

关于开展 2023 年武进区学校生命教育月活动的通知

各中小学及有关学校：

为深入贯彻教育部《中小学德育工作指南》《中小学心理健康教育指导纲要（2012 年修订）》《关于健全学校家庭社会协同育人机制的意见》精神，全面落实《常州市中小学生心理健康服务三年行动计划》《常州市青少年生命健康关爱行动方案》要求，进一步增强学生耐挫心理能力，营造学校积极向上的心理健康教育文化氛围，促进全区中小学生身心健康发展，根据《市教育局关于开展 2023 年常州市学校生命教育月活动的通知》（常教德〔2023〕4 号）精神，经研究，决定开展 2023 年武进区学校生命教育月活动。现将有关事项通知如下：

一、活动主题

以挫折为阶，赋成长能量。

二、活动时间

2023 年 3-4 月

三、参与学校

全区各级各类中小学（含中职）

四、活动内容

各校要根据青少年的身心发展特点实施健全的、适宜的、具体的学校挫折教育，通过学科渗透、活动情境创设、心理咨询、家校沟通等途径，帮助学生树立正确的人生理想，提升自我认知能力，增进心理健康，磨砺坚强意志，积累战

胜挫折的知识技能方法。建议生命教育月期间开展“五个一”系列活动：一场传授挫折教育知识的专题讲座、一次普及积极心理知识的宣传活动、一堂提升抗挫素养的班会课、一期聚焦抗挫教育的家长沙龙、一次教师挫折教育的校本培训。

可从以下方面选择活动内容：

1. 名人故事读书会；
2. 亲子探寻家族成长故事；
3. 从经典电影中发掘抗挫素养的养成奥秘；
4. 人际交往的有效方式和策略；
5. 保护自尊心：提高学习积极性的心理基础；
6. 科学调整心态，提高适应能力；
7. 青春期中的异性交往；
8. 家长积极期待的效应；
9. 增强生活能力：解脱消极情感困扰的妙方；
10. 良好意志品质培养方法。

五、活动项目

（一）课程讲座类

1. “真爱护航”——家庭教育公益系列课程

“抗挫能力”对孩子的发展至关重要，是一个人面对困难和逆境时所能承受的最大限度。作为家长，如何对孩子进行挫折教育？面对孩子的“玻璃”心，父母该如何引导？“真爱护航”家庭教育公益系列培训课程从家庭、学校、社会三方面教会家长如何帮助孩子积极面对挫折，更好地适应现代社会。（具体课程菜单见附件1）。

①对象：面向全市学校的家长、学生。

②地点：在预约学校开课。

③内容：推出“真爱护航”涵盖幼儿园至高中各学段的家庭教育公益系列课菜单程，送课到校。课程结束后，学校需填写反馈表等相关材料。

④报名方式：以学校为单位预约课程。请各校根据需求选择“真爱护航——课程菜单”的主题和题目，提前7天填写预约表（附件2），发送到邮箱：1367355391@qq.com。联系人：杜老师；联系电话：86623038。

2. “星羽心援”武进区心理健康与家庭教育公益课程

为促进中小學生、幼兒家庭教育水平的提高，推进家校共育建设、促进学生心理健康成长，面向全区中小學校提供心理健康与家庭教育系列公益培训课程。

①课程说明

授课对象：全市學校的家长、學生、教师。

授课地点：在预约學校开课。

课程内容：涵盖幼儿园至高中各学段的心理、家庭、教师培训系列课程。（具体课程菜单见附件3）

课程形式：主题式讲座、团体心理辅导

②预课方式

以學校为单位预约课程。请各校根据需求选择“课程菜单”的主题和题目，提前一周填写预约表（附件4），发送到邮箱：105827632@qq.com。联系人：区未成年人成长指导中心戴老师；联系电话：86323561（周三至周日）。

③现场授课

由武进区心理与家庭教育讲师团成员来校现场授课。所

在学校现场会标统一字样：“星羽心援·武进区心理健康与家庭教育公益课程”（横幅和电子屏均可以）。

④课后反馈

讲课结束一周内，所在学校将反馈材料打包压缩后发送至邮箱：105827632@qq.com，文件名称：“学校+日期+主讲者”。材料包括：①《公益授课反馈表》（详见附件5）；②现场照片三张（其中一张照片必须是带有会标的全景图）；③新闻报道稿的word文档。

说明事项：本课程由常州市星羽教育发展基金会和武进区青少年活动中心公益资助，每学期送课100场，每所学校每学期不超两场。全年接受预约授课。

（二）实践体验类

1. “追溯龙城的故事”——常州博物馆青少年智慧课程

常州博物馆立足本馆馆藏资源，紧扣地方文化特色，引入创新后的“智慧课程”教育模式，面向小学中高年级、初中学生开展“追溯龙城的故事”青少年公益课程。该系列课程目前主要有“史前探秘”、“漆石艺会”和“非遗雅韵”三个子课程组成，通过展厅导览、AR读本学习、互动游戏、手工体验等形式，引导学生们体会常州先民勤劳、勇敢的生活智慧，感受传统工匠精神，培养文化自信。由学校广泛宣传，根据需求自行组织参加。联系人：左老师；联系电话：85165080 转 8059；电子邮箱：kaif@czmuseum.com。

2. 星羽青果“父母学堂”精品公益体验活动

真正的挫折教育，是父母用爱与信任，科学的方法和专业的知识在实践中引导。星羽青果“父母学堂”为全市学生

家长提供亲子互动体验式课程，让家长和孩子在真实的生活
中锻炼和学习。

①对象：面向全市学校的学生家长。

②地点：在预约学校开课。

③内容：涉及了解孩子、习惯培养、面对挫折的勇气、积极的学习力、亲子沟通、情绪管理、教育策略和技术、家庭环境优化等内容，涵盖了孩子健康成长面对挫折所需的大部分学习要素，能帮助父母预防或解决各种可能或已经存在的教育问题。

④活动方式：团体辅导、游戏互动、角色扮演、分享沙龙、家庭作业等。

⑤报名方式：以学校为单位预约课程。

⑥活动具体通知，后期另发。

（三）心理咨询类

“你的心事有我愿意听” 电话咨询和面询活动

为更好地帮助中小學生缓解心理压力，纾解困惑。常州市未成年人成长指导中心持续提供公益心理和家庭教育咨询热线及一对一心理面询服务。每天 8:30-22:00，可拨打常老师心理热线“0519-96111”进行公益心理咨询和家庭教育线上咨询。每周工作时间提供免预约现场接待，每周三起提供一对一公益面询预约服务，面询时间为工作日晚上和周末全天。面询接待地址：常州市钟楼区东横街 26 号青少年活动中心 1 号楼 1 楼常州市未成年人成长指导中心 110 室。具体咨询安排可关注“空中少年官”微信公众号查询。

武进区未成年人成长指导中心公益心理咨询和家庭教

育咨询时间和方式：周三至周日，拨打 86323561 进行心理健康和家庭教育线上咨询；也可提前预约一对一面询，预约时间为每周三至周五（8:30—11:30，13:30—16:30），电话 86323561；面询时间为周三至周五下午、双休日全天。面询接待地址：武进区延政中大道 29 号凤凰谷青少年活动中心四楼 420。

请各校接通知后，确保传达到每一位家长和学生。

（四）评比表彰类

1. “学校生命教育月活动方案”评选

学校要把关注学生的生命成长与幸福完整作为重要价值追求，要聚焦“抗挫素养”这一核心问题，通过家校社合作的多种方式对青少年、家长进行干预指导，探索总结有效提升抗挫能力的家校辅导模式，积累开发视频课程资源，开展灵活有效的挫折教育特色活动。为加强学校生命教育月的引领示范作用，特面向全市各级各类中小学（含中职）开展“学校生命教育月活动方案”评比活动。

内容要求：（1）主题鲜明。体现“以挫折为阶，赋成长能量”生命教育主题。（2）体系完整。有具体设计方案，包含指导思想、活动目的、活动主题、活动设计、成果提炼、组织保障等要素（具体内容要求见附件6）。（3）成效显著。该方案实施以来，受到本校师生欢迎、家长认可，在教师、家长掌握培育技巧，在学生习得情绪管理、人际交往、应对压力等知识技能，培养学生勇敢、自信、坚强的品格，提升学生幸福感等方面取得良好效果。字数 3000 字以内。

【报送要求】各校于 4 月 20 日前，将参评材料电子稿

(电子稿文件名: 学校全称+活动方案名称)、汇总表电子稿(附件 7) 发送至邮箱: wjdehyu@126.com, 并将参评材料的纸质稿(一式三份) 报送至区教育局基教科 1210 室。联系人: 王老师; 联系电话: 67897016。

2. “中小学挫折教育主题班会设计方案” 评选

为积极营造有利于学生健康成长成才的校园环境, 展示分享一批富有教育意义、值得借鉴推广的主题班会方案, 切实培养学生不惧挫折、热爱生活的心理品质, 特面向全市各级各类中小学(含中职) 开展“中小学挫折教育主题班会设计方案” 征集评选活动。

内容要求: (1) 班会主题鲜明。体现“以挫折为阶, 赋成长能量” 生命教育主题。(2) 班会构架完整。涵盖主题班会教育背景、教育目标、班情分析、设计思路、活动准备和具体实施过程等要素(具体内容要求见附件 8)。(3) 具有可操作性。班会要覆盖全体学生、形式多样, 符合建班育人实践需要, 针对学生在成长过程中遇到的实际问题设计班会, 具有时代性、趣味性、针对性和实效性。字数 2000 字以内。

【报送要求】各校于 4 月 20 日前, 将主题班会方案(每校报送 1 个) 电子稿(电子稿文件名: 学校全称+主题班会方案名称)、汇总表电子稿(附件 9) 发送至邮箱: wjdehyu@126.com, 并将参评材料的纸质稿(一式三份) 报送至区教育局基教科 1210 室。联系人: 王老师; 联系电话: 67897016。

3. “生命教育月家庭教育故事” 评选

为丰富常州市家庭教育指导优质资源库, 引导广大家长

树立科学的家庭教育理念，掌握正确的家庭教育方法，增强家校社育人合力，特面向全市各级各类中小学（含中职）教师及学生家长开展“生命教育月家庭教育故事”征集评选活动。

内容要求：围绕孩子在人际交往、考试学习、青春期情感发展中面临的问题或冲突，再现家庭教育过程中的故事、场景、细节，突出教育引导子女的具体做法，提供问题解决策略，体现科学的家庭教育理念、知识和方法。字数 1500 字左右。

【报送要求】各校于 4 月 20 日前，将家庭教育故事（每校报送 1 个）电子稿（电子稿文件名：学校全称+教育故事名称）、汇总表电子稿（附件 10）发送至邮箱：wjdeyu@126.com，并将参评材料的纸质稿（一式三份）报送至区教育局基教科 1210 室。联系人：王老师；联系电话：67897016。

各校要切实提高站位，利用本次生命月活动契机，将挫折教育纳入教育教学计划和学校发展规划，系统思考、广泛发动、认真落实、多方宣传，全力保障学校心理健康教育、生命教育、挫折教育的教育教学质量，高度重视家校协同，采取积极措施引领、寻求密切家校合作的方式方法，提升班主任指导家长系统掌握培育孩子抗挫折素质的能力。各地、各校参与评选表彰类活动，需组织班级、年级、校级、区级多个层面的评选，在全员广泛参与的基础上择优推荐具有引领示范作用的作品，充分挖掘各个层面评选出的优秀作品的育人价值。

- 附件：
1. 常州市生命教育月“真爱护航”家庭教育公益课程菜单
 2. 常州市生命教育月“真爱护航”家庭教育公益课程预约表
 3. “星羽心援”武进区心理健康与家庭教育公益课程菜单
 4. 星羽心援·武进区心理健康与家庭教育公益课程预约表
 5. 武进区心理与家庭教育讲师团公益授课反馈表
 6. 常州市学校生命教育月活动方案内容设计要点
 7. 常州市学校生命教育月活动方案评比汇总表
 8. 常州市中小学挫折教育主题班会方案设计要点
 9. 常州市中小学挫折教育主题班会方案评比汇总表
 10. 常州市生命教育月家庭教育故事征集汇总表

常州市武进区教育局

2023年2月27日