

虎 砺 韧 劲

赵静
重庆市巴蜀蓝湖郡小学

筑 梦 未 来



我们带的班，昵称为“霹雳虎”。这个可爱的班名，来源于班里虎年出生的孩子们，寄予老师们对学生们坚韧不拔品质的期望，希望班级里的每一位学生都能像虎一般，在面对困难与挑战时，展现出无畏的勇气和顽强的毅力，凭借坚韧不拔的精神，在成长的道路上披荆斩棘，实现自己的梦想。

“霹雳虎”班共有学生40人，男生22人，女生18人。学生们拥有不同的成长环境，性格特点和学习能力存在差异。如何培养孩子们“遇困难不轻易放弃、遭挫折能主动调适、处逆境仍保持信念”的坚韧品质，成为班级育人的核心任务。

结合学校“手脑并用、教养兼施”办学理念和班级特质，我们确立“虎砺韧劲，筑梦未来”育人理念：以“虎”之精神为象征，通过系统性培育，让学生在磨砺中铸就坚韧品格，成为“心中有信念、眼中有光芒、脚下有力量”的新时代好少年。

构建“虎娃坚韧成长图谱”

依托地处巴渝文化腹地的地域优势，我们将“虎”的精神象征与本土文化中的坚韧元素深度融合：

①“巴蜀虎娃寻根课程”

校史浸润具象化：开发“巴蜀虎娃寻根课程”，带领学生走访校史陈列馆，临摹建校初期师生在战火中坚持办学的“岩洞课堂”场景，将“手脑并用、教养兼施”的校训转化为“每日三省”行动（今日是否主动克服了一个困难？是否帮助他人坚持了一件事？是否发现了身边的坚韧故事？）。

②“虎娃攀登计划”

地域精神课程化：结合巴渝“爬坡上坎”的山城特质，设计“虎娃攀登计划”——徒步南山黄葛古道，观察黄葛树在石缝中生长的姿态，撰写《植物坚韧笔记》；采访山城步道修缮匠人，记录《巴渝工匠坚韧语录》，让学生在触摸地域文化中理解“坚韧是逆境中的向阳生长”。

③“虎娃心向党”驿站

红色基因可视化：创建“虎娃心向党”红色驿站，陈列红岩小萝卜头、巴蜀校友科学家的坚韧事迹，组织学生扮演“红岩小讲解员”，将红色故事改编成课本剧《虎娃勇向前》，在校园巡演20余场，让坚韧精神从“听得见”变为“演得出”。

打造“阶梯式坚韧成长银行”

突破传统说教模式，构建多维度、可感知的坚韧培育生态系统，我们班为虎娃们打造了“成长银行”：

①“虎娃坚韧存折”

行为储蓄“可视化”：设计“虎娃坚韧存折”，将坚持完成作业、主动订正错题、上台发言等行为转化为“坚韧币”，每月在“班级坚韧银行”兑换权益（如担任升旗手、选择研学路线），累计100枚可兑换“校长午餐券”，让微小坚持获得具象化激励。

②“虎跃星河”互动墙

成长轨迹“立体化”：在教室打造“虎跃星河”互动墙，用36颗星星代表每位学生，每克服一次困难即可点亮一颗星，连成“虎娃星座图”；期末生成个人《坚韧成长数据报告》，记录独立思考时长、求助转化次数、情绪调适效率等12项数据，让坚韧成长看得见、摸得着。

③“小虎突击队”

同伴影响“场景化”：组建“小虎突击队”，设置“坚韧特派任务”（如帮助同桌攻克数学难题、带领小组完成黑板报创作），完成任务可获得“虎爪印章”，集满5个印章可解锁“虎娃勋章盲盒”。通过真实场景中的互助行动，让坚韧从“个人品质”升华为“团队共识”。

启动“虎爸虎妈成长营”

虎娃们加油，爸爸妈妈们也助力，一起编织“家校社虎链共育”网络，创建“沉浸式坚韧实践场”：

①“周末虎娃挑战赛”

设计“周末虎娃挑战赛”，推出“亲子共学一门新技能”（如共学轮滑、书法）、“家庭断网2小时深度沟通”等任务，要求家长与孩子共同面对学习困境，录制“坚韧养成Vlog”，在班级群形成“家庭坚韧云相册”。

②“祖辈坚韧故事会”

开设“祖辈坚韧故事会”，鼓励学生采访长辈的奋斗经历，制作《家族坚韧家谱》，如收集到学生爷爷参与三峡工程建设的坚持故事、奶奶自学英语的日记，汇编成《虎娃家传坚韧录》。

共建“虎娃坚韧实践地图”

社会层面，我们与重庆科技馆合作开设“科学虎娃实验室”，参与“火箭模型回收失败—改进”项目，记录10次以上试验数据，培养“科学家式坚韧”；

在山城巷非遗基地设立“虎娃匠人工作坊”，学习蜀绣、漆器修复等传统技艺，体验“千针万线方成器”的坚持；

联合消防支队开展“虎娃烈火特训”，参与40℃高温下的耐力训练，采访消防员“连续三年坚守岗位”的故事，让坚韧教育从“课堂说教”变为“真实淬炼”。

书香润心 师说

重庆两江新区教育局 重庆晚报 合办



虎娃亲子拓展实验课程——潜水



虎娃匠人工作坊——新年灯笼

开发“虎娃坚韧勋章体系”

参照巴蜀小学“小陶子”评价体系，创设“虎娃坚韧勋章”：青铜勋章对应“坚持完成每日阅读”等日常任务，白银勋章对应“在公开场合克服紧张完成演讲”等进阶挑战，黄金勋章对应“独立策划并组织一场班级抗挫活动”等高阶目标。勋章授予仪式融入巴蜀传统礼仪，邀请家长、社区代表共同参与，让坚韧成长获得多元认可。

研发“问题转化”韧性课程

针对小学生心理特点，将“如何面对困难”转化为可操作的“虎娃闯关攻略”：

开发“挫折变形记”系列微课：通过动画演示“难题拆分法”（如将作文分解为“开头像虎头——中间像虎身——结尾像虎尾”）、“情绪调节虎吼操”（通过肢体动作释放压力）、“成功储蓄罐”（每天记录3件做到的事），让抽象的心理调节变为具体的“虎娃工具箱”。

设计“阶梯式问题解决任务”：在数学课堂设置“虎娃闯关三阶段”——独立思考15分钟（第一关）、小组讨论10分钟（第二关）、求助教师5分钟（第三关），每通过一关即可获得“虎娃智慧星”，引导学生理解“坚持不是硬扛，而是灵活突破”。

创建“韧性成长档案袋”：收录学生的“第一次演讲视频”“十次错题订正记录”“运动会坚持完赛照片”，毕业时生成《虎娃韧性成长白皮书》，让每个孩子带走“抗挫能力成长说明书”。

感悟

让成长充满力量

在这场与生命拔节声相伴的教育实践里，我们不仅是坚韧品格的传递者，更是成长力量的见证者。

“一核（坚韧）两翼（文化滋养+实践淬炼）三支撑（家庭/学校/社会）”的独特育人范式，会“把坚韧种进童年，让成长充满力量”。

当看到孩子们在巴山蜀水的文化浸润中眼里有光，在实践的淬炼中脚下有路，我深切体会到：每一颗种子都有自己的破土方式，每一个“虎娃”都有自己的成长节律，孩子们的未来，充满韧劲、惊喜与希望。