

# 冬奥“名场面”背后藏着怎样的教育观

上周末,2022年北京冬奥会圆满落幕。倏忽而过的十六天里,一帧帧满载激情与温度的画面让人念念不忘。无论是最终站上领奖台的冠亚军,还是咬着牙坚持完赛的“默默无闻者”,无论是冲线,还是跌倒,其背后都有着一段段动人心魄的难忘回忆。

赛场就像浓缩的人生舞台,参赛者不仅身体力行,让更多人看到他们为了奥林匹克梦想锲而不舍地执着追求,更让赛场外的人们从他们身上,更深层地理解教育、感悟成长。

——编者按



新华社记者 黄宗治摄

## ■周雯婕

刚刚落幕的北京冬奥会,无数人记住了他们的故事:力摘两金一银的“天才少女”谷爱凌,放弃演艺事业跑来“玩一玩”却拿到一金一银的“小栓子”苏翊鸣,在短道速滑1000米决赛上意外摔倒的五届冬奥会“奖牌收割机”、32岁老将方塔纳,用并不完美的最后一跳为自己职业生涯谢幕的“单板大神”肖恩·怀特,还有那位滑到最后却说是运动生涯巅峰的八届冬奥会参与者、“滑冰奶奶”佩希施泰因……在这些运动员身上,大家看到了一次又一次的突破自我、挑战极限。体育运动不止于强健体魄,五育并举也不止于培养健全人。运动需要天赋也需要刻苦训练,比赛需要实力也需要强大心态,成长需要获得也需要不断舍弃。毫不夸张地讲,体育在锻造人的品格和德性方面有着独特的作用,我们的教育完全可以从中赛场出发。

### 让孩子从“玩得开心”到“玩得下去”,家长可以做什么?

个体的兴趣是丰富多元的,并非每个人都能轻易地发现自己真正的兴趣。在冬奥之前,很多人就已通过电影《智取威虎山》认识了“小栓子”苏翊鸣,不少人都认为他会向演艺方面发展,就连他本人也曾梦想着考中戏。但一次次训练和挑战让苏翊鸣发现了自己真正的兴趣所在,最终选择成为滑雪运动员,面对奥运赛场,他说“玩得开心”。

兴趣推动着个体去认识和发现,是发展的最佳动力,这一观念已逐步获得大部分家长的认同。很多家长都曾冲动地投入过孩子感兴趣、“玩得开心”的事物,但大多数时候却不是了了之,发现很难“玩得下去”。这是因为兴趣有不同层级。“兴趣金字塔”理论指出,当一个人沉浸在感官刺激所带来的体验并从中获得乐趣时,他只是获得了“感官兴趣”,这种愉悦感会随着刺激消退而快速结束,因而感官兴趣并不稳定且难以长期维持;当一个人愿意为兴趣主动投入、坚持并定向在某一领域,通过学

习掌握更多的知识和技能,有能力去完成很多事情,这时候就会发展为“自觉兴趣”;当一个人开始为自己的兴趣寻找兑现的平台,获得他人的认可和价值激励时,便达到了“志趣”层级。

如何让孩子从“玩得开心”到“玩得下去”?首先,要认识到每个人的兴趣爱好不同,支持孩子真正的心之所向。

花滑男单冠军陈巍的母亲也曾想推孩子们去参加一些“妈妈觉得很好”的课外活动,不过由于经常遭遇“抵抗”,加之她意识到每个人都是特别的存在,于是放弃了自己的想法。正因为母亲对个性差异的尊重,陈巍和他的哥哥姐姐们得以选择了5条不同的发展之路并获得了各自的成长。

真正的支持从来不是简单地顺从孩子的心意,而是理性地认同孩子的选择后给予有力的帮助。这种帮助才能让让孩子“玩得下去”。

陈巍的每场比赛全家人都会到场给他助威,让他觉得这是家里非常重要的一件事。苏翊鸣训练骨折后,母亲在病床边鼓励他说,“我们不能放弃,我们吃了许多苦,也受了伤,而且你还很喜欢,所以好了之后你要振作起来,不要因为(受伤)这件事情改变你”。

无论是营造温馨的家庭氛围,还是面对伤痛的精神鼓励,或是竭尽所能地创造条件,都是一种推动兴趣发展,帮助孩子“玩得下去”的深度支持。当这种支持促成了主动投入、定向深耕的“自觉兴趣”后,就有可能升华为寻求价值兑现的“志趣”。

一言以蔽之,“玩得下去”才有可能“玩得精彩”。而当中,“开不开心”发乎天性,“精不精彩”视乎定义,能否“玩得下去”对于教育来说最具可为空间。

### 教孩子敢于失去、敢于打破“完美”,是成为“完人”的重要一步

伏尔泰曾说“完美是优秀的敌人”。很多人以为,这句话是对梦想在赛场上演绎阿克塞尔4周半并最终挑战失败、未能实现冬奥三连冠的日本花滑名将羽生结弦的悲情诠释。其实,当羽生结弦

落泪自问“为何我的努力得不到回报”之后,随即就进行了自省——“如果大家能有一瞬间觉得,无关比赛胜负,羽生结弦的表现还不错,即便这种感觉只是一瞬间,那我就觉得今天的努力有意义了”。如果高难度的技术巅峰是“完美”,金牌是“优秀”的证明,那对两者的追求很多时候并不一致。但是,如果“优秀”无关胜负而是勇于挑战和超越自我,那么两者又何尝不一致呢?

成功是什么?或者说要实现什么样的成长目标?说到底这取决于家长和孩子确立了什么样的价值观。在比赛的紧要关头,18岁的谷爱凌拒绝了妈妈的建议,用一个自己从来没有尝试过的女子自由式滑雪选手史上第一难度的动作,成功地“做最好的自己,向全世界展现自己的能力”。因为在她的成长过程中,妈妈灌输的理念一直是不要去“完美”。母亲长期对过程的强调和对“完美”的淡然,成就了她的无惧失去奖牌也要在赛场上挑战自我、绽放青春的选择。

当下,不少家长对于精英教育的追求、对于最好教育资源的争夺,让短期回报或实用性成为衡量教育价值的标准。高中选科看能否拿A+,大学选课看如何得到高绩点……这种对风险极力回避,追求收益最大化的心态和行为,阻碍了孩子的成长,也阻碍了他们

对梦想的追求。追逐金牌还是追逐梦想?羽生结弦和谷爱凌的选择诠释了他们哪怕放弃奖牌,也要放手追逐梦想。放手与放弃不同,放手一搏的背后是勇敢,是无畏一无所有的强大内心,而放弃追求的背后是怯懦。有时候,敢于失去、敢于打破“完美”,恰恰是我们成为一个“完整”的人的标志。真正的“完人”,不是事事完美、处处得胜的人,而是知识技能与心智情感协同发展,不害怕失败,勇于实现梦想的人。

教育未必需要刻意强调“牺牲”小我,成就别人也是成就自己

体育赛场的迷人之处在于鼓励竞争、推崇实力,但很多时候打动人心

的远不止于获得佳绩。相信不少人还记得冬奥会上的这一幕:短道速滑男子1000米决赛,高手云集,意外迭起。武大靖一度领跑,李文龙硬生生把刀刀滑断,但赛程进行到一半遭遇召回。第二次发令枪后,武大靖体力不支却努力卡住位置,并碰了碰任子威的手示意他先走。那一瞬,观众集体破防:快上,只要你赢了,中国就赢了;加油,功成不必在我,功成必定有我!

如果说实现自我有很多方式,那么突破自我是其中最高级的方式之一。每个人的成长路上,都需要走过漫漫征途去认识自我,付出无数汗水泪水去实现自我。但在某一刻,你会发现,这一切都是为了担当集体使命乃至成就别人。教育未必需要刻意强调“牺牲”小我,因为成就大我就是成就小我,成就别人也是成就自己。好的德性是人的最高成就。

赛场的无情之处在于不断超越、胜者为王,但很多选手令人钦佩的远不止于战胜对手。肖恩·怀特35岁参加个人的第五届冬奥会,将北京云顶作为他单板U池的告别演出。世界第一位参加八届冬奥会的女选手、德国速度滑冰传奇克劳迪娅·佩希施泰因保持20年的冬奥会纪录被荷兰选手打破,但她却表示“这届比赛是我职业生涯的巅峰,今天比我所有的奖牌加起来都更重要”。

行动方可破除固化认知,热爱可抵岁月漫长。好的成长不是依靠金牌才能证明,好的人生也不是为了去向谁证明。就像康德所说,人如果竭尽自己最大努力仍然还是一无所获,所剩下的只是善良意志,它诚如沉睡的宝石一样,自身就散发着耀目的光芒,自身之内就具有价值。当人的格局突破了私利与虚名,当人的努力纯粹为了实现成长,他的实践本身就有价值,就自带光芒。

愿更多的父母能和孩子一起随冬奥成长,体会运动的魅力,抓住教育的契机,在新学期一起向未来!

(作者为上海市卢湾高级中学副校长)



# 当数字化赋能教育 需要重构的远不止技术

## ■陈向东

数字技术的发展正在加速人类社会的转型。在教育领域,以人工智能技术为核心,大数据、物联网、脑科学等技术正在与教育不断融合。

随着翻转课堂、创客、游戏化学习、虚拟助手等新型教育手段不断涌现,数

字孪生、量化自我、元宇宙等新的学习形态不断呈现。

未来的教育形态会是怎样呢?近几十年来学习理论的变迁以及技术的进步,不断影响公众对于教育的认知,这种认知可以使我们在数字化转型的时代审慎地评估未来的教育。

### 是认知和想象有限,还是技术有限,才导致信息技术对教育影响甚微?

从本质上讲,数字化转型首先是通过技术实现转型。文字使声音得以“留存”,人类交流突破了口耳相传;印刷机使得知识可以大规模传播,“工业化”、“标准化”的教学成为可能,这些都是历史上“转型”的技术基础。

对于教育而言,构建IT基础架构、创建软件应用早已不再新鲜。然而,相对于其它领域而言,正如乔布斯生前所提出的:“信息技术改变了几乎所有领域,为何唯独对教育的影响小得令人吃惊?”麻省理工学院经济学教授阿西莫格鲁给出了一种可能解释:新技术对于社会生活的影响,往往在那些容易“自动化”的领域中首先取得成功,它们可以由机器取代原来由人重复劳动的工作。

但是,人们对于未来的想象往往受制于社会文化环境以及技术水平,对教

育的展望尤其如此。神经科学、脑科学以及学习科学的发展不断改变我们对“人是如何学习”的认识,以移动互联网、虚拟现实、3D、全息投影等为代表的新技术也促进了学习在内容呈现、交互方式、学习体验等方面的不断创新。

近十年来,人工智能进入爆发式的发展阶段。云计算、大数据等技术为人工智能发展提供了丰富的数据资源,协助模型的优化和提升,以深度学习为代表的机器学习算法在机器视觉和语音识别等领域取得了极大的成功。人工智能的教育应用成为教育领域关注的热点,学习者建模、教育数据挖掘、可视化等技术的发展,使得人工智能尤其是其中自适应技术的发展为个性化教学提供了强有力的支持。

### 学习成为“达成共识”的过程,而非单向的知识传递

未来教育离不开数字化,但数字化之路显然无法“一蹴而就”。

首先,技术的应用不能忽视人的温情在教育中的重要性。在阿西莫夫的《他们有过快乐》中,主人公接受着机器人家教的教导,却在上课时发出了“孩子们一定很喜欢以前那种日子”的感慨。

因此,在使用技术来改造学习环境、增强学习体验、提升学习效率的同时,不能忽视温情教育、人文关怀对学习者的必要性。教师在运用新技术的同时,也要教会学生如何面对自己、如何面对社会,不能因为技术促进知识的获取而忘记了在授人知识的同时最重要的是育人心灵。

毫无疑问,个性化是数字化转型应用的重要方向。一方面,所谓因材施教,技术要有助于教师发现不同教学对象间的个体差异,在尊重差异的基础

上,提供适合不同个体的支持,利用个性化教学来促进每位学生的个体能力发展。另一方面,在技术支持的环境下,教师应当在帮助学生保持思维敏捷的基础上,让学生发现自身的潜力,引导学生开展高阶思维和创造性活动,帮助学习者更好地了解自我,促进学习者的个性发展。

此外,在教育领域的技术应用仍需要多学科的理论支撑。教育的数字化转型还有可能产生类似这样的思考:未来,知识与技能能否成为可购买的资料,并且直接灌输进大脑中。近年来,建构主义、连接主义理论的发展,使得这种认识发生了很大的变化,越来越多的人开始把学习作为一种达成共识的过程,而不仅仅是单向的知识传递。而对于学习的复杂性认识,突破了原来对于知识确定、线性、可控的观点,促使跨学科和学科融合得到发展。



图/视觉中国

### 面对数字化转型,未来教师需要必备哪些能力?

技术促进教育变革将是一个漫长的过程。一百多年前,当电影开始出现时,爱迪生预言学校必然发生巨变,电影将迅速取代教科书和教师。在这一百多年中,伴随着电视、计算机、网络的出现,同样的预言此起彼伏,但是现实的学校似乎还是那个样子,教师依然站在讲台上,教科书依然保留着古腾堡的印记。技术要推进教育的转型,不仅仅体现在新的教育装备和学习环境,更重要的是流程与制度的再造,这是任重道远的过程。

很多人问:当前,在教育数字化转型背景下,以人工智能为代表的数字技术,能否实实在在地对教育产生影响?我们目前可以看到的端倪是:学校基础设施建设正在产生一系列有助于未来教育的学习环境与应用场景,促进学习形态结构的转变。这种基础设施的变革将数字技术与传统校园环境、教室、图书馆、实验室、虚拟学习环境以及无边界的泛在学习环境的有机融合。

然而,数字化转型需要的不仅是教育的内容、方法和手段的转型,更为重要的是教育形态的变化、学科知识和教育知识整体重构,以及教育治理模式的

变革。教育数字化转型,需要将数字化嵌入到原有的教育教学流程中,创造出新的范式、流程、结构以及业务形态。此外,这种转型要求教育从业者需要具备一些新的能力,这种能力并不仅仅是信息素养的提升,更重要的是了解面向数字化的工作流程、懂得如何以恰当的方式借助数字化推动教育和管理,并且了解技术使用的伦理,这些都是未来教师和教育者所必备的能力。

当前,数字化转型已经在一些商业与工业领域取得应用,但是在教育领域滞后,产生技术落差的情况的确定在。

人工智能和大数据技术在专业领域应用潜力巨大,它可以在很大程度上解决传统教育存在的问题,为构建现代教育体系创造良好的工具与渠道。爱迪生的预言短期内也许仍然会落空,但是从历史的视角,书信替代了口述,纸张替代了甲骨和石刻,印刷术替代了手抄,抄本替代了卷轴,现代学校替代了私塾。数字化转型,需要教育领域的实践者与研究者一起努力,共同为教育创造一个充满希望的未来。

(作者为华东师范大学教育学部副主任,中国人工智能学会智能教育技术专业委员会主任)

# 新学期伊始,如何帮孩子快速“进入状态”

## ■冯志兰

随着去年秋天“双减”政策的出台并落实,学校教育已悄然变革。很多家长或许已经发现,孩子的作业量明显减少,各类兴趣特长课程明显增多,孩子们在校学习生活的逐渐延长……当校外培训机构被叫停,孩子们无需频繁奔波于各个补习班成为常态后,当孩子有更多的时间与家长相处后,随着“双减”后的第二个新学期来临,家长如何帮助孩子快速“进入状态”?

笔者的建议是,家长朋友们不妨与孩子一起,从共同回顾上学期的进步开始,制定好新学期的目标,开启新的学习生活。

### “双减”了一学期,有些家长为何心中还没底

过去半年,我收到了不少家长的短信、电话“咨询”。

“老师,您有相熟的补课老师吗?我家宝贝进入中学,数学学习不太理想,我好着急。”“娃进入中学,作业也没看见增多,这样下去,到了期末考试一定要掉链子啊!”“现在一年级回家都没有作业,那娃回家可以做什么?”……从家长的焦虑不难看出:面对“双减”,他们心中没底。与家长的聊天可以发现:对“双减”政策的了解,以及对家庭教育本质的不了解是他们焦虑的根本所在。

实施“双减”政策的目的是什么?从国家层面来说,通过“双减”,最终实现更高层次的素质教育,即实现道德素质高、文化素质强、身体素质好、心理素质过硬的教育。从家庭层面来说,是为了让孩子明白培养一个有健全人格、良好个性

品质的孩子,比学习成绩优秀,但人格不健全、心理有缺陷的人更重要。

家庭教育的实质是生活教育,其核心是让孩子成人,也就是教孩子学会做人、学会生活、学会学习。因此,作为家长,一定要厘清家庭、学校之间的关系和责任:孩子学科学习的事情,放心交给学校;孩子的品德行为习惯,家长要着重关注。《中华人民共和国家庭教育促进法》中第二章“家庭责任”中的第十四条也明确了这一点。

“双减”的大背景下,需要各位家长更新家庭教育理念——从过多关注孩子的学业成绩中抽离出来,让家庭教育回归本质,更多地关注孩子良好学习习惯、科学探索精神、创新意识和能力的培养,引导孩子养成良好生活行为习惯和行为,促进孩子身心健康发育。

### 育儿不应该再“单打独斗”,加强家校联系尤为重要

劳伦斯·彼得提出的“木桶原理”指出:一只木桶盛水的多少,并不取决于桶壁上最高的那块木块,而恰恰取决于桶壁上最短的那块。把它迁移到孩子的身上,我们也可以得到这么一个结论:一个孩子的发展取决于自身的均衡发展。

“双减”的第一个学期,相信家长们通过观察和与老师的沟通中找到了自己孩子相对薄弱的地方,比如:课堂听讲专注度,与同班小伙伴相处问题,在校午餐“光盘”情况,完成作业的速度问题等等。那么,在寒假后的新学期,作为家长,就应当把关注点放在上学期孩子相对薄弱的方面,也就是我们说的“短板”,并且思考如何在新学期补足这长明白培养一个有健全人格、良好个性

比如,“双减”之后学生课外自由时间多了,家长应该观察的是,经过一学期,孩子是否与同龄人的交往有所增加,交往能力有所提升?孩子的时间自主安排能力是否有所加强?用于补课的时间少了,孩子的学习效率是否提高了,专注力是否提升?

当学科学习回归课堂,家庭教育回归了本质之后,家长育儿也不应该再“单打独斗”,加强家校联系就显得尤为重要。只有家长了解了孩子在学校各方面的表现,在家中才能有的放矢地开展家庭教育,使其更具针对性。

担心孩子成绩会退步?那不妨积极参加家长会、家长学校、家长开放日等学校组织的家校联合活动,主动与各科老师沟通,共同为孩子的成长助力。除了要与老师加强沟通,家长也要多与自家孩子沟通。营造和谐的家庭氛围是亲子沟通的首要条件。家长要做有心人,多关注孩子细微的变化,特别是情绪、行为习惯的变化。每天和孩子交流不要太刻意,更多的应当像闲聊一般,只有这样才能真正走进孩子的内心,倾听到他们的心声。

新学期开始,家长们不妨重塑一下自己的形象,从和孩子平等、民主地沟通开始,走进孩子,倾听孩子,读懂孩子。

### 比成绩等级更重要的是习惯培养,要提升孩子的“参与感”

老师经常说的一句话是:孩子学业成绩优秀,一定与良好的习惯密不可分。所以家长完全没有必要纠结在孩子学业第A或B上,应该把更多的关注点放在对孩子习惯的培养上。不少家长会问:应该关注孩子哪些方面习惯的培养呢?

在我看来,这四方面的习惯值得重点关注:培养良好的阅读习惯,促进孩子思维的发展;培养良好的运动习惯,促进孩子注意力和专注力的提高;培养良好的劳动习惯,让孩子明确自身的责任感,提升孩子独立的能力;培养孩子参与家庭生活的习惯,增强公民意识以及对家庭的责任感。

其中,让孩子参与劳动和家庭生活往往是家长容易忽略的。“双减”后,孩子学业负担减轻了,家长更应关注孩子劳动习惯的培养,让孩子自己做自己的事开始:低年级自己理书包,中年级自己整理小天地,自己洗内衣裤,高年级学做家务(打扫、煮饭等)。

此外,参与家庭生活的习惯也是家长朋友容易忽视的,因为我们总是把孩子当孩子。其实,家庭作为最小的社会单位,应当赋予其社会性,让孩子在家庭这个小社会中学习做一个社会小公民,担当社会责任。比如,每周固定时间的家庭民主会议,家庭成员回顾一周各自的得失,平等交流,从而明确下一步努力的方向。家长如果能把这件事情坚持下去,孩子们的责任感一定会不断提升。

凡事预则立,不预则废。行事先有计划,就不会因忙乱而出错,计划定得好,事情就往往能成功一半。新学期,家长要学科学引导孩子制定计划,和孩子一起商量新学期的目标,避免目标定得过高或过低。有了商定一致的目标,能促使家庭内部在许多问题上达成一致。

一个新学期开始了,让我们帮助孩子重新出发,一起为他们的可持续发展储能蓄力。(作者为上海市特级教师、上海市莘庄镇小学教师)