



杭十一中今年特殊的寒假作业 全校女生力争成为校园“白富美”

记者 张娜

杭州第十一中学,今年给全校女生布置了一项特殊的寒假作业,全校女生要力争成为校园“白富美”。

杭十一中副校长张冠超说:“关于白富美,学校有自己的解读:洁身自好为‘白’,精神独立为‘富’,内外兼修为‘美’。现在女汉子越来越多,关注内在修养好像不流行了,所以学校布置这份作业,希望女孩们内外兼修,做更好的自己。”

早睡、晨读、多运动 做件快乐的小事

成为“白富美”的作业有十多条,主要有这些:运动。从今天开始,每天晚上慢跑半小时至一小时,让自己出汗,排出体内毒素,还能帮助告别多余脂肪。

早睡。每晚十点到次日凌晨两点,这个时段睡得好,能加快皮肤的新陈代谢,让皮肤有光泽。

坚持每天吃个苹果,为健康,更重要的是,为了一个能坚持下去的开始。

收拾房间。有多久没有整理凌乱的房间和抽屉了?打败惰性,尝试着把尘封的旧物找出来,分类整理或者淘汰。

学做菜。不是番茄炒蛋,而是一些可以登堂入室的菜品。完成的满足感是不可替代的愉悦。

买一束花给自己。无须太贵,也不必去细究花语,选择你一眼看上去觉得开心的那一束,它会让你拥有很久的好心情。

换一个发型。修剪一下自己的长发,或变换下发型,别总是随意拿皮筋一扎,给自己一份新的自信。

勿自己一次下午茶。坐在窗边,看窗外的行人匆匆来去,闻着茶香,享受整个下午的自在时光。

做一件好事。做一天义工,或喂喂流浪动

物,把零钱放在街头艺人的帽子里……做一件让自己也让别人快乐的小事情。

晨读或夜读。不管你的习惯是早起还是晚睡,请在清晨或夜晚这两个最安静的时段任选其一,进行一到两小时的阅读,选择一些轻松又能让你有所收获的好书,痛快阅读。

学会记录。昨天的书或是今天看的电影,试着把纷涌的思绪整理成文字,别担心自己文笔不够华丽,你需要做的是学会用语言以外的方式表述自己的想法。这也是优雅的开始。

听一次音乐会或看一次话剧。艺术能在不知不觉中改变一个人的气质,不妨去感受一下,这样的举动可能会让你觉得自信很多。

90后心理教师布置的作业 关注学生的情商

布置这份作业的是心理教师郑婷婷,90后,刚工作两年,被学生亲切地称为“婷婷姐”。平时的寒假作业,基本都是学科作业、社会实践作业等。今年这种独特的寒假作业让学生觉得很新鲜。

“这份作业是引导女生,像关注自己外在一样,也关注内在,也希望女生懂得幸福可以自己创造,不用依赖别人,比如买一束花送自己,让自己开心。”郑老师说,不少家长认为,高中里的主要任务是学习,但高中也是情商形成的关键时期,布置这些作业,就是让女孩们学会独立生活,懂得欣赏自己,成为更好的人。

昨天作业布置下去,女生讨论热烈。男生们也在不停追问:“有没有专门布置给男生的,如何成为高富帅的作业啊?”

“不要急,后面真的有。”郑老师说,校园“高富帅”的解读是,高在学识渊博,富在精神富足,帅在行动帅气,做事有礼有节,接下来也会布置一系列适合男生的作业。

崇文实验学校、天长小学 实行“一对一”家长会 家长想跟哪位老师私聊可直接预约

记者 姜晓蓉 通讯员 杨帆

期末考试结束了,最近不少学校都在开家长会。昨天,不少崇文实验学校老师和家长都在转发一条微信:《一对一家长会,我们的私人定制》,引来不少点赞和羡慕。

一对一家长会是怎么样的?

前天,崇文实验学校的大部分老师都忙了一整天,从上午八点半到下午四点半,平均一位老师要接待十五位家长,一位家长半小时,除了中饭时间,几乎没有休息过。

在家长会之前,老师们也要做很多准备工作。三(8)班班主任何英老师说:“我们提前一周给家长发了意向单,请家长填写最想约谈的老师,意向单收上来后老师们会做一个统计,家长会这一天每位老师都要接待十多位家长。家长会前,所有任课老师一起先开一个会,对一个班学生的情况进行非常详细的分析。一对一家长会上,老师不仅仅和家长谈自己任教学科的情况,也会聊其他学科。”

何英老师教书11年,说起家长会,她很有经验。“一对一家长会气氛很轻松,教室、办公室、阅览室、会议室都可以是聊天的地方,每位家长进来时,老师都会准备一杯水。”

一对一家长会都聊些什么?四(8)班班主任何旭业老师说,根据安排,老师接待每户家庭的时间是半小时。有些家长觉得时间还不够,因为想聊的内容太多了,“现在的家长对孩子都比较重视,不少都是爸爸妈妈一起来的,不过总的看来,妈妈比较关注学业,爸爸比较关注孩子的兴趣爱好和性格发展。”

“有位家长跟我说,孩子很喜欢篮球,想加入学校的篮球社团。我之前只知道这个孩子篮球打

得很好,不知道他有这样的想法。家长会一结束,我就跟篮球社团的老师联系,他很爽快地答应了。”

“有些家长最关心的是孩子的成绩,如果孩子确实有问题,我们也会说得直白一些。指出孩子的问题,商量一个方案,寒假里可以更有针对性地去弥补。如果是集体性的家长会,讨论这个问题,一些家长会觉得比较尴尬。”

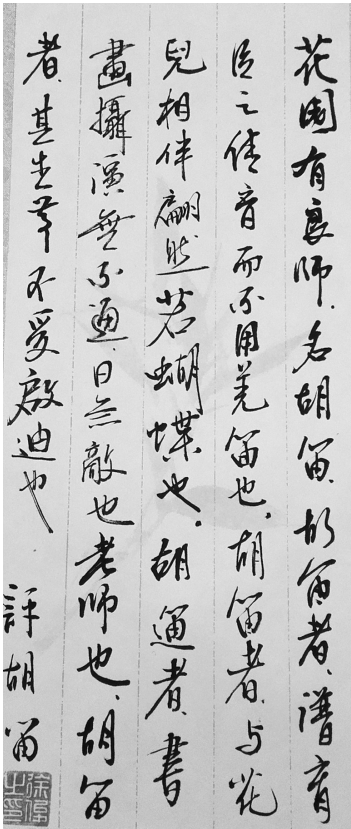
这样的一对一家长会,每学期期末考试结束都会有一次,整个小学阶段,一共有12次。

崇文实验学校副校长虞大明说,一对一家长会,崇文已经开展了七八年。传统的家长会,大部分老师都介绍整个班级的情况,家长会一结束,很多家长都会围着老师,问一些自己孩子的情况。一对一家长会更像是私人定制的,家长和老师一起分析孩子的优势和不足,会更加透彻一些。

昨天,我们打听和其他学校的情况。现在不少民办学校家长会都采用一对一的方式,也有公办学校在尝试这样的方式。

这两天,天长小学在开个性化家长会。东坡路校区主任陈洁虹说,学校给出两天时间,让班主任根据自己班上的情况安排,有班级是一对一家长会,家长可以根据自己的需要预约老师,详细聊聊孩子一学期的情况;有些班级是分层家长会,班主任根据孩子的特点,分批开家长会;也有班级开的是传统的家长会。

陈老师自己教一年级体育,昨天也被一位家长预约了。“这位家长约了数学老师和我,我当时蛮惊讶的,约语文数学的家长多,约体育老师的还真不多。见到家长时,我先表扬了孩子,刚入学时直线都跑不直,现在跳绳达到优秀了。不过他们孩子很内向,我还是建议他们寒假里多带孩子爬爬山,多约小朋友一起来玩,继续加油。”



有个性! 笕桥花园小学校长 用毛笔给老师写评语

记者 冯秋萍

又到了期末评语季,除了老师要给学生写评语外,校长也要为老师写评语。为了这件事,杭州笕桥花园小学校长徐俊花了不少心思。今年,他给老师们的评语是用毛笔写的,极具个性。

笕桥花园小学是去年刚投入使用的小学,招收了8个班的一年级学生,目前有20名教师。徐校长没有办公室,学校接待室就是他平时接待客人的地方。他说,“想跟老师打成一片,所以平时跟老师在一起办公。”

多年来徐俊保持光头造型,人称“光头校长”。前几年经常带班,徐俊用书法给学生写了几年评语,去年就给班上43名学生,每人写了一副七言评语联。今年,他也特地为每位老师“私人定制”期末评语。

比如这幅写给一位叫胡笛老师的评语——

花园有良师,名胡笛。胡笛者,谱育以之佳音而不用羌笛也。胡笛者,与花儿相伴,翩然若蝴蝶也。胡笛者,书画摄演无不通,曰无敌老师也。胡笛者,其生无不受启迪也。

徐校长说,一个月前,他就开始拟这些评语,采用文言的形式,抽空花了1周时间写完。每份评语,都藏着老师的名字,评价老师一学期的工作,并寄予期望。教师节的时候,徐校长也给每个老师写了一张小卡片,“那是美好的祝福,也是藏着老师名字的。”

写好的评语,徐校长都裱了起来,将在这周总结会议上发给老师。

2017年杭州中考个别生 2月24日、25日报名

记者 姜晓蓉 通讯员 杭教

2017年杭州市区各类高中招生“个别生”2月24日(星期五)、2月25日(星期六)报名。

“个别生”是指符合下列条件之一的初中毕业生:具有市区户籍的外地初中学校应届毕业生;

市区初中学校毕业的往届毕业生,其中,外省籍随迁子女应符合市区小学升初中条件,进入杭州初中阶段学校学习,并具有杭州市区初中阶段连续3年学习经历和学籍,且其父母双方或一方(或法定监护人)在市区有合法稳定职业、合法稳定住所(含租赁)并按照国家规定在近3年内至少参加1年社会保险的随迁子女,可报考杭州市区各类高中;

符合市委市政府《关于杭州市高层次人才、创新创业人才及团队引进培养工作的若干意见》规定引进的高层次人才、创新创业人才子女,持有《杭州市特聘专家证书》、属地为杭州的《浙江省海外高层次人才居住证》或属地为杭州市区的《浙江省引进人才居住证》的引进人才子女。

具有各类高中学校在册学籍号的学生不得报考。

报名时间:2月24日(星期五)、2月25日(星期六)9:00-16:00。报名地点在杭州市教育考试院2楼(华浙广场9号,杭州大厦D座附近)