

巴南 凝心聚力谱好“养心曲” 浸润青少年美好心灵

「好习惯伴成长 促养成看巴南」

少年养心篇

——巴南区新时代养成教育一体化推进见成效

西南大学华南城初级中学 创新推出“5+2”模式 打造养成范式

红油螺丝、爱心糕点、双味抄手……3月13日，西南大学华南城中学开展厨艺PK赛，初二年级全体师生做着构想的菜品。学生娴熟的操作、菜品丰富多样的搭配，受到评委的称赞。

学生有如此表现，源自学校践行养成教育理念。学校通过开展系列活动，激发学生的劳动兴趣，培养学生的劳动习惯。

近年来，学校创新工作机制，以活动为载体，探索开展养成教育的新思路。学校坚持“自醒、自励、自信、自强、自成”育人理念，形成“五自教育养心，八大习惯塑形，爱和责任为底色”的养成教育开展范式，全面推动养成教育走深走实。

“好习惯、好华中、好未来”是西南大学华南城初级中学的发展愿景，为了学生的好未来，要让学生养成好习惯，需要好学校作为杠杆来撬动。执行校长王麟表示，养成教育既是实现“五育”并举的有效手段，更与学校的发展愿景高度契合。因而学校将养成教育作为统领学校所有工作的抓手，把养成教育纳入一把手工程，由书记校长安排部署推进。

怎样有序推进八大习惯落地？王麟介绍，“学校成立三个小组，一是领导小组，明确养成教育做什么；二是研训小组，指导养成教育怎么做；三是督查小组，评价养成教育做的效果。从实践内容、实施路径、实践成效三个维度构建起顶层设计。”

学校采用“大体系、小切口、低起点、严要求、快反馈、勤

矫正”的原则推进，形成“面上安排、点上突破”的工作机制，构建起“5+2”实践模式，每个板块都依据“5+2”体系推进，5指五个“一”，即一个方案、一个标准、一个问题清单、一系列活动课程、一个评价；2指两个环节，即开展中的指导培训和开展后的督导评价。”学校在调研基础上，针对每个习惯，分别制定实践方案和标准细则，以活动来落地，用问题清单和评价来检测成效，同时做好八大习惯细则的培训和督导评价，形成闭环保障实效。学校采用“5+2”模式让养成教育从“面”上整体规范推进，具体实施过程中，针对学生存在的突出问题，依据八大习惯的要求细则确定月度主题，开展系列活动，从“点”上实现突破。

基于“教育始于家庭，形成于学校，完成于社会”的理念，学校实施养成教育协同计划。学校制定表格清单，针对每个习惯，让学生自己、同学、班主任、家长、社区等依据“好、一般、不好”对其进行评价。学生从表格反馈明确存在的问题，在班主任、家长、社区的指导督促下进行有针对性的改善。

2022年，学校荣获巴南区“养成教育示范校”。王麟表示，学校养成教育实践成效显著，学生习惯改变明显，学校面貌焕然一新，呈现出勃勃生机的发展态势。于学校而言，学生和家长的的一致好评，专家的高度认可，才是学校收获的最佳奖项。将来，学校将竭尽全力，把养成教育做得更实、更细。

大江中学 多元评价 赋能成长

课堂上，组员们在组长的带领下高效地进行合学、领学；午餐时间，学生以班级为单位，在生活班长的带领下，走向食堂就餐……阳光自信、规范有序、和美雅正是大江中学学子的常态。学校能呈现出如此良好的生态，归结于学校扎实推进养成教育。

学校党委书记、校长甘廷友介绍，自2020年巴南区提出养成教育行动计划以来，学校结合正在推进的课堂教学改革，按照“一年规范起步、二年优化提升，三年创新卓越”三步走计划，以强化日常多元评价为抓手，赋能学生自主成长，走出了一条“养成教育+课改”深度融合的大江养成之路。

副校长杨怀表示，大江中学养成教育评价细则的内容紧紧围绕八大习惯开展。同时，将评价分为行规评价和学习评价两部分，采用“行规扣分，学习加分”办法，有效规范学生行为。

科学的评价体系是养成教育能持续推进的保障。为保证学校自主教育和管理落实，学校出台养成教育八大习惯公约，印制各类考核评价表册，形成了五大体系、八大板块、三级评价的养成教育评价激励体系，并定期进行表彰，激励学生向上向善向美而行，形成了争当“大江和美学子”的氛围。

大江中学养成教育三级评价管理，即分年级组建部长、班长、组长三级学生自主管理干部队伍。年级（部长）评价班级、班级（班长）评价小组、小组（组长）评价个人。采取“上扣必下达，下扣不上传”的原则。学校赋“权”给各层级，让每一层级大胆管理。评价管理过程

中，各年级配备八名部长、班级配备八名班长，小组配备三名组长及记分员，分别下发各级记录表册，采用表格记分的形式，将每一位学生的表现真实地呈现出来。养成教育的过程考核实行“一日一记、一周一结、一月一评、一期一表彰”的评价办法。学校务实抓评价，让每名学生在每个阶段的习惯养成都有源可溯。

“这种评价原则和权限让我们学生干部管理起来很顺畅，更有利于我们小组、班级的团结，能把管理落到实处，评价过程中做到了‘事事有人管，人人有事做’。”初二年级行政部长刘启蕊说。

学校实行的学习加分制，让学生为了本组争得更多荣誉，课堂上积极参与合学、主动上台领学的同学越来越多，展现出了“阳光自信、健康向上、能说会道、能做会教”的大江学子品质。

大江中学以多元评价为导向，不唯分数评价学生，激发学生自主管理效能，构建起独特的评价体系，养成功夫扎实，成效显著。在学校的光荣榜上，定期展示着和美班级、和美小组以及道德之星、文明之星、学习之星等一大批学生表彰名单。大江中学养成教育的推进，将教师的工作重心转为重视学生习惯的养成，通过不断的引导，使学生“八大习惯”得到不断的强化，在“强化→内化→外化”的循环中，学生心灵得到滋养。2022年，大江中学获得巴南区首批养成教育示范校提名。如今，大江中学的学生个个阳光自信，正向着更美好的明天迈进。

培养青少年从小养成良好的习惯，是保证其健康发展、可持续发展和终身发展的基础。青少年阶段处于人生的“灌浆期”，正是养成良好行为习惯的关键阶段，急需“阳光水分”的滋养。

为落实立德树人根本任务，巴南区在一体化养成教育布局中，针对初中阶段学生提出“少年养心”的育人理念，以八大习惯养成细则为抓手，以创新活动为载体，为巴南初中阶段孩子上好“养心”课，全面促进学生八大习惯养成，培养起学生审美、安全、文明等各类素养，让孩子们在引导中修养内心，为终身发展奠基。经过三年多的实践，“养心”篇已在巴南生根发芽结果，一所所学校交出精彩的答卷。



西南大学华南城中学学生进行平梯训练



花溪中学大课间葫芦丝展示



大江中学老师指导学生小组学习



巴南实验中学第六届“一米阳光”心理健康教育实践活动

花溪中学 忠孝文化润心 养成教育立品

近年来，花溪中学深入研读巴南区养成教育细则，依托本校忠孝校园文化特色，围绕“品德高尚、品行高洁、品位高雅”三品教育目标，走出一条以忠孝文化润心，养成教育立品的养成教育特色之路。

走进花溪中学，一塑精忠报国雕像呈现在校园中庭，学校崭新的围墙上布满新24孝图和中华忠孝故事汇……漫步其间，忠孝文化特色随处可见。

学校相关负责人表示，活用忠孝文化，激活以文育人效能，是学校推进养成教育的有效手段。学校依托忠孝文化，美化校园环境，开展系列忠孝主题活动，营造浓厚的忠孝文化氛围，以此来浸润学生思想，促进他们改变自身行为习惯。

运用忠孝文化开展德育是学校的优势，而运用乐器培养学生审美习惯，也成为学校养成教育的独特品牌。

每年5月忠孝杯科技艺术节上，学生进行葫芦丝展演，造型新颖，吹奏技艺精妙，受邀观看的家长都惊叹孩子们的优秀表现。

在科技艺术节上开设葫芦丝专场展演已是学校的传统活动。为激发学生对音乐的感知，促进学生审美习惯养成，学校精选民族乐器葫芦丝，初一年级每周开设一节葫芦丝课程。同时，学校成立葫芦丝社团，以此为突破口，引发学生对乐器的喜爱和对美的向往，也培养起学生良好的

审美素养。多年实践下来，学生变得积极、自信、阳光。

以忠孝文化和葫芦丝为载体，促进学生素养提升，助推学生养成良好习惯，是学校推进养成教育的常规手段。如何全面、创新地开展养成教育？学校开发出“0培活动养习惯，秩序整治见成效，课题研究强支撑”的养成教育开展模式。

学校编写“0”培活动手册，对全体学生开展“0培活动”培训，还采用笔试等方式来检测成效。目前，学校编写完成《花溪中学0培活动手册》，每学期开学第一周，全体学生都围绕手册上八大习惯守则规范清单等内容展开学习。学校扎实做好培训、实践、评价等环节，将学生养成教育落在实处。

同时，学校还通过成立督查组对学生的出入场秩序、课间秩序、就餐秩序、上放学秩序进行整治，值日教师和校长巡视后考核到班级，督促学生养成良好习惯。

另外，学校申报的区级课题《基于“忠孝文化”下初中生养心教育校本实践研究》已于今年3月结题。学校积极参与养成教育市级课题相关研究，并承担审美组组长。

学校深入推进养成教育以来，33名教师在区养成教育系统评比活动中获奖。未来，学校将以养成教育示范校创建为契机，持续推进养成教育工作，进一步深化实践路径，切实提高学校教育教学水平。

巴南实验中学学校 激发家校协同效能 合力培育时代新人

为落实立德树人根本任务，巴南实验中学结合巴南区提出的养成教育行动计划，在“三课”即“课堂、课程、课题”促养成教育的基础上，学校还重点激发家校协同育人效能，助力学生成功成才。

学校以“顺天致性 成功成才”的教育理念为引领，以活动为载体，依托“八个一”，即“一会”“一日”“一访”“一培”“一巡”“一本”“一表彰”，形成养成教育活动体系，提高家庭教育质量。

“一会”即每学期定期开展班级、年级和学校三级家长会，搭建起家校沟通平台；“一日”指家长开放日，让家长深入学校参加亲子活动，促进家校密切联系；“一访”是指定期开展教师家访，了解学生在家的习惯养成情况；“一培”是指依托现有的钉钉群、微信群等，帮助家长及时了解家庭教育法律法规和学生养成教育情况。同时，为深入推进家校协同育人工作，学校实行“一巡”制度，即家长巡查制，通过家长巡视课堂、食堂等途径，了解学生在校习惯养成情况，督促学生对标习惯养成细则，扬长避短，培养良好习惯。

指导家长进行科学的家庭教育是家校协同育人的重头戏。为此，学校开展“一培”活动，即家长培育课堂，邀请专家进校园，以讲座、访谈等形式，围绕家教理论、学习习惯养成等内容进行培训，帮助家长系统学习教育方法；成立家长讲师团，邀请优秀家长分享养成教育成功案例，形成资源库，带动家长们相互学习。

此外，学校还物化养成教育成果，汇编形成养成教育系列读本，相继编印《巴南实验

中学心理健康养成教育读本》《巴南实验中学家校共育，共促养成读本》《巴南实验中学安全教育读本》《巴南实验中学学生养成教育评比细则》等，让家长有“本”可依，进一步提升了家长的家教能力。

为激发家长积极性，学校采用“一表彰”制度，从家长参与班级管理、参加学校活动等多个维度，评选出在养成教育典范家长进行表彰。通过优秀家长的示范效应，吸引更多家长参与到养成教育中来，也让家长之间形成相互学习的良好氛围，实现家长的自我提升。

校长赵光晓表示，“八个一”活动落地有声，把家庭和学校紧密联系起来，形成共识，整体培养，齐抓共管。不仅实现了家校零距离沟通，更形成校内监督、家庭巩固，家校紧密协同的养成教育多元化教育体系，帮助学生养成良好习惯，对助力学生成功成才意义深远。

巴南实验中学是巴南区青少年心理健康教育特色学校，以“用心做教育，让心灵更阳光”的理念，开展心理健康周等活动，引导学生修身养性，成为阳光的“巴实少年”。

养成教育实践以来，近200名师生在市、区级演讲、课题论文等比赛中荣获佳绩。如今，巴实的学生变化喜人，校园内处处可以看到举止优雅的小绅士；处处可以听到“老师，您好”的温馨问候……“小淑女”“小绅士”在这里茁壮成长，呈现善良、健康、快乐的精神状态。

何霜 姚兰 黄兆娟
图片由巴南区教委提供