes, definitely ! Come on my fellow friends, show your energy and passion to this god damn world ! Let the universe hear our voice, see our cheek, hug our enthusiasm and witness our maturity. We're going to create a brand new future!





六、开心驿站



绝对不要和鹦鹉说话

某天傍晚，Cindy 下了班回到家，如同往常一样下厨准备晚餐。但是她却发现厨房的水槽排水管好像堵住了，于是她打电话给水电工 William，希望他能来帮忙修理。

William 一口就答应了，他说他会在第二天下午去 Cindy 家看看。

由于是在 Cindy 的上班时间内，因此 Cindy 告诉他：

“我会把钥匙放在门口的踏脚垫下，你自己进来。我养有一只秋田犬，它很乖，你不用担心。另外，我还养了一只鹦鹉，它是个麻烦的家伙。你进来的时候，一定要记得，不管它跟你说些什么，绝对不要和鹦鹉说话。”

William 听了虽然满腹疑惑，但还是说好。

第二天下午，William 按时到了 Cindy 的家中，进了门开始修理厨房的水槽。狗儿很乖，没有叫也没有凶他。

鹦鹉则不断聒噪地对他说说话、大叫。刚开始 William 记得 Cindy 的嘱咐而没有理它，但鹦鹉还是不断的大叫。

过了一会儿，William 终于忍受不住了，他对着鹦鹉大吼：

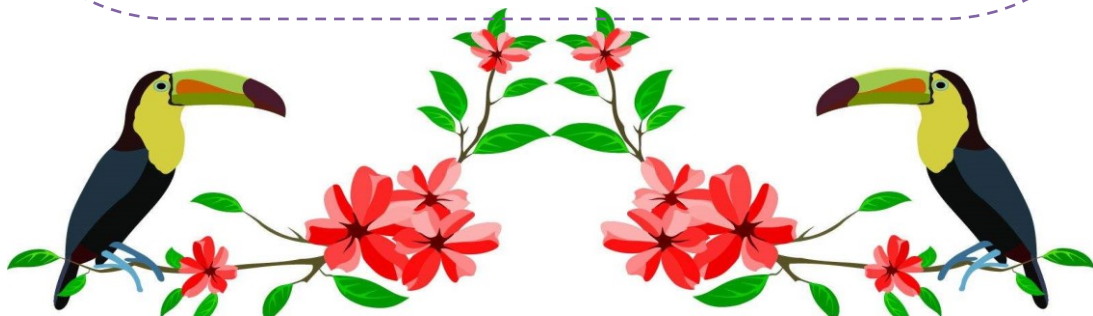
“Shut up! 你这只大笨鸟！”

鹦鹉愣了一下，William 还以为自己的大吼有了一些效果。

接着，只听见鹦鹉模仿 Cindy 的声音说：

“Doggy! 去咬他！”

然后就只听到厨房传来一阵阵的惨叫声。





七、奇趣荟萃

汉字背后的趣味知识（之二）

07 独占鳌头里“鳌头”指什么？

状元是古代科举考试殿试的第一名，高中状元被唤作独占鳌头。

“鳌头”是指皇宫大殿前石阶上刻的鳌的头。这里所说的“鳌”，是传说中海里能够负山的大龟，是龟头鲤鱼尾的合体鱼龙。据说，鳌原来是海龙王的三太子，因为上天偷吃了玉皇大帝的玉浆液，所以被发配到东海为鳌。

唐宋时期皇帝殿前陛阶上雕有巨鳌，衬托得皇庭宫室气象雄伟。翰林学士、承旨等官员朝见皇帝时，必须遵守邦国礼仪，要立于陛阶的正中等候皇帝召见，恰恰就是脚踩刻有巨鳌的陛阶上，所以日后便称进入翰林院为“上鳌头”。状元及第时，也是在“鳌头”上迎榜，因此“鳌头”也成了状元的代名词。后世用“独占鳌头”比喻占首位或取得第一名。

08 “我”原来是一种兵器？

“我”的甲骨文形为，像戈，是一种类似三戈戟的兵器。“我”盛行于商代至战国时期，秦代以后逐渐消失。当时部族与部族之间经常会爆发争斗，“我”由于杀伤力很强，受人青睐，拥有了“我”就等于有了绝对实力，可谓“我”在人在，因此，“我”便慢慢引申为第一人称代词。

“我”作为第一人称代词使用，最早见于殷商时代的甲骨文，那时不是指“自己”，而是指“我们”。

09 拈花惹草等词和花草有关吗？

原来这和花柳、花草的喻义有关。“花”在古代经常被人用来借指美女，形容女子美貌经常说花容月貌、如花似玉、花枝招展、人面桃花等。原来色彩娇艳、体态婀娜的花卉在古人心中可以比拟美女。

白居易的《霓裳羽衣歌》里就有“娇花巧笑久寂寥”的句子。古时的“柳”也有美女的意思，大概柳枝飘摇轻灵，所以多用以形容女子的腰肢，如柳腰等，后来干脆用来比喻美女。“拈花惹草”中的“草”也是喻指女性。

其实“寻花问柳”最早倒是只有字面意思，是指寻访春天景色。后来因为“花”、“柳”皆有特指，才转为它意。



10 笔画最多和最少的字分别是什么？

迄今为止，《汉语大字典》和《中华字海》是收录汉字非常全的两部工具书。这两部字典里收录的笔画最多的汉字均为 4 个繁体“龍”字叠加构成的 zhé 字，64 画，释义是“唠唠叨叨，话多”。而“龘（náng）”是简体字中笔画最多的，一共 36 画，意思是鼻子不通气，发音不清。

笔画最少的汉字，除了“一”和“乙”，还有“〇”。它是一个地地道道的汉字，意思是零。

11 为什么科举第三名称“探花”？

唐代新进士榜公布后，榜上有名的士子喜庆之余，会相约举行盛大的宴游活动，叫做杏园探花宴。此时是春季，正值杏花怒放之时，红杏遂被称为“及第花”。

新科进士们要选出两名最年轻者当“两街探花使”，或“探花郎”，骑马便游长安的大街名园，采摘各种早春鲜花。正所谓“春风得意马蹄疾，一日看尽长安花”。如果这两位探花郎没有比他人先得到牡丹、芍药等名花，就要受罚。

“探花郎”的称呼原本只是戏称，与登第名次并没有关系，名额也不是一名，而是两名或者三名。

12 “大胜”和“大败”是一个意思？

“大胜”指“以绝对优势战胜”，而“大败”指“以绝对优势大败”，在这里，不是“胜”、“败”变成了同义词，而是“大胜”和“大败”成了同义词。汉语中有很多类似的语言情况，如“我好不容易吃饱了”和“我好不容易吃饱了”，“差点摔一跤”和“差点没摔一跤”，“那模样好威风”和“那模样好不威风”，“果然”和“果不其然”等等，表达都是一个意思。





八、健康随行

冬天跑步穿什么？

冬季跑步，装备至关重要，穿厚了影响运动，穿少了担心冻着。这是所有跑友们不可避免的难题，特别是早晚运动的跑者们，更难以选择适合的服装。冬季跑步到底穿什么？为何冬季跑步的穿着这么重要呢？跑步装备为什么这么重要？

跑步过程中体温下降，是指在跑动过程中身体因排汗、衣物变湿导致体温逐渐下降。由于气温下降，很多跑友“为了要配速，不要温度”，选择轻便的衣物，导致四肢暴露在冷空气之下，肢体局部温度低。

特别像脚踝、跟腱、膝关节内外侧等位置，往往暴露在体外，而且血液循环比较少（因此受伤后恢复更慢），又没有大肌群的包裹（肌肉是最主要的产热组织），使这些部位容易失温。一旦失温，肌肉、韧带等组织的弹性和柔韧性就会下降，粘滞性增加，损伤概率也增加，跟一条橡皮筋在寒冷的天气变得硬而脆、易拉断是一样的道理。

所以寒冷的天气选择合适的衣物至关重要！

01 穿什么跑步最合适？

三层着装原则：贴身排汗速干层、中间保暖层、最外防护隔离层。

■贴身排汗速干层：速干排汗 T 恤是最优选择。这也是为了能够让汗液及时的散失，保持皮肤干燥清爽。

纯棉的衣物虽然吸汗，但汗湿后贴在身上非常难受，汗水难以挥发，运动时毛孔处于打开状态，极易着凉。

■中间保暖层：可以选择轻薄的卫衣，在有风的环境下可以保持热量不会过度流失。

■最外防护隔离层：可以选择跑步夹克或者是冲锋衣，这一层主要是为了抵御雨天等极其恶劣的环境，起到绝对隔离状态。

02 跑完之后的保温措施

除了跑步时遵循的三层原则，跑完之后的保温措施也不能忽视。



首先将最里层的衣物脱掉，尽快用毛巾擦干身体，换上准备好的干衣服，套上外套。避免在训练之后出现感冒症状。因为当人体进行大强度急性运动时，体内负责免疫机能的淋巴细胞先会急剧增加，而在大强度急性运动结束后，淋巴细胞的水平迅速回落，活性降低，免疫机能出现暂时性地下降，并且会低于运动前的水平。

这段免疫机能低下的时间可以持续 3 至 72 小时左右。此时，主要表现为我们对疾病的易感率升高。这段免疫力低下的时期又称为“开窗期”。这个词非常形象：在这一阶段，机体的防御能力下降，好像身体的“窗户”开了，各种细菌、微生物、病毒长驱直入。运动强度越大、持续时间越长，“开窗”的持续时间就越长、幅度就越大。所以在训练的整个过程都不能松懈怠。

03 冬季着装注意事项

➤ 晨跑时：

在寒冷的早上，室内外温差较大。穿的太薄出去会冻得发抖，这时血压突然上升，给心脏很大的负担。平时血压高、心律不齐的人，特别要注意。

在开始训练之前一定要将准备活动做充分，遵循以上所说的三层着装原则，宁愿热点也绝不冻到。

最好装备风衣/手套，准备对应突然的降温。支气管比较弱的跑友，如果吸入干燥寒冷的空气，会导致哮喘发作，请好戴口罩。

➤ 夜跑时：

如果是在操场绕圈，服装不必过于鲜艳，但现如今城市生活导致很多跑者没有条件在操场跑圈，因而退而求其次选择路跑。

夜间路跑，你需要鲜艳的服装颜色来提醒过往的车辆，除了主动避让之外，记住最好不要戴耳机，降低自己被伤害的指数。

路面稍有不平也容易摔倒，尽量在灯火通明的大路或者跑熟的人行道上跑。还要特别注意在人行道上的自行车，装备有反光条以及鲜艳的衣服可以降低事故率。

夜跑服装建议：可穿白色衣服、荧光衣服，或能够放射车灯的反光带、反光徽章之类。



九、心灵小憩

赔碗



傍晚时分，老刘面馆开始热闹起来，食客们纷纷来吃晚饭了。

黄伯是老食客，也是老刘的老朋友，他一指门外，说：“嗨，那个孩子到现在还没卖完梨子哩。”

大伙往外一看，只见路牙子边停着一辆三轮车，车上坐着一个高中生模样的男孩，瘦瘦黑黑的，一脸青涩，他并不吆喝叫卖，只是静静地守着车上的梨子，低头看书。他的梨子不错，黄里透红，看样子是自家种的。尽管如此，从中午卖到现在，他车里还剩下一小堆梨子。

天色渐渐暗了，男孩收摊了，估计还得赶一截子路才能到家。他看了看小面馆，好像在下决心。终于，男孩把三轮车小心地推到面馆门口，手上拿着书推门进来，怯怯地对老刘说：“老板，请给我下一碗肉丝面。”

男孩的神情表明，一碗肉丝面对他来说已是笔大开支了。老刘忙客气地说：“你先坐着，面马上就好。”

男孩边等面边看书，不大会儿，老刘端上来一碗热气腾腾的面。男孩咽了咽口水，伸出双手端过碗。谁知这时意外发生了，不知咋的，男孩手一滑，碗没端稳，“哗啦”一声，碗掉在地上打碎了，面泼了一地。

大伙冷不丁被吓了一跳，男孩更是面如土色。

黄伯看着不忍，高声说：“老刘，一碗面要抵人家孩子卖两三斤梨子哩，可怜一口面汤还没进嘴，全泼没了。人家孩子也不是有意的，这碗就不要他赔了吧？”

男孩没吱声，可眼里流露出感激的神色，众人也一脸期待地看着老刘。谁知老刘却把脸一板，一边过来收拾，一边硬邦邦地说：“老黄，话可不是这么说的，我这碗也不是地里长田里收的，也是拿钱买的是不是？”

黄伯被他一呛，有点下不来台，撇撇嘴嚷道：“哟哟哟，老刘，这可不像你的为人啊，你平时不是蛮大方的吗？今几个怎么了？”

这时，有人愤愤不平，说道：“老刘，这碗，记在我账上，我给钱。”另外一个人叫道：“老刘，再下一碗肉丝面给这孩子，我来付钱。”

众人一片叫好，男孩还是不吱声，脸通红。



谁承想，老刘依旧摇摇头，说：“你们愿意帮他我倒是不反对，可只怕人家不领你们的情，再怎么说他也是一个男子汉，就这么在乎一个碗、一碗面吗？”

老刘这一说，男孩坐不住了，脸涨得更红，声音像蚊子哼一样：“我赔、我赔……”说着，男孩就翻口袋，抓出一把零钱来，显然是今天卖梨子的钱。老刘一把按住他的手，说：“我要你钱干吗？你瞧，我一家子正好爱吃梨子，你把车上剩下的梨子全卖给我，多退少补，不就行了？”

男孩一听眼睛就亮了，敏捷地站起身，不大一会儿，就把车上所有梨子装在塑料袋里，挂在秤上拎进来了，一杆小秤翘得高高的。他大声说：“六斤四两，就算六斤好了，一斤两块半，一共十五块钱。”

老刘点头说：“扣除打碎的碗，再下一碗肉丝面，我找你三块二，给。”

黄伯斜着眼说：“老刘，你这算盘打得贼精，一只碗的钱也不忘记算上？”

老刘笑笑，没说什么，转身去厨房下面。男孩高高兴兴地接过第二碗肉丝面，吃了起来。

吃完面，男孩蹬着三轮车走了，可是才过一会儿，他又急急忙忙地回来了：他忘了拿书。

当男孩匆匆走到面馆门口时，不由得停下了脚步，他听到了面馆里传来一阵“咔嚓咔嚓”的声音，那是大伙在吃梨子。然后有人开口了，是黄伯的声音：“我说老刘，你先前跟人家孩子斤斤计较得像个守财奴，现在却大方地请我们吃梨子，你这是算的哪门子账？实话跟你说，先前看你那么抠，我都在心里发过誓了，我交错朋友了，以后再也不来你这儿吃面了。”

众人也是一片质疑声，说：“是啊是啊，我们刚才也说以后不来你这儿吃了，你得跟我们说清楚，到底是怎么一回事。”

接着，就响起老刘爽朗的笑声，只听他说：“老黄，各位，你们可不能不来，我就指望你们这些老主顾哩。这事吧，我是这么想的，那个男孩也不小了，所以他得学会担当，学会面对困难，而不是习惯于接受同情和帮助。再说，他那些梨子今天卖不出去，明天就没卖相了，所以……现在你们懂了吧？”

众人一起快活地笑了起来。男孩没笑，只是久久地站着，夕阳的余晖照在身上，他心里烫烫的。