

# 做那束微光

渑池县教育局 李永峰

3月31日清晨,我习惯性地打开手机,《三门峡市实验幼儿园‘学雷锋月’暨微光志愿服务总队活动总结》映入眼帘。浏览之后,我随即在全市雷锋学校群中留言:“践行雷锋精神,就是要立足岗位、爱岗敬业、关爱学生、乐于奉献、互助协作。”这不仅是一句由衷的评论,还是我多年工作坚守的信条。

2003年,我从渑池县仰韶镇西阳中学调入池底中学。那时互联网兴起,网吧遍布城乡接合部,许多学生沉迷网络。面对这些迷途少年,我尝试用“第三只眼睛”去观察,带着共情走进他们的内心。我曾深夜陪学生走出网吧,为他们买一碗热腾腾的夜宵;也曾一次次家访,与家长共商教育良策。我发现,这些孩子大多因学业受挫、缺乏关爱而陷入思想迷茫。

于是,我探索出“学生谈心、家庭赋能、学校互助”三步帮扶法,同时思考如何用更鲜活的德育教育占领学生的精神高地。而当时的“学雷锋”活动多停留在出黑板报、挂条幅、大扫除等形式上,学生对雷锋其人其事、精神精髓知之甚少,更谈不上内化于心、外化于行。

作为一名近20年的教育工作者,我决定用一场主题演讲唤醒孩子们的认知。“不朽的丰碑,永远的榜样”主题课堂由此诞生。我结合学生实际,讲述雷锋的成长故

事,历数各个时期的“雷锋式人物”,挖掘时代精神内涵,引导孩子们思考:今天的我们,该如何做一名“当代雷锋”?

这堂课从本校讲起,逐渐走向渑池城乡各校,再到三门峡各县(市、区)及南阳等地。15年来,我走遍崤函大地,义务宣讲百余场。课堂之所以受欢迎,是因为它不谈理论,而是用真实案例、互动交流打动人心。它既是爱国主义教育,又是理想信念与道德品质的“补钙”教育。

宣讲之外,我更是雷锋精神的践行者。

2017年,渑池县建设义务教育均衡县,校园文化建设成为短板。一次偶遇县教育局有关负责人,我鼓起勇气提出:“我可以试试!”负责人一句“我相信你!”点燃了我的热情。我迅速行动,创建“中小学立德树人活动平台”,以“立德树人”为核心理念,推动全县德育工作转型升级。我主张:德育不只是口号,而是贯穿于学生成长全过程的实践活动。我倡导各校以美篇为载体,图文并茂记录德育瞬间。我构建“三驾马车”机制:校长策划、德育校长实施、信息员报道,形成“顶层设计—具体执行—宣传推广”闭环体系。平台既是信息交流的窗口,又是资源赋能的桥梁,更是为学校喝彩的“啦啦队”。

每月,我坚持梳理各校动态,开展“晒成绩”“走走看”评比。短短两个月,全县校

园文化百花齐放:经典诵读、劳动实践、志愿服务、红色研学等,丰富多彩的活动让德育真正“活”了起来。教师热情高涨,学生积极参与,教育生态悄然改变。

而这一切源于我的工作热爱和德育追求,工作的成效和澎湃的精神动力让我乐此不疲。迄今已9年,“中小学立德树人活动平台”依然发挥着服务渑池教育的职能。正如雷锋所说:“人的生命是有限的,但为人民服务是无限的。”我愿做一束微光,照亮德育前行的路。

全市雷锋学校建设,为我打开了全新视野。2023年3月,在三门峡市教育局相关领导的引导下,我加入“全市教育系统雷锋学校”建设平台,成为一名传播雷锋精神的志愿者。如何避免“学雷锋”活动表面化、形式化?如何突破“三月来、四月走”的怪圈?如何让雷锋精神真正走进孩子心里?3年来,我走访调研建设学校,紧跟德育工作实际,边学习边实践,力争以先进思想引领“雷锋学校”建设:

第一,建设工作要与德育实际相结合。不能为活动而活动,应针对学生思想困惑、行为偏差设计“项目式学习”,通过“知情意行”的完整过程,达到育人目的。为此,我撰写《学雷锋贵在融入日常》,呼吁将“学雷锋”活动常态化、课程化。

第二,打破片面狭隘的理解。雷锋不

仅是“做好事”的代名词,还是理想信念坚定、爱岗敬业、勤学上进的典范。教师要率先垂范,成为“雷锋式好老师”,让学生感受到榜样就在身边。我撰写了《学雷锋活动要发挥教师榜样作用》一文。

第三,增强实效性、教育性。德育教育不能自说自话,必须问一问“学生喜欢吗?”“符合青少年身心成长规律吗?”我写下《“线”走得好不好,问问“针”》,提醒教育者要以学生为本,让德育活动真正落地生根。

3年来,我每天关注“全市雷锋学校”微信平台动态,认真阅读各地学校开展的“学雷锋”活动报道,真诚点赞,及时赋能。从灵宝市第四实验小学《薪火相传雷锋志 春风化雨少年心》,每一个美篇都让我心生温暖。我始终相信:学雷锋不应是三月来、四月走的形式主义,而应成为滋养青少年心灵的文化力量。唯有将雷锋精神融入日常、化于习惯,才能真正实现立德树人的根本任务。

15年的风雨坚持,让我收获的不仅是荣誉,还是格局的提升、能力的增长、情怀的丰盈。助人者自助,乐施者心安。我愈发明白:人生的价值,不在于索取多少,而在于奉献多少;不在于拥有多少光环,而在于是否曾为他人点亮一盏灯。

## 一位心理教师的守望

在三门峡市第一高级中学,有一位“树洞老师”——心理健康教育教师杨宜鸽。工作19年来,她用倾听和陪伴,守护着青春期敏感而脆弱的心灵。她没有惊天动地的壮举,却有一个个关于“陪伴”的温暖故事。

“如果你不想聊,可以在这里休息一下”

一个早晨,班主任打来电话说:“班里有学生状态不好,快一年了,和他聊聊吧。”男孩来了,却迟迟填不好一张登记表。“我也不知道要咨询什么,班主任让我来的。”他声音疲惫,校服左袖破了一片。

杨老师说:“如果你觉得没什么聊的,可以在这里休息一下,下课再回去。”看到学生登记的住址,发现两人竟住在同一个小区,从住址聊起,男孩慢慢露出了笑容。

放松下来后,他告诉杨老师:“昨晚一夜没睡,就在屋里坐了一夜,什么也没做,就是心烦。”

“你父母知道吗?”

“知道。”简单的两个字,让杨老师心里一紧。她没有再追问。后来,她在咨询日记中写道:很多时候,孩子不是需要建议,而是需要一个不评判、不指责的空间,让负面情绪流出去。

### 那个走后又回来关上门的孩子

高二女生杨同学被班主任“劝”来咨询。她戴着口罩,双臂抱胸,腿不停抖动,语气带着对抗:“我人际关系很好。”

杨老师本能地想用“面质”戳破她的防御。但她迅速意识到:咨询关系还没有建立好,信任度不够。这时候“叫板”,只会让孩子彻底关上心门。她先安排学生测评,然后开始安静地打扫办公室——擦桌子、扫地、给绿植浇水。20分钟后,杨同学完成测评,离开时又折返回来,轻轻地敲门带上。那个动作,比任何言语都更能说明问题——当老师放下“必须帮助她”的执念,孩子反而感受到了被接纳。

### “谢谢你,我感觉轻松了许多”

高二女生L来咨询时状态很低落。那次辅导之后的第二天早上,她收到了L的信息:“老师,昨天和你聊完,出学校后感觉轻松了许多。你说的那些我会努力尝试。昨晚做了冥想,感觉脑袋里特别轻松。抖音我已经删了,发现自动就会减少玩手机的时间了。”

杨老师在咨询日记中写道:这些信息是对我最有鼓励的反馈。我的内心充满了感动,情商高、行动力强的孩子,将来怎么会过不好自己的人生呢? (陈志景)

## 从“一阵风”到“日常事”

灵宝市第四小学 雒红梅

用七年时间深耕“雷锋学校”“雷锋式班级”建设,彻底跳出形式化误区,将抽象的雷锋精神转化为具象的日常行动,让德育摆脱空洞说教——三门峡走出了一条接地气、有实效、可延续的育人路径。

摒弃“走过场”,是三门峡雷锋学校建设的核心破局点。七年里,全市各校彻底告别这种“一阵风”模式,不搞虚浮仪式,不喊空洞口号,把雷锋精神融入校园每一处细节。教室里,雷锋图书角常年开放,雷锋故事、日记成为学生日常读物;班级里,“雷锋岗”常态化值守,主动帮扶同学、维护班级秩序成了大家的自觉;校园中,随手捡拾垃圾、节约水电、礼让互助,这些微小举动,都是践行雷锋精神的真实体现,让精神传承有了实实在在的载体。

跳出“说教式”德育,才能让雷锋精神真正入脑入心。三门峡立足学生成长实际,将雷锋精神与学科教学、班级管理深度融合,用身边事教育身边人。课堂上,老师结合学习生活,把雷锋“钉子精神”转化为刻苦钻研的学风,把集体主义精神转化为团结互助的班风,把奉献精神转化为责任担当;班会上,大家分享身边好人好事,评选班级“小雷锋”,让榜样从课本里的形象,变成朝夕相处的同学,让学生明白:雷锋从来不是遥不可及的标杆,而是做好每一件小事的普通人。

依托地域红色底蕴,让精神传承更有根基。三门峡地处豫西,三门峡大坝、

卢氏革命老区、窄口水库等一系列红色文化底蕴深厚,各校将雷锋精神与本地红色基因传承相结合,打通革命精神与时代精神的联结纽带。通过讲述红色故事、参观雷锋展室、走进社区实践,让学生读懂雷锋精神的本质——是奉献、是坚守、是向善,与革命先烈的家国情怀、身边凡人善举一脉相承。学生走出校园开展敬老服务、环境整治等志愿活动,在实践中体会奉献的快乐,让雷锋精神从校园延伸到社会,真正实现知行合一。

七年深耕,成效显著。如今,三门峡的“雷锋式班级”班风纯正、凝聚力十足,同学互助蔚然成风,校园陋习逐步减少;一批批“雷锋式学生”脱颖而出,拾金不昧、乐于助人成为校园新风尚。德育不再是墙上的标语、纸上的文字,而是真正转化为学生的良好品行和行为习惯,“学雷锋”彻底变成了“做雷锋”。

从活动化走向生活化,从被动参与变为主动践行,三门峡七年的实践证明,德育无须花架子,贴近生活、贴近学生,方能行稳致远。雷锋精神永不过时,它藏在点滴善举里,融于日常言行中。这份务实的育人探索,既温暖了崤函校园,又让雷锋精神在青少年心中扎根,让向上向善的力量代代传承。



### 听老党员讲雷锋故事

近日,三门峡市城乡一体化示范区大王镇第三小学组织开展“听老党员讲雷锋故事”主题活动。活动现场,志愿者们围坐在老党员身边,认真聆听老党员讲述雷锋同志的感人事迹,感悟雷锋精神的时代内涵。 孟鹏军 摄



## 素心育善 润物无声

义马市银杏小学 李倩

雷锋精神对小学生而言,就是藏在日常里的小善、小事、小坚持。新时代雷锋学校的育人价值,首先是从“阶段性活动”回归“常态化浸润”,摒弃形式化的热闹,把精神传承融入每一个教学瞬间、每一处校园细节。

在我们的校园里,没有刻意的造势,只有自然而然的践行:早读课前,主动帮同学捡起掉落的课本;课间休息,耐心给同学讲解一道不懂的习题;放学路上,随手扶起歪倒的共享单车;校园角落,默默清理散落的垃圾。这些小事微不足道,却比任何大型活动都更有力量。我们不再把雷锋精神当成单独的德育课题,而是融进语文的读写、品德的感悟、班会会里的交流,让孩子们在日复一日的相处中,明白善良不是做给别人看,而是发自内心的本能。这种转变,让雷锋精神摆脱“短效性”,真正扎根在孩子的成长里,这才是德育最朴实也最有效的模样。

以往我们谈及雷锋精神,总容易把它窄化为“做好事、献爱心”,却忽略了其背后更深厚的育人内核。新时代雷锋学校的育人价值重构,更是从“单一道德说教”,转向“滋养完整人格”的深度培育。雷锋身上的专注、坚守、友善、勤俭,从来都是少年人培养成最珍贵的养分,而这些,无须高声宣讲,只需言传身教、潜移默化。

作为一名教师,我始终觉得,教育是一场温暖的熏陶,是用心灵唤醒心灵,用德行引领德行。我们要求孩子学雷锋,首先自己要做践行者:弯腰捡起校园的纸屑,耐心对待每一个调皮的孩子,认真备好每一堂课,用自己的言行告诉孩子,

雷锋精神就是立足本职、踏实做事,就是善待他人、心怀温暖。清代陈宏谋有言:“教养之道,非徒尚虚文,贵乎实践。”这正是雷锋学校育人的核心——不重虚文,重实践;不重说教,重身教。这种育人方式,没有华丽的辞藻,却能让孩子在小事中涵养品格,在坚守中收获成长,让雷锋精神成为人格成长的基石,而非道德绑架的标签。

蓬生麻中,不扶而直;白沙在涅,与之俱黑。校园的向善氛围,家庭的朴实熏陶,让雷锋精神慢慢延伸到生活的每一处,形成了朴素而持久的育人生态,这远比任何形式上的共育都更有意义。身处新时代,面对成长在数字时代的孩子们,雷锋学校的育人也无需刻意追求新异,只需守正务实,让精神适配孩子的成长节奏。

七年时光,作为一名教师,我见证了雷锋学校建设从追求形式到回归本真的蜕变,也亲历了育人理念的慢慢沉淀。新时代雷锋学校的育人价值重构,从来不是喊出多么响亮的口号,做出多么轰动的成绩,而是回归教育的初心,用朴实的行动,把善良、责任、坚守种进孩子的心底,让雷锋精神成为一种日常习惯,一种人格底色。

教育之路,素以笃行。愿我们始终坚守这份朴实,让雷锋精神在校园里静静流淌,滋养每一个孩子成长为有温度、有品行、有担当的人,这便是雷锋学校最本真的育人意义。



## 承本土文脉 做雷锋传人

渑池县尚德中学 赵欢欢



身为一名班主任,在七年雷锋学校建设的过程中,我愈发清晰地明白:雷锋精神不是转瞬即逝的三月风景,而是融入少年成长的精神底色,是与渑池本土文脉深度融合的责任与坚守。这片孕育了仰韶文化、承载着红色记忆的土地,有八路军渑池兵站的信仰之光,有刘少奇旧居的初心印记,有秦赵会盟的友善之道,更有仰韶先民代代相传的向善之风,这些都让我在德育路上,找到了传承雷锋精神的本土密码。

初任班主任时,我总在思考:如何让初中生真正理解雷锋精神,而非停留在“做好事”的表面认知?单纯的宣讲难以触动少年的心,直到我试着将本土故事与雷锋精神结合,一切有了改变。在“学雷锋”主题班会中,我带着孩子们了解刘少奇旧居的历史,讲述先辈们扎根渑池、心系群众的故事;回望八路军渑池兵站的岁月,感悟革命先辈无私奉献、团结互助的担当;解读秦赵会盟的典故,传递友善包容、以诚待人的道理;追忆仰韶先民的生活,体会他们互帮互助、共生共荣的质朴。

我告诉孩子们,雷锋精神就在我们

的家乡里:是刘少奇旧居中,先辈们为群众办实事的赤诚;是八路军渑池兵站里,战士们舍己为人的坚守;是秦赵会盟会上,古人化干戈为玉帛的智慧;更是仰韶文化中,代代相传的向善初心。“学雷锋”,不必追求惊天动地,立足家乡、做好日常,就是最好的践行。

班里的孩子们渐渐有了转变。曾经漠视小事的同学,开始主动爱护校园里的仰韶文化宣传栏;性格急躁的同学,学着以友善之心对待伙伴;践行秦赵会盟的包容之道;还有同学自发组成“红色宣讲小队”,利用课余时间梳理八路军渑池兵站、刘少奇旧居的故事,在校园里分享,让红色基因与雷锋精神一同传递。“雷锋争章”活动中,孩子们的善举愈发具体:帮同学讲解难题、主动打扫校园角落、为社区老人讲解本土红色故事,每一份行动,都藏着少年的真诚与担当。如今,孩子们早已明白,雷锋精神不是口号,而是弯腰捡起垃圾的自觉,是帮助他人的热忱,是守护家乡文化的责任,是传承红色基因的担当。

七年耕耘,雷锋精神已深深扎根校园,与渑池本土文脉共生共长。作为班主任,我愿继续以本土文化为媒,以日常德育为笔,引导青少年承仰韶文明之向善,传红色基因之担当,做雷锋精神的忠实传人,让善意与温暖在这片承载着历史与希望的土地上代代相传。

## 在红色沃土上传承雷锋精神

卢氏县中等专业学校 王富君 王勇

在卢氏中专,每班都依次参加“劳动服务周”活动。2025级汽修1班学生、烈士后代李嘉亿值周时,和同学们穿上红马甲,承担起做雷锋、当工匠、保洁、学习、日常文明行为督查管理员的职责。有同学问:“你这是在‘学雷锋’吗?”他愣了一下,笑着说:“我们没觉得在‘学雷锋’,这就是我们的日常,‘做雷锋’,传承雷锋精神。”这句朴素的话,道出了三门峡雷锋学校建设七年来的核心转变——雷锋精神已经从“活动化”的轰轰烈烈,走向了“生活化”的润物无声;从“学雷锋”的榜样感召,走向了“做雷锋”的自觉践行。

在渑池县,会盟小学校长张鹏带领团队,创新“三三七”育人模式,将雷锋精神贯穿于理念体系、校园文化、教师团队、学生成长的方方面面,逐步打造出雷锋文化品牌。建校以来,涌现出雷锋式师生1700余名。在灵宝市,各校将雷锋活动与德育评价体系深度融合,让“做好事”成为可记录、可积累的成长印记。在城乡一体化示范区,大王镇第三小学的孩子与天安门城楼中队的战士云端连线,当战士们庄严敬礼说出“我们在天安门广场等你”时,雷锋精神与家国情怀在孩子

心中同时生根。这些探索共同指向一个方向:让雷锋精神从“活动”走向“生活”,从“他者”走向“自我”。三门峡七年的雷锋学校建设实践,我们终于明白:雷锋的“留下”,靠的不是活动的密度,而是文化的厚度;真正的传承,靠的不是轰轰烈烈的“活动”,而是融入血脉的“生活”。当雷锋精神与长征精神、红色文化、黄河文化、仰韶文化中的坚韧品格相融合,清明节徒步扫墓成为年复一年的仪式,当红色研学成为“行走的课堂”——雷锋精神便不再是外在生活的“任务”,而是从这片土地、从日常生活中自然生长出来的道德自觉。从“学雷锋”到“做雷锋”,一字之差,却是精神内化于心、外化于行的根本转变。

当红色基因在青春血脉中奔涌不息,当“学雷锋”真正成为“做雷锋”的日常——我们终于可以笃定地说:雷锋,真的留下了。因为他早已和这片土地的红色记忆一起,长成了孩子们生命的一部分。从“学雷锋”到“做雷锋”,从“活动化”到“生活化”,从精神的感召到生命的底色——这,就是七年来我们三门峡教育找到的最好答案。

## 让雷锋活在生命里

示范区大王镇第五初级中学 范云鹏



春风拂面,又到了一年一度开展“学雷锋”活动的日子。在我们学校,没有轰轰烈烈的大事,更多的是平凡日常:清晨的校园、泥泞的小路、朴实的同学、辛勤的老师。很多孩子会问:雷锋离我们很远,我们为什么还要学习雷锋精神?其实,雷锋精神从来都不遥远,它就藏在我们身边,藏在每一个孩子的成长里。

学习雷锋,首先是学会做一个善良、懂事的人。孩子们大多把这份淳朴变成自觉的行动。看到同学提不动水桶,主动搭把手;看到老人走路不便,上前扶一扶;看到教室地面脏了,随手扫一扫。这些小事不需要惊天动地,却让我们变得温暖、可靠,这正是孩子们最珍贵的品质。

学习雷锋,是学会珍惜与感恩。父母早出晚归,老师默默坚

守,校园一草一木都需要大家爱护。雷锋勤俭节约、不怕吃苦的精神,正是我们需要的。不乱扔垃圾、不浪费粮食、认真听好每一堂课、用心完成每一次作业,就是对父母、对老师最好的回报,也是对自己的成长负责。

学习雷锋,更是学会担当和自强。雷锋把小事做好,把平凡做到极致,我们也要从小事做起:主动打扫卫生,帮助学习有困难的同学,爱护校园公物,在集体中多一点点热心、少一点点计较。一个懂得帮助别人的孩子,将来走到哪里,都会被人信任、被人尊重。

雷锋不是高高在上的英雄,而是身边每一个愿意多做一点、多帮一把的普通人。在校园里,雷锋精神就是同学间的互相搀扶,是师生间的真诚相待,是面对困难不低头、面对他人愿伸手。愿我们每一位孩子,都能把雷锋精神记在心里,落在行动上,做善良、懂事、勤劳、有担当的新时代少年,让温暖与善意,在校园里一直传递。