



疫情下的暖心守护

疫情之下，我们固有的生活模式、生活习惯、学习方式都被打破。镇江市实验小学结合典型事件抓住教育的契机，从“公共卫生共筑每日习惯”“公共规则根植学生心灵”“护心育人温暖彼此”三个维度入手开展教育活动，帮助学生实现自律、守则、阳光的生活状态。

自律，就是一个人自我管理的状态，是一种发自内心的自我控制能力。正值疫情防控时期，家长与老师充满担忧。特殊时期培养学生的每日好习惯，养成自律性，就能让他们健康、快乐的适应校园公共生活。“练一练”七步洗手法，养成洗手好习惯；“小讨论”特殊时期该减少哪些交往礼仪；“做一做”学会文明咳嗽打喷嚏；“想一想”校园内怎样科学佩戴口罩等。习惯养成不是一般知识获取，它有自身的独特性，养成好习惯不仅是关注健康、关爱生命的体现，更是社会公德的体现。养好习惯方能自律。

充分挖掘疫情期间的“爱的规则”。利用可行性强的教学策略，让学生感知新规则、反思新规则、践行新规则。懂得这些新规则是在保护他人的时候也保护了自己，这是互爱的体现，让公共规则根植学生心灵。针对疫情期间



核酸检测



认真洗手



教室消杀

的安全距离“一米线”规则让孩子实践规则。如，文明排队，进校园、洗手、取餐保持一米以上的距离，体现文明有序。文明核酸，核酸检测不扎堆，排队隔一米，减少相互接触，体现呵护有爱。通过

认知和生活实践的有机结合，让学生把知识内化为行动，从而使他们在掌握规则的同时逐步形成良好行为习惯，真正树立抗击疫情切莫扎堆，因为爱你，离你“一米”的规则意识。

疫情改变了大家的生活方式，同时也冲击着我们的心理健康，给大家的心理造成不同程度的影响，容易出现失望、恐惧、易怒等不良情绪。心理老师带来校园心理调适指南“我心向阳”心理

团辅，告诉同学如何缓解心理压力，增强战胜疫情的信心，适应疫情突发下的生活。护心育人温暖彼此。

(文/图 陶欣慧)



(二)5班 施青瑶



三(1)班 王品栋 指导老师 王慧中



六(4)班 陈昱含



五(1)班 赵雯倩

有你们，真好！

四(10)班 苗梓丁

一大早，一群“大白”出现在校园里，只见他们穿着厚厚的防护服，佩戴上专用防护口罩，脸上戴着护目镜，把检测物品摆放好，一切准备就绪。各班的学生在老师的带领下有序排好队，听从指挥轮流检测。

很快，轮到我们班了，虽然已经做过好多次了，可还是有一点紧张，“大白”阿姨拿起检测棉签，我配合着张大嘴巴，一根又细又长的棉签伸到我的嘴里，来回地轻轻搅动。一刹那，我喉咙里难受极了，一阵恶心，但是我

忍住了。当棉签被取出时，“大白”阿姨夸奖我做得不错，我脸红了，有点害羞。这是我透过阿姨的护目镜，看见她的脸上满是汗水。他们认真工作的样子，让我打心底里敬佩。看着他们，我想到了妈妈。我妈妈也是千千万万的“大白”中的一员，此时她也正在给参加上海防疫的医生们做核酸检测。此情此景，我泪目了……谢谢你们，平凡的白衣天使。你们犹如那夺目的太阳，守护着我们，温暖着我们。有你们，真好！（指导老师 林璐）

温暖的手势舞

三(11)班 邱歆宜

“露出微笑，戴上口罩，疫军退让，中国力量，华夏强壮，逆流而上……”今天，我们班陈瑾暄同学在音乐课上给大家示范了一段抗疫手势舞，我和同学们都很喜欢，争先恐后地向她学习。接着在老师的带领下，全班同学整齐划一地用手比画着。我随着音乐，在心里默念着节拍，听着口令，看着手势，认真专注，一丝不苟，力争

每一个动作，每一个节拍，每一个表情，认真规范，无可挑剔。用抗疫手势舞传递温暖，把最美的祝福送给在抗击疫情一线的医护人员以及所有为打赢防疫攻坚战付出的人们，他们在默默守护我们的健康。此次齐跳抗疫手势舞的活动，让大家懂得了感恩，懂得了珍惜。疫情终会过去，期待春暖花开。（指导老师 鲍玉红）