



寒假期间,青岛各中小学校开展形式多样重点突出的家访活动,推动形成家校协同育人的强大合力

# 创新家访模式:推开家门,打开“心门”

□青岛日报/观海新闻记者 杨琪琪

## 有特色

### 跳出固定模式融入生活细节

提起家访,不少人脑海中浮现的画面往往是:老师板着脸“告状”,家长陪着笑脸“认错”,一场沟通沦为单向的批评与辩解。但在青岛,一场场有温度、有创意、有内涵的家访创新实践,正让教育的暖意浸润每一个家庭。

“我们常说,陪伴是最好的教育。即便工作再忙碌,父母也不能忽视孩子的成长与学习。妈妈身在国外,可以多和孩子视频通话,搭建起心的桥梁,做孩子‘看得见’的父母。”在学生小傅家中,青岛西海岸新区铁山学校副校长张玉军正与孩子父亲深入交流。小傅的母亲常年在国外务工,父亲在建筑工地打零工、早出晚归,孩子平日多由爷爷奶奶照料,长期缺少父母陪伴,逐渐出现上进心不足、贪玩厌学的情况。对此,老师们反复与家长沟通,耐心引导他们重视孩子的教育与成长。

这个寒假,只要一有空,张玉军就会同各年级教师一同走进学生家庭,把关爱送到学生的家门口。“我1996年参加工作就开始家访了,当时就发现家访在拉近学校和家庭间距离上有特别的优势。如今30年过去,我们依然坚持做好这件事,和家长一起直面教育难题,不放弃任何一名学生。”

西海岸新区铁山学校共有1150名学生,以本地农村家庭子女和外来务工人员子女为主,家庭教育基础相对薄弱。针对这一实际情况,学校创新推行家访“三必谈”工作法,即必谈成长计划、必谈监护状况、必谈共育建议,推动家访从“问题导向”向“成长导向”转变。为让家访工作更有实效、更有抓手,学校还精心设计了“五个一”实践载体,如开展一次劳动实践等,切实把家访成果转化于日常育人实效,用心守护每一位学生健康成长。

西海岸的做法,并不是唯一标准。如今,青岛的家访早已跳出固定模式,融入生活的每一个细节,让沟通更自然、更贴心。2月28日清晨,高新区祥茂河畔的晨光中,一支熟悉的晨跑队伍如期出现。吴振华正带领班级学生及家长沿着河畔奔跑。“跑跑步、聊聊天,没有办公室里的拘谨与正式,大家都能放松下来。孩子有什么心事,家长有什么困惑,都能随时交流。”吴振华介绍道。跑步过程中,她还会分享温暖感人的成长故事,让孩子们在聆听中启迪心灵、充盈内心。

除了晨跑交流,吴振华还打造了家长读书会这一家校沟通品牌。每个月最后一个周五的晚上,她都会组织家长围绕特定教育主题,一起读书、谈心、交流孩子近期的成长情况,在共读共谈中凝聚教育共识。截至目前,家长读书会已举办25次,共读了25本书,家长们的阅读打卡、读书综述累计近10万字,让家庭教育理念在交流中传播,让家校协同的力量在陪伴中凝聚。

“教育不止于课堂,更应融入生活的点点滴滴。因此,除了专门的人户家访,我更注重日常的自然沟通,让家访成为一种常态化的陪伴。”吴振华告诉记者。在与家长

最近,青岛高新区第一实验初级中学七年级学生小琦收到了一份特别的生日礼物——班主任吴振华亲手写下的长信,以及一本经典名著《复活》。信中没有刻板的说教,只有朋友般的真诚交流与暖心鼓励。这份温暖的馈赠,源于寒假伊始吴振华对全班学生开展的“一对一”家访。

家访中,吴振华从小琦父亲那里得知,孩子因意外受伤陷入成长的困惑与迷茫。她没有急于给出建议,而是用文字搭建起心灵沟通的桥梁。在信中,她分享自己的人生体悟,引导小琦在阅读中汲取力量、治愈自我。

小琦的故事,是青岛中小学寒假家访活动的一个缩影。这个寒假,一场旨在打通家校沟通壁垒、凝聚育人合力的“双向奔赴”,正在青岛的各个角落悄然上演。为深入推进全员育人导师制,扎实落实立德树人根本任务,青岛市教育局统筹部署,组织各局属中小学全面开展寒假家访活动,倡导教师们“带着问题出发、带着温度接触、带着解决方案回来”,通过线上线下相结合的方式,实现对学生家庭的全覆盖。



图一:青岛西海岸新区铁山学校精心设计的“五个一”实践载体。图为学生和家开展亲子阅读。

杨琪琪 摄

图二:青岛一中教师走进学生家中,为家长送上科学的家庭教育指导。

杨琪琪 摄

沟通的过程中,她还会结合自身经验,提供一些简单易操作的家庭教育工具,帮助家长快速掌握科学的育儿方法,让家校沟通更具实效性。

“以前觉得家访就是老师来家里说一通孩子的缺点,现在感觉完全不一样了。老师是真心来帮忙想办法、解决问题的,这样的家访我们特别欢迎。”一位学生家长的感慨,道出了青岛家访转型的成效,也彰显了家校之间日益深厚的信任与默契。

## 有重点

### 由“大水漫灌”走向“精准滴灌”

“我们要先找孩子的闪光点,再平和地

谈成长空间,让家访成为鼓励孩子、赋能家长的过程。”一位资深班主任的话,道出了青岛家访的核心转变:摒弃“大水漫灌”式的粗放走访,坚持“精准滴灌”式的靶向帮扶,让每一次家访都有重点、有方向、有实效。

各学校摒弃走马观花、形式主义的走访模式,以清单化管理明确家访靶向,提前梳理学生的学业情况、心理状态、家庭背景等信息,做到“一生一档案、一户一方案”。同时,青岛的家访打破了“班主任一人包办”的传统模式,推动校级领导、班主任、任课教师多方参与,变“单向反馈”为“多方交流”。

青岛一中的寒假家访,生动诠释了“精准”与“温暖”的深刻内涵。这个寒假,学校开展春节全员家访活动,全校校级领导带头走访,高一、高二、高三全体教师分片包

干、登门入户。从学生的学习习惯、兴趣爱好,到心理状态、家庭期盼;从寒假生活安排、学习计划制定,到未来发展方向、生涯规划指导——老师们不仅细致反馈学生在家的表现,更立足自身专业优势,为家长送上科学的家庭教育指导,帮助家庭优化陪伴方式、调整教育节奏、明晰成长路径。

针对高三学生面临的高考冲刺压力,学校高三年级全体教师利用假期休息时间,深入开展专项家访。家访前,各班主任与任课教师精心准备,结合学生学情特点、备考状态与个性需求,制定了个性化家访方案;走访过程中,老师们走进学生家中,与家长、学生促膝长谈,详细反馈学生在校学习表现、期末成绩与进步空间,客观分析学科短板与提升路径。同时耐心倾听家长心声,细致了解学生居家学习、生活作息与心理状态,针对家长关心的备考焦虑、亲子沟通、志愿规划等问题逐一解答,引导家长科学陪伴、理性助力,为孩子营造轻松稳定的备考环境。

“老师来家里,不是来施压的,而是来减压的。以前我们看着孩子备考焦虑,自己也跟着慌。和孩子一起听老师分析情况、给出建议,心里一下子就踏实多了。”一位高三学生家长这样说。

青岛六十九中的家访,则选择从倾听与抚慰切入。春节前夕,该校育人团队在校长带领下,组成了由学校干部、教师、矫治人员、社工志愿者组成的家访队伍,带着爱与责任,深入每个学生家庭,实现了在校学生覆盖率100%。

针对学生正值青春期、情绪易波动的特点,此次家访将“上门问诊”与“假期护航”深度融合。走访中,老师们与家长围坐深谈,立足专业的家庭教育指导,结合学生在家的行为表现与情绪状态,剖析青春期中学生的心理矛盾与成长困惑。同时,引导家长理性看待“叛逆”与“抵抗”,从家庭环境、沟通方式、思想引领等源头入手,帮助家庭构建和谐的亲子关系,让孩子在迷途路上身有最安心的避风港。面对学生可能出现的焦虑、易怒或自我封闭等情绪苗头,具备心理辅导资质的导师团队现场对孩子进行“一对一”情绪抚慰与疏导,鼓励孩子敞开心扉,学会正确表达情感和释放压力。

此外,青岛的职业院校也结合自身办学特色,将家访与技能赋能相结合,打破传统家访局限,让家访更具专业内涵。考虑到中职学生成长需求多元,涵盖学业、技能、心理、就业等多个维度,单一班主任家访难以实现全方位覆盖,山东轻工工程学校创新组建由班主任牵头,联合任课教师、技能导师、心理教师等共同参与的“1+N”家访教师队伍,实现“专业人做专业事”,有效提升了家访的专业性与实效性,让每一位学生都能得到具有针对性的关注与帮扶。

“家访的路虽长,但拉近了心与心的距离;家访的事虽小,却承载着立德树人的大责任。”青岛市教育局相关负责人表示,未来,青岛将持续深化家访工作,不断创新形式、丰富内涵,让家访成为家校互通的连心桥、助力学生成长的暖心工程,推动形成家校协同育人的强大合力,为每一位学生健康快乐成长保驾护航。



教育·快读

## 中石大学子获评“中国大学生自强之星”

日前,2025年度“中国大学生自强之星”奖学金推报活动结果揭晓,中国石油大学(华东)机电工程学院车辆工程专业2023级本科生罗蓉蓉荣获“中国大学生自强之星”。

罗蓉蓉是一名中共党员,是机电工程学院车辆工程专业2023级本科生。她来自内蒙古一个农民家庭,肩负着远超同龄人的重担:母亲罹患肺癌需长期治疗,姐姐因先天性脑瘫生活无法自理,全家生计仅靠父亲勉强维系。初入大学,陌生的环境和薄弱的学业基础让她一度迷茫,但在师长与同学的鼓励下,她刻苦钻研,奋起直追,走出了自强之路。她联合同学组建“北疆微光支教队”,回到家乡开展支教;作为国旗护卫队2023级唯一女指挥员组建“国护宣讲团”,走进中小学传播爱国精神。

2025年度“中国大学生自强之星”活动由中国青年报社、中国青少年发展基金会、新东方教育科技集团联合举办,聚焦立德树人根本任务,围绕爱国奉献、道德弘扬、科技创新、自主创业、志愿公益、身残志坚、自立自强等方面事迹突出的新时代大学生先进典型,树立一批有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的青年榜样,本次评选活动产生1000名“中国大学生自强之星”个人、100个“中国大学生自强之星”科创团体。

王世锋

## 青科大创新研发工程化菌株 可用于癌症免疫治疗

近日,青岛科技大学生物工程学院顾玉超教授团队与中国科学院微生物研究所王为善研究员团队合作,在线发表了一项关于癌症免疫治疗的最新研究成果。该研究题为“工程化大肠杆菌Nissle 1917清除乳酸增强抗肿瘤免疫”。

该研究首次揭示了乳酸代谢是益生菌大肠杆菌Nissle 1917(EcN)发挥抗肿瘤活性的关键机制,成功构建了一种具有超强乳酸代谢能力的工程化菌株BELAC。该菌株能高效清除肿瘤微环境中的乳酸,逆转免疫抑制状态,显著激活机体抗肿瘤免疫反应,为开发新一代安全、高效的细菌免疫疗法提供了全新的策略和理论依据。

EcN是一种具有悠久临床应用历史的益生菌,安全性高且具备天然的肿瘤归巢能力。然而,其内在的抗肿瘤机制一直未完全阐明。研究团队首先通过基因编辑技术,构建了乳酸利用缺陷型EcN菌株。实验结果显示,一旦丧失了利用乳酸的能力,EcN在肿瘤内的定植能力严重受损,抗肿瘤效果也完全消失。这一关键实验确凿地证明:乳酸代谢不仅是EcN在肿瘤内生存的“食物来源”,更是其发挥抗肿瘤功能的核心机制。

基于这一发现,研究团队进一步采用基因组整合策略,将强化后的乳酸代谢基因盒稳定整合到EcN染色体中,成功构建了一株无质粒、基因组稳定、具有超强乳酸代谢能力的工程菌株,命名为BELAC。在多种小鼠同源肿瘤模型中,BELAC展现出优异的抗肿瘤效果和安全性。

杨琪琪

## 科技小院多维赋能 乡村与产业发展

寒假期间,青岛农业大学各科技小院师生深入乡村、企业一线,开展科技服务。各科技小院立足自身专业优势,积极搭建校地、校企合作桥梁,以科技力量赋能乡村振兴与产业升级,让科研创新与人才培养真正扎根实践沃土。

崂山茶科技小院师生赴青岛易亚网络管理服务公司,开展农民电商运营跟踪服务,帮助农户搭建网店搭建、订单处理、流量获取等数字化技能,拓宽农产品线上销售渠道;莱西农旅科技小院筹拍乡村振兴剧《西红柿枝头挂》,8名研究生在平度、莱西多地取景拍摄,用影视创作讲好乡村故事,助力红色文化与乡村发展融合传播;农业循环经济材料科技小院师生奔赴明月海藻集团等企业,调研海洋可再生生物及农业废弃物高值化利用,通过培训会宣讲高值化利用成功案例,为企业绿色可持续发展提供新思路;中草药科技小院导师带领研究生赴青岛盈顺农场,研究牡丹、芍药、黄芩等道地中药材林下种植,提出“林下空间分层利用+仿野生栽培”技术方案,指导农户采用枯草芽孢杆菌复合菌剂与苦参碱植物源药剂开展预防性防控,并规划推广丹参—黄芩轮作、西洋参高拱棚栽培等绿色技术模式。

王世锋

## 春季学期“家长开学第一课”上线

“究竟什么才是育人的根本?对于家长,如何做才能促进孩子身心健康成长、全面持续发展,让他们在适应时代需求的同时成为享受幸福生活的人?……”新学期伊始,备受岛城家长关注、由青岛市教育局精心筹备录制的2026年春季学期“家长开学第一课”如期上线。

本次“家长开学第一课”以“家校共筑成长路 携手护航新学期”为核心主题,以学生德智体美劳全面发展为目标导向,以推动“五育并举”理念在家庭中落地为特色,创新采用“分学段精准赋能+全学段综合引领”的思路,通过案例解析、沙龙互动等多元形式,为全学段学生家庭量身打造5节课程,涵盖了幼儿科学启蒙、劳动教育日常渗透、青春心理韧性培育、高考备考陪伴、学生全面发展,通过鲜活案例与实用方法,为家长提供了科学育儿指引。

为保障“家长开学第一课”的高质量播出,青岛市教育局在选题上“起好步”,组建了由教研骨干、一线教师组成的专项团队,面向各学段学生家长深入开展需求调研,敲定授课主题,确保“学段有侧重、需求有回应、问题有对策”。同时,在授课教师的选择上注重专业理论与实践并重,从市教院、高校、中小学特邀9位教研员、学者、校长、一线家庭教育指导教师作为主讲,并经过多轮研讨、反复打磨,力求将专业的教育理念转化为通俗易懂、可学可用的育儿方法,确保课程讲科学、接地气、有温度、见实效。

杨琪琪

## 寒假作业“赶工期”,何时不再上演?

□王世锋

“寒假余额告急,加班加点赶作业”“寒假作业‘烂尾项目’迎来最后的‘攻坚阶段’,一晚见证‘兵贵神速’”“一年一度大型补课作业现场,一支笔创造一个个奇迹”……春季学期开学前夕,这样的场景成为网络平台上一道独特的“风景线”。

社交媒体上,“赶作业”相关话题浏览量还在上涨,评论区瞬间变身大型“哭诉”现场:有孩子“熬夜收尾”,写着写着睡着了;有家长“血压飙升”;更有全家总动员、AI齐上阵的“赶工”场面。网友们戏称这是“烂尾楼赶工期”,是“史诗级赶作业大赛”。

笑声与吐槽背后,有一个问题值得我们思考:寒假作业本应是为延续学习状态、巩固知识体系、培养学生规划能力而设计的“假期伙伴”,为何年年一年地演变为开学前的“疯狂赶工”?这样的赶工效果又有几何?

我们不妨先回到原点,想一想布置寒假作业的初衷是什么?在最初的设想中,寒假作业主要承担着3个方面的任务:一是“温故而知新”,让学生通过适度的练习,巩固以往所学知识,避免长时间“抛荒”,造成知识遗忘;二是“保持良好状态”,让学生在放松之余不至于完全脱离学习轨道,让学

习力持续在线,以更好衔接新学期课程;三是“培养习惯”,把相对自由的假期时间交给学生,锻炼学生的自我管理能力和时间规划能力等。

原本,这应该是一幅美好的图景:孩子们在假期里既能享受春节的团圆之乐,又能按照自己制定的计划有条不紊地完成作业,达到“玩学兼顾”的理想状态。

但是,理想很丰满,现实很骨感。很多孩子并没有朝着预想的方向发展,寒假作业应有的作用也没有发挥出来。

“赶工大片”的出现跟孩子的自我管理能力的缺失有关,但也不是“贪玩拖延”这一个标签所能概括的,这背后有作业设计欠合理的原因,也反映了家长的角色困惑。

在很多学校,作业设计仍停留在厚厚的《寒假生活》习题册、几十页的试卷汇编……这些机械重复的任务难免枯燥乏味,很难真正激发学生探索、学习的兴趣。近年来兴起的“花样作业”,如制作主题手抄报、完成跨学科研究项目等实践类作业的初衷无疑是好的,旨在培养学生综合素养,但有些脱离学生实际能力,演变为“家长作业”。这些作业设计都背离了巩固知识、培养能力的初衷,变成了一种负担。

在这场“赶工”大戏中,家长的角色也

略显尴尬。社交媒体上,有家长将孩子比作“包工头”,自己则是天天催促却毫无成效的“开发商”。“寒假工程”验收在即,“开发商”先坐不住,亲自下场“代劳”。这时的家长内心也很复杂,既担心孩子被老师批评,又害怕孩子学得扎实;既想放手让孩子学会自我管理,又实在看下去孩子磨磨蹭蹭的状态。殊不知,这种“救火队员”式的参与恰恰剥夺了孩子自我管理的机会,让他们更加依赖家长的监督和补救。

最核心的问题还是孩子时间管理能力的缺失。而这种缺失,恰恰是长期“过度管理”的结果。在学校,有课程表和教师约束;在家里,有家长的全程监督。孩子们习惯了被安排、被规划,一旦获得假期这种相对自由的时间,便容易陷入无所适从的状态。这固然有孩子自律能力不足的因素,但也需要反思,在日复一日的“他律”环境中,是否给过孩子“自律”的锻炼机会?

如何破解这场年度“赶工”?答案不是简单的一句“让孩子自觉点”,而需要各方协同发力。

学校应当从源头上优化作业设计,秉持“删繁就简”的原则,摒弃“题海战术”,追求少而精。书面作业要精选典型题目,举



## 寒假作业“赶工期”,何时不再上演?

□王世锋

“寒假余额告急,加班加点赶作业”“寒假作业‘烂尾项目’迎来最后的‘攻坚阶段’,一晚见证‘兵贵神速’”“一年一度大型补课作业现场,一支笔创造一个个奇迹”……春季学期开学前夕,这样的场景成为网络平台上一道独特的“风景线”。

社交媒体上,“赶作业”相关话题浏览量还在上涨,评论区瞬间变身大型“哭诉”现场:有孩子“熬夜收尾”,写着写着睡着了;有家长“血压飙升”;更有全家总动员、AI齐上阵的“赶工”场面。网友们戏称这是“烂尾楼赶工期”,是“史诗级赶作业大赛”。

笑声与吐槽背后,有一个问题值得我们思考:寒假作业本应是为延续学习状态、巩固知识体系、培养学生规划能力而设计的“假期伙伴”,为何年年一年地演变为开学前的“疯狂赶工”?这样的赶工效果又有几何?

我们不妨先回到原点,想一想布置寒假作业的初衷是什么?在最初的设想中,寒假作业主要承担着3个方面的任务:一是“温故而知新”,让学生通过适度的练习,巩固以往所学知识,避免长时间“抛荒”,造成知识遗忘;二是“保持良好状态”,让学生在放松之余不至于完全脱离学习轨道,让学

习力持续在线,以更好衔接新学期课程;三是“培养习惯”,把相对自由的假期时间交给学生,锻炼学生的自我管理能力和时间规划能力等。

原本,这应该是一幅美好的图景:孩子们在假期里既能享受春节的团圆之乐,又能按照自己制定的计划有条不紊地完成作业,达到“玩学兼顾”的理想状态。

但是,理想很丰满,现实很骨感。很多孩子并没有朝着预想的方向发展,寒假作业应有的作用也没有发挥出来。

“赶工大片”的出现跟孩子的自我管理能力的缺失有关,但也不是“贪玩拖延”这一个标签所能概括的,这背后有作业设计欠合理的原因,也反映了家长的角色困惑。

在很多学校,作业设计仍停留在厚厚的《寒假生活》习题册、几十页的试卷汇编……这些机械重复的任务难免枯燥乏味,很难真正激发学生探索、学习的兴趣。近年来兴起的“花样作业”,如制作主题手抄报、完成跨学科研究项目等实践类作业的初衷无疑是好的,旨在培养学生综合素养,但有些脱离学生实际能力,演变为“家长作业”。这些作业设计都背离了巩固知识、培养能力的初衷,变成了一种负担。

在这场“赶工”大戏中,家长的角色也

略显尴尬。社交媒体上,有家长将孩子比作“包工头”,自己则是天天催促却毫无成效的“开发商”。“寒假工程”验收在即,“开发商”先坐不住,亲自下场“代劳”。这时的家长内心也很复杂,既担心孩子被老师批评,又害怕孩子学得扎实;既想放手让孩子学会自我管理,又实在看下去孩子磨磨蹭蹭的状态。殊不知,这种“救火队员”式的参与恰恰剥夺了孩子自我管理的机会,让他们更加依赖家长的监督和补救。

最核心的问题还是孩子时间管理能力的缺失。而这种缺失,恰恰是长期“过度管理”的结果。在学校,有课程表和教师约束;在家里,有家长的全程监督。孩子们习惯了被安排、被规划,一旦获得假期这种相对自由的时间,便容易陷入无所适从的状态。这固然有孩子自律能力不足的因素,但也需要反思,在日复一日的“他律”环境中,是否给过孩子“自律”的锻炼机会?

如何破解这场年度“赶工”?答案不是简单的一句“让孩子自觉点”,而需要各方协同发力。

学校应当从源头上优化作业设计,秉持“删繁就简”的原则,摒弃“题海战术”,追求少而精。书面作业要精选典型题目,举