

# 《教育中的心理效应》之阅读体会

柴沛

很开心有机会在此给大家分享自己的读书经历和体会，希望能对大家有或多或少的帮助。

为人父母，养娃的过程中谁不曾头疼恼怒？身为老师，我们的练就炉火纯青，完美不可挑剔？身为班主任，学生问题层出不穷，我们究竟该怎样应对这帮学生的七十二番变化？

高尔基说：“书是人类进步的阶梯。”暑期王瑞红老师为我们推荐了一本非常值得细读的好书——刘儒德教授的《教育中的心理效应》。开卷有益，真可谓“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”哪！

### 一、不要等墙倒塌了再来造墙——遗忘曲线

心理学家艾宾浩斯的遗忘曲线表明：遗忘进程是不均衡的，在记忆的最初遗忘很快，以后就逐渐缓慢，到了一定时间，几乎就不再遗忘了，也就是说，遗忘的发展规律是“先快后慢”。

初三某学霸曾谈到“其实，我的方法很简单，只有四个字：及时复习。就拿英语来说吧，在一节课就要结束的时候，我会用几分钟的时间大致总结一下这节课的内容，做到基本上理解所讲的内容，能记住多少就记住多少。晚上睡觉前我会用大约5-10分钟的时间背诵当天学过的单词或课文，第二天早上我会再用5-10分钟的时间试图回忆并背诵这些内容。到此，两个10分钟并不很长，但我已经完全掌握了所学的新东西。到晨读的时候我会进一步复习，直到背得滚瓜烂熟。两三天之后，一星期之后，三星期之后，我都会再一次复习这些内容。同学们可能会很吃惊，复习这么多次数，该要用多少时间啊！其实，每次复习只

需用几分钟的时间，学习起来就很轻松。就这样，重复的次数多了，自然就不会忘记了。”

俄国伟大的教育家乌申斯基曾经说过：“不要等墙倒塌了再来造墙。”这句话生动地描绘了遗忘曲线应用的精髓：及时复习。遗忘规律要求我们学习之后要立即进行复习，加强记忆，并且以后还要再复习几次，但复习的时间间隔可以逐渐增加。比如学习的第一天后进行第一次复习，三天后再复习一次，下一次的复习则可安排在一周之后，以此类推。不管间隔时间多长，总之要在发生遗忘的及时复习，克服遗忘。

### 二、给学生留点“空白”——超限效应

当你的孩子无意识地有意犯下一个令你气愤的错误的时候，你是不是批评了一次、两次之后，还觉得不够解恨呢？或者还是怀疑你的孩子是不是记住了你对他的批评、教育？为了确保他（她）能够记住并且以后不再犯同样的错误，于是你又“不厌其烦”“不辞辛苦”“苦口婆心”地为他（她）讲解为什么不能这样做的原因；或者干脆再批评几次，让他（她）长长记性！好像只有这样，你才尽到了做父母的责任！想想，每次当你这么做的时候，孩子的表情是什么样的，他们对你的每一个批评、意见都是虔诚地接受的吗？

其实，在浑然不觉中，孩子的心理已由最初对自己错误行为的内疚感发展到对你一而再、再而三的批评的愤怒！他不是愤怒你不该批评他的错误，甚至在你前两次批评时他还曾下定决心以后好好表现，让你不再为他生气了！然而，当他发现你根本不相信他能

记住你的批评，你对他根本不信任时，他会坚信你根本不是一个和他站在同一战线上，帮他改进错误的人，而简直是一个十足的无法容忍任何错误的恶魔！

### 三、迈好眼前的一小步——高原现象

在个人意志方面，学习者学到一定程度时，会感觉到非常疲劳，学习动机下降许多。这时就需要学习者坚持，保持强劲的动力系统。遇到困境时，具有攻关精神和百折不挠的勇气，有顽强的意志力，才能克服高原现象。

高原现象并不是极限，并不是不能再进步的代名词，相反，它就像是黎明前的黑夜，只要突破这一关，我们获得的将是一笔巨大的财富，更何况创造性的成果也往往发生在高原期之后，我们就更没有临阵脱逃的理由了。

### 四、柳暗花明又一村——思维定势

在学习过程中，我们经常像陆钦斯实验中的第一组，由于受先前做题经验的影响，去套用某些公式或者某些方法，结果常常是：或者没有新意，或者没用该用的简便方法，使过程繁琐，甚至张冠李戴，导致结果的错误。所以教师应当创设能够提供自由思维空间的情境，鼓励学生从不同角度去进行思考，突破定势的影响。

畅谈刘儒德教授的《教育中的心理效应》，仅此四个小节的内容，便已让自己大开眼界，受益颇多，一再触发自己对教书育人的行为和理念作深入的思考，由此自己也深深地体会到：没有经验不可怕，不读书、不学习、不成长才是真的可怕！

# 新课标下的体育指导思想及体育课应如何开展

朱占斌

暑假期间，我通过线下和线上的学习，系统地了解了体育新课标。《体育与健康课程标准》是我们体育老师上课的依据，是我们上课的出发点和落脚点。通过学习，我想谈谈自己对体育新课标的理解和看法，希望与各位同仁探讨，切磋，以便我们日后更好的服务于教学。

首先，这次新课改的方向是“立德树人，健康第一”，培养学生的综合素质能力。这是国家战略，究竟我们要培养什么样的人？国家给出了明确的解答，“立德树人”是根本任务。这和我们的校训“立德树人、教己育人”不谋而合。何为“立德树人”？如何在体育教学工作中真正做到“立德树人”？这是落实“立德树人”根本任务首先要明确的问题。立德，就是要坚持德育为先，通过正面教育来引导学生，感化人，激励人；树人，就是坚持以人为本，通过合适的教育来塑造人，改变人，发展人。在落实“立德树人”根本任务的时候，教育者不可忽视的就是自己的表率作用，就是要“教己育人”，所以教师要先立德，才能更好地引导学生，感化学生，激励学生。教师要用发展的目光看待学生的发展需求，不能紧盯着当下，教育是国之大计，体育是教育的重要组成部分，只有把“立德树人”贯穿到体育教育事业发展当中，贯穿到体育课堂之中，把握教育时机，注重德育渗透，排除一切影响学生人格健全、意志坚定的不良因素，做到以树人为核心，以立德为根本，牢牢把握“立德树人”的根本任务，培养社会主义建设者和接班人，才能有助于教育强国。

其次，要树立“健康第一”的指导思想。习近平总书记指出：“把人民的生命和健康放在第一位。”还深刻指出：“没有全民健康，就没有全面小康。”身体健康是立身之本，人民健康是立身之宝，体育活动是促进身体健康的重要手段，让健身成为一种习惯，需要时刻将增进学生健康放在重要位置，体魄不强健，心理不健康，其他发展的再强大也无济于事。“以体育人”是价值取向，新课标改革有几个转向，从“知识与技能为本”转向“以学生发展为本”，从“知识导向”转向“素养导向”，从“单一技术教学”转向“结构化知识和技能教学”，从“简单情景转向”体育与健康教育及多学科融合，让学生成为“舞台的主角”，老师更多的是搭建平台，辅助和引导学生，特别是要场景化和结构化教学，给我们提出了新挑战，提出了更高的要求，所以教师应有理想，有梦想，有奇想，在教学上有奇招，绝技，个性和特色，充分体现当代体育教师的责任和担当。

再次，体育的核心素养究竟该从哪些方面培养。核

心素养是学生通过学习锻炼形成的运动能力，用体能、技术能力和心智能力，形成身体的综合能力，即是说，运动能力是体能、技能和心智能力的综合体现，而这三方面能力其实是一并提升的，体能的提升是前提和基础，技能的掌握是根本和核心，心智能力的培养不可或缺，否则就无法形成综合能力，也难以形成一定水平的运动能力。新课标下的体育核心素养就是要促进中小学生的运动能力、健康行为、体育品德等核心素养的形成。健康行为是有益于促进健康的行为，是学生身心健康和积极适应外部环境的综合表现，包括积极向上的精神风貌，善待他人，珍爱生命，健康文明的生活方式等，从健康意识的增强，健康知识的掌握开始，为健康行为奠定知行合一的基础才能真正促进健康。体育品德是体育的品格与道德的综合体现，属情感态度和价值观念的素养要素，是体育活动中遵守运动规则，遵循行为规范，形成胜不骄，败不馁，积极进取，挑战自我，顽强拼搏，迎难而上，团结协作的顽强意志，以及尊重他人，公平竞争的意识 and 行为，促进学生形成良好的体育品德才更有利于促进其全面发展。基于这一认识，我们应该从体育视角转为教育视角，单纯身体视角转为综合素质视角，突破传统的培养视角，给学生全面发展提供强劲的身心基础。结合体育学科核心素养的内容、运动项目的特性、高中生身心发展的特点，课程实施的实践应从教学设计、教师专业素养的提升、课堂教学质量、课内外相结合方面思考。

第四，体育课该如何展开教学。核心素养贯穿课堂始终：目标、内容、实施、评价。重视水平不是学段要求，是素养发展水平而非学段化。内容结构化的要求强烈：单个、组合技能，重运用。跨学科主题学习首提出：与德、智、美，劳相融合，并非七拼八凑的果盘，真正需要的时候加入，不能上成“四不像”课。教学要求更具明显特征：落实好教会，勤练、常赛。所谓“教会”，有三个递进的过程和标志，缺一不可，即理解、掌握、能用。首先，是理解。对知识、技能的理解至关重要，过去体育课不注重让学生理解，可不理解就谈不上掌握。其次，是掌握。对知识技能的掌握是教会的必经过程，掌握的外在表现就是只是记住了，技能熟练了，但不一定会用。最后是能用。对知识、技能运用达到一定水平，能够精准利用技术运用到锻炼和比赛中，产生效果，发挥作用，能用是“教会”的重要标志。什么是勤练？把握好“度”很关键，对“度”的把握可以从数量、质量、时间来理解，那么怎么样才算“勤练”呢？首先，从数量上来说，是要练的多，包括次数、频率、时间的保证，要养成每天锻炼的习惯，课

堂上对于时间的安排尽可能地充足，确保体育课，大课间，课外活动均能按正常的开展，尽可能每天锻炼达到一小时。其次，从质量上来看，是要练的好，要有一定质量的保障，练的动作要准确，有利于身体发展，减少运动损伤；练的强度要到位，有利于增强体质，锤炼意志；练的形式要多样，有利于激发兴趣、享受乐趣并促进坚持。何为“常赛”？就是让比赛成为常态，从参与的人群上说，包括全体学生参与课堂的学生，从组织类型上说，有简单灵活的课堂比赛，有规范、正式的课外各类竞技比赛。抓好常常可从这几方面入手，第一，高度重视“常赛”，充分挖掘比赛的育人功能和其促进学生全面发展的价值，发挥好“以赛导学”“以赛代练”“以赛促评”的功能；第二，多元组织比赛，学校强化组织和积极参与比赛；第三，建立“常赛”机制，健全比赛激励机制，优化比赛方案，单人赛突出全员性，课赛赛体现激励性，层层赛体现选拔性。

《指导纲要》所提出的“构建科学、有效的体育与健康课程教学的新模式”，是指在一定教学思想或教学理论指导下建立起来的较为稳定的教学活动结构框架和活动程序。我们应该基于一体化的“学、练、赛、评”四个必不可少的环节要素，精心打造出新样态的体育课堂。体育课堂教学有多种形式，为确保和提高体育课堂教学质量，“学、练、赛、评”需要系统呈现并形成闭环，下一节课应该在上一节课的基础上组织新的“学、练、赛、评”。新样态体育课堂“学、练、赛、评”需要有明确的主线，无论是学与练，还是赛与评，都需要紧紧围绕育人目标展开和组织各项活动，尽量避免出现形式化的“学、练、赛、评”。

附带谈一下帮助学生掌握1至2项运动技能的问题。这里说的是帮助而非强制，就是教师不能大包大揽，学生能否掌握1至2项运动技能，最终要看学生对项目感不感兴趣，愿不愿意学某项运动，如果孩子根本就不愿意学某项运动，那他就很难达到真正意义上的掌握。帮助学生掌握，既有一个度的把握，也有一个方法呈现，是给出方向性引导。或许孩子还不知道参与哪些运动，爱上哪些运动，这时候，教师可以根据学生的实际情况和发展规律、认知水平等提供一些适合他们学习的动作或技术，一旦过了懵懂阶段，教师就要帮助学生选择或是确定哪些项目才是其最适合学和练的，而又当学生一旦确定学习某一项目，在具体学习的时候，教师就要根据教育规律，帮助学生学会所学项目，直至达到真正意义上的掌握。在这整个过程中，教师都是扮演助一臂之力的角色，不断调动学生的主观能动性，激发学生发挥其主体作用。

# 挥鞭跃马兼程进 奋楫争流矢志行

# 内黄一中报

NEI HUANG YI ZHONG BAO  
2022年10月3日 星期一 总第102期 责任编辑:陈雷 编辑:赵陆英

主办:内黄县第一中学网信室校报编辑部 电话:0372-7729620 网络支持:www.nhyz.net.cn 电子信箱:nhyzbao@163.com

## 我校举办“同心迎国庆 献礼二十大”主题系列活动



和我的祖国》，表达了广大同学要与祖国共命运、与时代同发展的信心和决心；歌曲《不忘初心》《国家》，彰显了广大同学奋发图强、昂扬向上的爱国爱国热情；《保卫黄河》《团结就是力量》，坚定了广大同学不忘初心、牢记使命的理想信念。一首又一首激荡人心的歌曲掀起了一阵阵高潮，激起了师生强烈的共鸣，坚定了他们奋力为实现伟大复兴的中国梦贡献自己力量的决心。

秋风送爽，举国欢腾迎国庆；丹枫玉露，普天同庆颂党恩。国庆节前夕，我校举办了2022年“同心迎国庆，献礼二十大”主题系列活动，共同讴歌祖国的繁荣富强，迎接党的二十大胜利召开。

升旗仪式在我校综合运动场隆重举行。伴随着激昂的《义勇军进行曲》，全体师生整齐列队，肃穆敬礼，满怀对党和祖国的无比忠诚和深情厚谊，齐声合唱国歌。鲜艳的五星红旗冉冉升起，迎风飘扬。师生们注目着在空中迎风飘扬的五星红旗，坚定了报效祖国、服务人民的理想信念。他们纷纷表示要发奋图强，负重拼搏，以优异的成绩向党的二十大献礼。

我校党委书记、校长杨刚雷发表讲话。他在讲话中激励广大同学树立崇高理想，知寒知耻，勤奋学习，拼搏进取，立志成才，报效祖国报家乡。他热切期望全体同学时刻以中华民族伟大复兴为己任，爱党爱国爱学校，同心同行同筑梦，不负时代，不负韶华，以昂扬的姿态共同点亮中国梦，唱响时代最强音，喜迎党的二十大胜利召开！

由高二全体师生参加的“青春心向党，献礼二十大”合唱比赛精彩纷呈，气氛热烈。12支代表队五赛出了水平，赛出了风格，他们以辛勤的汗水取得了优异的成绩。歌曲《歌唱祖国》《祖国不会忘记》《我



## 我校举行郑州大学迎接内黄一中大一新生入学仪式

2022年9月18日上午，晴空万里，阳光明媚，我校在综合运动场隆重举行郑州大学迎接内黄一中大一新生入学仪式。这意味着我校今年考上郑州大学的93名优秀学子即将离开母校，踏上新的征程，前往梦想的彼岸，开启人生新的篇章。

我校党委书记、校长杨刚雷致欢迎辞。他的致辞感情热烈，情真意切，饱含对郑州大学大力支持的感



9月24日上午，安阳市德善爱心慈善会理事长陈爱民一行莅临我校参加2022年“德善班”合作签约暨全体德善生助学金发放仪式。仪式上，安阳市德善爱心慈善会理事长陈爱民与我校党委书记、校长杨刚雷签署了2022级德善班合作协议书。安阳市德善爱心慈善会副理事长许国强、吴章成、耿志军，理事宋杰代表慈善会向我校捐助了32万元助学金，并将助学金现场发放给一、二、三年级120名德善生手中。

安阳市德善爱心慈善会理事长陈爱民对受助学生们寄予厚望，希望他们既要仰望星空，又要脚踏实地，以自信的态度、执着的信念、刻苦的精神、勤奋的学习，负重拼搏，不负韶华，努力成长为有理想、有信念、有知识、有才干的人才。

我校党委书记、校长杨刚雷在讲话中，希望受资助的德善生一定要倍加珍惜来之不易的学习机会，保持本色，自强不息，学好知识，练好本领。希望大家心怀感恩之心、常思感激之情，以此作为成才之志、奋进之源，以优异成绩回报社会，回报所有关爱和帮助过自己的人，同时把助人为乐这一中华优良传统继续传承下去，发扬光大！

据了解，2019年我校与安阳市德善爱心慈善会合作，成立了首届“德善班”，当年就资助40名“家庭困难、品学兼优”学子完成高中学业。截至目前，“德善班”已经连续举办四届，先后资助了160名“家庭困难、品学兼优”学子。

而针对“德善生”的选拔，我校始终坚持“实地家访，严中择优”的原则，经过入户调查和家访，每年从中招考试优秀学子中，选拔出来40名“家庭困难、品学兼优”学子作为当届德善生。学校对这部分学生倾注了更多的教育资源，进行重点培养，力使德善班成为寒门学子鱼跃龙门、成就梦想的摇篮。

目前，2022年毕业的40名德善生均取得了优异的成绩，特别是荣录“211”工程以上大学30人，其中北京大学1人，复旦大学2人，上海交通大学1人，浙江大学1人，南开大学3人，同济大学2人，华中科技大学1人，东南大学3人。2020级、2021级、2022级120名德善生勤奋上进，手不释卷，口不绝吟，在日常学习生活中均取得了优异的成绩。（文/郭瑞增 图/赵陆英）

最后，郑州大学马克思主义学院副院长魏星宣布郑州大学迎接内黄一中大一新生出发。

9月18日下午13时许，荣录郑州大学的优秀学子们在我校领导老师的护送下乘大巴顺利抵达郑州大学新校区。在迎新接待服务站志愿者的帮助下搬运行李至宿舍。

郑州大学招生办主任徐丽丽对我校本届新升入郑州大学学子的到来表示欢迎。她表示，内黄一中这几年的发展特别好，去年录入郑州大学89人，今年录入93人，是郑州大学当之无愧的优秀生源基地。她非常诚恳地说，请各位家长放心，请内黄一中的领导和老师放心，郑州大学在接过这一接力棒后，一定会倾尽优质的教育资源，更加关注孩子们的学习、生活，助力他们成长成才。同时，她也希望93名优秀学子能够把郑州大学作为他们人生梦想起航的地方，发奋学习，报效祖国，回报家乡。

我们坚信，我校这93名优秀学子必将在郑州大学开启他们人生的新篇章。在此，我们真诚祝愿他们前程似锦，学业大成！（文/郭瑞增 崔锋瑞 图/赵陆英）



# 安阳市德善爱心慈善会 内黄一中校友互助会 助力我校2022年考入清华北大7名学子逐梦未来

8月10日下午，安阳市德善爱心慈善会、内黄一中校友互助会助力内黄一中2022年考入清华北大7名学子逐梦未来捐赠仪式在我校多功能厅举行。我校2020级高三优秀学生代表，安阳市德善爱心慈善会领导，内黄一中校友互助会管委会成员及我校2022年考入清华大学、北京大学的7名优秀学子参加了仪式。仪式由我校副校长李素红主持。



安阳市德善爱心慈善会 内黄一中校友互助会 助力内黄一中2022年考入清华北大7名学子逐梦未来

仪式上，首先由安阳市德善爱心慈善会向我校2022年考入清华大学和北京大学的7名优秀学子捐赠了笔记本电脑。2019年以来，安阳市德善爱心慈善会心系教育，大力支持我校教育事业，在我校连续设立四届德善班，先后资助“家庭特困，品学兼优”优秀学子160多名。安阳市德善爱心慈善会副理事长吴章成作会议讲话，他希望通过资助助学，能够带动社会各界对教育倾注更多的爱心和支持，给每一个需要帮助的贫困学子多一份关爱、多一份支持，使同一蓝天下的学生，一起健康成长。他希望我校2022年考入清华大学、北京大学的7名优秀学子能够树立远大志向，珍惜时光，刻苦努力，将来成长为对社会有用的人才。

仪式上，身居海南的我校98级优秀校友、吉尼斯纪录保持者、南海文化博物馆艺术顾问、金拓首倡者杨林炎由于疫情原因不能到场参加捐赠仪式，特别以远程视频连线的方式与会议现场进行互动。今年7月，杨林炎得知母校有7名同学荣录清华大学和北京大学，非常高兴。他以整根的千年黄花梨木为原材料，亲自为7名同学每人篆刻印章一枚，以此希望学弟学妹们要做像千年黄花梨一样，不管生长环境多么恶劣，都能历经磨难，不畏艰难困苦，于无声处留下德隆望重之美名。

仪式上，我校98级优秀校友、内黄一中校友互助会管委会成员陈玉代替杨林炎领取母校颁发的内黄一中优秀毕业生藏书印章“专职篆刻师”聘书。陈玉在发言中，代表校友互助会感恩母校的培育之恩，表示愿为母校的飞速发展贡献一份力量。同时希望学弟学妹们珍惜现在优越的生活和学习环境，努力拼搏、刻苦奋斗，努力成长为祖国的栋梁之才，回报祖国、回报社会。

仪式上，我校2022年考入清华大学、北京大学的学生代表陈嘉树、张子涵进行了发言，他们用朴实的话语、真挚地表达了对慈善会和校友互助会的感激之情。表示必将饮水思源，发奋学习，

不辜负大家的厚爱与期待，以优异的成绩回报社会。同时他们从自身三年的高中生活讲起，给在座的学弟学妹们分享学习心得、学习感悟，传授学习方法、学习经验，给大家以点拨和启迪，帮助他们增强学习信心，缓解学习压力。

最后，我校党委书记、校长杨刚雷作了总结讲话，他对安阳市德善爱心慈善会、内黄一中校友互助会多年来心系教育的种种善举表示感谢。杨书记指出，近年来，内黄一中教育教学取得快速发展，社会影响不断扩大，更得益于全校师生的共同努力，离不开社会各界人士和广大校友的支持和帮助。他激励广大学子既要仰望星空，更要脚踏实地，为着自己的既定目标，奋勇拼搏，砥砺前行；要厚植家国情怀，坚定理想信念，“前行莫忘回头”，以优异的成绩和良好的担当感恩母校、回馈社会。同时也希望受助同学立志完成学业，做好人生规划，并继承我校校友关心母校的优良传统。同时，他还希望在座的高三学生要有作为、有责任、有担当；要能够树立远大的理想和抱负，向历届优秀校友学习，勤奋上进，手不释卷，口不绝吟，以优异成绩、过硬本领，奉献社会，为实现中华民族伟大复兴梦想而努力奋斗。

(文/郭瑞增 崔峰瑞 图/赵陆英)

# 携手筑梦 共创未来

## 我校离退休老干部美丽乡村美丽一中之行

2022年9月28日上午，在重阳节前夕，我校组织离退休老干部参观了后河镇余庄村红色村史馆、桑村人大主题公园及我校新校区，并召开座谈会，感悟红色革命精神，领略美丽乡村、美丽一中风采。



我校离退休老干部美丽乡村美丽一中之行

座谈会上，我校党委书记、校长杨刚雷对各位老干部表示热烈欢迎并致以最诚挚的节日祝贺和美好祝愿。他指出，在学校建设发展的历史进程中，各位老同志艰苦创业、呕心沥血，用智慧和汗水谱写了壮丽诗篇。在大家的关心支持下，近年来，学校形象大为提升，现在的新校区基础设施功能逐步健全，师资队伍建设进一步加强，学校呈现出跨越发展、赶超发展的良好态势。同时他表示，请老干部们放心，学校一定会抓住新时代机遇，继续弘扬工匠精神 and 学校吃苦耐劳精神，提升办学质量，共同开创学校

教育教学事业发展新局面。

座谈会后，老干部们对我校新校区进行了游园式参观，详细了解了学校规模、教学实力及校园形象的巨大变化，他们无不为学校教育教学事业的快速发展深感恩念和骄傲。希望全校上下继续坚定信念，朝着既定目标勇往直前，办好让内黄人民满意的教育，为建设富裕和谐美丽新内黄做出新的贡献。

(文/郭瑞增 图/赵陆英)

## 我校开展“慈善一日捐”活动



为弘扬中华民族慈善善举、扶贫济困的优良传统，响应内黄县慈善总会开展线上“慈善助学乡村振兴”项目，我校全体教师积极响应“慈善一日捐”活动的号召，于9月9日上午，在学校三楼会议室举行了捐款仪式。

在校领导的带领下，以级部科室为单位，发挥领导和党员干部模范带头作用，大家纷纷慷慨解囊，奉献爱心，表达自己一份真挚的慈善之心，共筹集慈善捐款28600元。

本次捐赠活动反响强烈，成效显著，不仅传递了正能量，还应全校师生受到了一次爱的教育和洗礼，同时为促进社会和谐与文明作出了积极的贡献。

(文/郭瑞增 王颖伟 图/赵陆英)

## 莅临我校作法治教育专题报告 内黄县人民检察院检察长陈科



7月15日下午，内黄县人民检察院检察长陈科莅临内黄一中作法治教育专题报告。我校教师代表、学生代表参加了报告会。会议由我校党委书记、校长杨刚雷主持。

陈检察长以“与法同行，护航成长”为主题作了一场精彩的法治教育专题报告。他指出，青少年的成长取向关乎国家和民族的未来，多年来，内黄县人民检察院始终高度重视青少年的法治教育工作，特别是近年来，充分发挥检察机关职能作用，通过惩治预防违

法犯罪，开展法治宣传、警示教育等多种形式，增强未成年人法治观念，提高未成年人自我保护意识和能力，用法制的力量呵护未成年人的健康成长。

报告中，陈检察长从防溺水、防性侵讲起，着重阐述了《预防未成年人犯罪法》《未成年人保护法》的主要内容，告诉同学们如何运用法律保护自己的权利、履行自己的义务，在受到不法侵犯时应当如何保护自己。同时，利用办案实际中遇到的真实案例，告诫同学们要谨慎交友、抵制诱惑。不仅要敢于对校园欺凌说“不”，还要学会拒绝诱惑，远离犯罪，鼓励学生争当法治先锋。同时，陈检察长还特别提示同学们，未经学校允许，未成年学生不得将手机等智能终端设备带入课堂，带入学校应当统一管理。这是教育部的明确规定，大家一定要严格遵守。最后，同学们集中观看了预防未成年人犯罪的微电影《迷途》。

报告结束后，陈检察长还参观了学校荣誉室、教师发展中心等场所。

(文/郭瑞增 图/赵陆英)

## 扬帆起航 心向未来 我校举行新学期升旗仪式



9月1日早上，我校在综合运动场隆重举行了新学期升旗仪式。仪式在激昂的《义勇军进行曲》中开启，升旗手奋臂一挥，鲜艳的五星红旗迎风飘展。3000多名师生庄严肃立，行注目礼，在合唱声中五星红旗冉冉升起。

我校党委委员、副校长李素红在升旗仪式上发表讲话。她强调，过去的一学年是紧张而又令人振奋的一年，是卓有成效的一年。在校党委书记、校长杨刚雷同志的正确领导下，在全校师生的共同努力下，取得了辉煌的高考成绩，向全县85万人民交了一份满意的答卷。新学期迎来了新的目标、新的挑战，我们将以更加饱满的工作热情投入到各项工作中去，牢记“为每个学生设计卓越人生”的办学理念，发自内心地关爱每一位学生，在生活中做学生的知心人，在教学中争当名师，做一名有理想、有追求的人民教师。同时，她勉励高一学生不忘初心、珍惜时光，分秒必争，全力以赴，在一生中最美好的年华扬起理想的帆，向着更加辉煌的彼岸，坚定不移，起锚远航！

本仪式由政教处主任张军学主持，高一学生代表卢沐歌作了表态发言。

(文/郭瑞增 崔峰瑞 图/赵陆英)

# 探春之“敏”小探

张瑞昌

统准则的奴才进行了教训，对王夫人、邢夫人也进行了无声的提醒，对于自己理家，也是不忘向凤姐汇报。

探春对人对事聪明机警，善于判断形势，知晓心机。二十九回清虚观打醮，贾母因看见有个赤金点翠的麒麟，便伸手拿了起来，笑道：“这件东西好像我看见谁家的孩子也带着这么一个的。”宝钗笑道：“史大妹妹有一个，比这个稍小些。”贾母道：“是云儿有这个。”宝玉道：“他这么往我们家去住着，我也没看见。”探春笑道：“宝姐姐有心，不管什么他都记得。”一句“有心”道出探春对宝钗的认识可谓精准，宝钗是务实的，对和自己婚姻有关的人和事特别上心。在四十五回中小惠然大体，直接将探春承保大观园的创意据为己有，收入人心，为成为宝二奶奶赢取家中仆从团队的支持，可谓“有心”。四十六回鸳鸯抗婚中，贾母迁怒王夫人，在场的人谁也无法辩解，探春想王夫人虽有委屈，如何敢辩；薛姨妈也是亲妹妹，自然也不好辩的；宝钗也不便为姨母辩，李纨，凤姐，宝玉一概不敢辩，这正用着女孩儿之时；迎春老实，惜春小，因此窗外听了一听，便走进来陪笑向贾母道：“此事与太太什么相干？老太太想一想，也有大伯子要收屋里的人，小婶子如何知道，”这一段描述，凸显了探春善于判断形势，勇于出头，心思缜密，巧化尴尬，思虑周全的特点，即替贾母解了围，贾母情急之下难免口不择言，将平日的积怨发泄出来，这个享尊荣

## 浅谈近三年河南省高考英语试卷

尚芳芳

仔细研读近三年的高考卷，扑面而来的最是新鲜感，带给人很多教学上的启示。综合而言，笔者有以下三大方面的感受：

### 一、从难度系数看

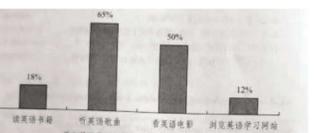
2020年的篇幅不长，词汇量适中，然而精准理解不太容易，因为很多基础词汇在篇章中自然地出人意料，如 a welcome familiarity “令人愉快的熟悉感”，mental register “心态”，touch down “着陆”等。2022年试卷中的词汇及语法点都较为基础，与2021年难度持平，因此这两年高考，学生只要坚持词汇学习，考到120分以上还是比较容易的，而且130分的成绩也大有人在。

### 二、从话题及词汇看

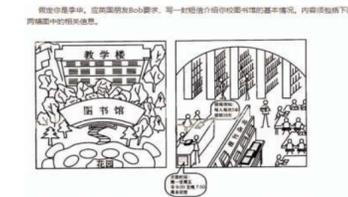
2020年试卷话题包括列车信息、阅读、运动、发光植物、自我认同、家庭教育、嫦娥4号、家务劳动等，涉及人与社会、人与自然、人与自我三大主题。2021年试卷话题有世界上的最大体育场、家庭座机、塑料污染、适度噪音激发创造力、提升晚会自我吸引力、不同形式的感谢、生态旅游、家务劳动，都是一些学生比较熟悉的题材，词汇量适中。2022年试卷涉及文学、山区支教、无人机在铁路建设中的应用、征收糖税、远距离友谊的维持、儿童捉迷藏的心理研究、国际茶叶节、骑车的益处，与2020年一样题材丰富多样，阅读熟词生义好多，词汇考查的广度和深度对考生的理解造成一定障碍，但题目的相关信息容易提取；完形填空上下文联系紧密，提示信息较多，选项词汇多为基础词汇的派生词，对考生的信心有些许打击。

### 三、从书面表达看

这三年的作文一改以往应用文写作的出题方向，变成大标题式的话题写作，2022年在武汉疫情背景下写自己最尊敬的人，将记叙过去与描写品质进行结合，时态交叉，容易出现表达失误；随着网课的利弊暴露于公众眼皮下，2021年作文让学生写一篇如何正确使用网络进行学习的演讲稿，属于议论文话题；2022年的书面表达涉及课后英语学习方式的多样性，话题贴近学生生活，但出题方式比较新颖：依旧是既定主题的议论文，但要点信息以图表形式呈现，这对河南考生是极其罕见的。



2006年全国II卷以图片形式呈现：



图注：1. 听力(30分)；2. 阅读理解(40分)；3. 完形填空(20分)；4. 短文改错(10分)；5. 书面表达(20分)。

无论图片还是图表都需要学生提炼并汇总要点信息，合理谋篇布局。在河南即将走向新高考的起点，这三年的高考虽然还是老题型，但事实上从内容到形式都在向新高考要求考查的学科能力过渡。三套试题发人深省，如果再固步自封，在英语教学中维持现状，那么我们的学生将无法在高考中达到一定的高度。反思自身，在未来一年的高考备考中，笔者拟从如下三个方面努力突破。

### 一、加大词汇教学的深度和广度

万变不离其宗，词汇永远是英语学习的根本。新教材的课文注释中多次关注熟词生义、词源义等，不难看出我们必须带领学生对考纲词汇进行深入学习。构词法学习是扩大词汇量的一个好方法，一词多义和熟词生义要从词源出处进行思维引领，汉语释义和英语释义是培养英语思维的一个重要手段，近义词的辨析又要结合词源义和高考真题语境进行区分掌握，搭配义的掌握难度不小，要善于借助核心词和小品词进行记忆。

### 二、扎实语法基础，降低语法难度

语法学习是学困生谈之色变的一个模块，而事实上语法填空中对语法的考查都较为浅显，学生需要做的是了解各种语法的基本概念及结构，了解常考点，把握好考查方向。时态、从句和非谓语的学习面要广，可借助阅读中CD两篇中的长难句进行思维训练，倒装、强调及省略句要常练常新。虚拟语气及情态动词方面了解基本结构和含义即可。

### 三、提升语言输出能力

这三年的书面表达出题内容和方式告诉我们，靠背模板、单纯练字、东拼西凑高级句型的方式已无法实现作文20分以上的水平。大标题题结合图片图表的出题方式对学生文章结构布局和要点汇总拓展的能力要求很高。我将选取与校园生活和热点社会相关的话题进行词汇的头脑风暴训练，并进行自我观点形成的发散性思维训练，最后进行简单句向高级句型和句型的自如切换。

安详和乐的贵族老太太内心深处是有危机感的，说完之后冷静下来，她自知失言，但又不好意思认错，此时探春敏锐的发现其中的症结，轻出兰言，慢说慧语，给贾母以台阶，正好让贾母顺坡下驴。探春还未完，贾母就笑着认错，薛姨妈帮腔，一场雷烟火炮化作海波浪平。

面对管家娘子吴新登的媳妇的蓄意试探和发难，探春知晓其意图，她沉稳慎重，从容应对。探春查访旧账，按规办理，赏银二十两，不肯多加。她教训吴新登家的一席话，绵里藏针，让吴家的臊得“满脸通红”。众管家娘子这才见识了三小姐的聪敏精明，再不敢挑衅嚣张。面对赵姨娘对她不顾照自己亲兄贾环，钱给别人使的抱怨，对多给自己舅舅赵国基丧葬费的要求，她划清界限，严词拒绝，坚持原则，秉公办理，不给人以口实，赢得众人的尊重。

探春有着敏锐的头脑和洞察力，并且知行合一积极践行。探春理家时，她看到了家族的冗费和重复开支果断删减，受翰大家园管理的启发对人浮于事管理混乱的大观园，立即实行“权”“利”“贵”统一的承包制，对自己的宗法贵族之家的人际关系有着深刻的认知：“像我们样大族人家，若从外头杀来，一时是杀不死的，这是古人曾说的‘百足之虫，死而不僵’，必须先从哪里自杀自灭起来，才能一败涂地！”说着，不觉流下泪来。她的话充满着警策与哲理。能从抄检中看到贾府的败亡之兆，并且发出如此严重警告者，在贾府中也只有探春一人，可是个人的力量在家族顽痼痼疾和社会的大趋势面前显得微不足道，无论探春多么出色，远嫁都是她无力更改的结局，只能留给后人无限的叹惋和深思。

有人说，《红楼梦》中的薛宝钗是一个冷酷的人，自私的人，可怕的人，一个处处心机，满身转轴，标准的封建贵族淑女。我认为，她还是一个理智的人，一个冷静的人，一个善于审时度势、精于谋划和布局的高人。她对自我人生的设计和归宿的布局，使人不得不佩服这一小女子的见识和手段之高明。精确的谋划，清晰的实施步骤令人赞赏。在其人官待选之时，她和母亲顺利入住了贾府，品格端方，容貌丰美；行为豁达，随分从时，赢得众人称赞。而当待选失败之后，她们母女谋划的人生目标就开始转向和贾府联姻，让宝钗日后成为贾府的当家主妇，成为宝二奶奶，以实现其财富和权势的联姻，维护家族的尊严和地位。私下里薛姨妈和她的姐姐王夫人自然没少商量。在塑造好儿媳的同时，也在制造“金玉良缘”的舆论。在第八回“比通灵金莺微露意”中，宝钗拿着宝玉的通灵宝玉，读着上面的字，念了两遍，微笑着叫莺儿去倒茶，心领神会的莺儿领会了主人的含义，马上说出和姑娘项圈的字是一对，引起宝玉的好奇。在宝玉心中，种下了“金玉良缘”的种子。三十四回中就连薛姨妈说：“好妹妹，你不用和我闹，从先妈和我说，你这一论要炼有玉的才可正配”，可见“金玉良缘”之论绝非空穴来风。

在贾母为宝钗过生日时，贾母征求寿星老宝钗的意见，听什么戏和吃什么东西时，宝钗深谙其心，投其所好，选择热闹戏文和软烂食物，讨得贾母的欢心。在元妃省亲，让众姐妹做诗时，薛宝钗处处小心谨慎，迎合元妃，元妃自然是在看在眼里，喜在心中；而林黛玉则想自显其能，想在众姐妹面前大显身手，着眼于自我价值的实现，这和当时“女子无才便是德”的舆论是相违背的，是和封建社会的中庸之道不相符的。元妃的心理天平，不自觉地向宝钗倾斜。在元妃端午节的赏礼中，只有宝钗和宝玉的一样，赏礼无疑向世人表明，“金玉良缘”得到了高层的认可，即使是贾母也不敢公然和代表国家意志的元妃进行对抗。

在第三十二回金钏之死一事上，薛宝钗主动替王夫人宽心，说金钏是咎由自取，纵然大气，也是个糊涂人，死了也不为可惜，并主动用自己的两套衣服给金钏做衣裳。对比黛玉，更显得她识大体、顾大局。由此进一步赢得王夫人的心，也不枉王夫人姐妹日夜密谋，为其用心作“金玉良缘”之计。

在第五十六回“时宝钗小惠金大体”中，宝钗担任管家之职，完善探春大观园的管理方案，趁机将探春的知识产权据为己有，保护失势人的利益，做到利益均沾，皆大欢喜，维护贾国府的体面。她趁机发表演说，说自己已是受姨娘之托，管理家务，现在舍身处地替众人着想，感恩并施，望大家保全体面，认真工作，众丫鬟婆子，感天感地，感念宝钗的恩德。宝钗这招驾驭下人之法，进一步赢得了下人之心，为宝二儿奶奶之战的胜利打下群众基础。第二十七回中，在高翠莲宝钗听见婢女说话，就猜到可能是宝玉房中的眼空心大，最是刁钻的小红，可见其平常在宝玉身边的用心程度。小红连宝玉都没有印象，宝钗却知道（下转第2版）

## 薛宝钗：善于审时度势的人生设计师 战略家

张瑞昌