



真善美文化主题月 活动指引

主编◎廖翠华





真善美文化主题月 活动指引

编委会名单

主 编：廖翠华

副 主 编：刘海长 钱冰山 张丽娜

本册主编：亓培育

编写人员：亓培育 刘义清 李 智 王焱坤 柏庆昆 柯 昂

曲云清 丁文静 张强强 赵 辉 陈神男 谢先念

陈 洁 晏丹清 张 超 唐 晶 李红梅 金 鑫

梁冬初 陈晓红 王 轩 刘 芳

SPM 南方出版传媒

全国优秀出版社 广东教育出版社
全国百佳图书出版单位

· 广 州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

真善美文化主题月活动指引 / 廖翠华主编. — 广州: 广东教育出版社, 2016. 11

深圳市坪山中学校本课程

ISBN 978-7-5548-1367-6

I. ①真… II. ①廖… III. ①真善美—中学—教材
IV. ①G631

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第229704号

责任编辑: 杨 洁 苏 洁 杜 瑾 鲁锡华

责任技编: 杨启承

装帧设计: 何 维

广东教育出版社出版发行

(广州市环市东路472号12-15楼)

邮政编码: 510075

网址: <http://www.gjs.cn>

广东新华发行集团股份有限公司经销

佛山市浩文彩色印刷有限公司印刷

(佛山市南海区狮山科技工业园A区)

787毫米×1092毫米 16开本 10.5印张 210千字

2016年11月第1版 2016年11月第1次印刷

ISBN 978-7-5548-1367-6

定价: 30.00元

质量监督电话: 020-87613102 邮箱: gjs-quality@gdpg.com.cn

购书咨询电话: 020-87772438

致同学们

亲爱的同学们，进入高中的你们褪去了一丝青涩，增加了几分成熟。在接下来的高中三年学习生涯中，你们将在坪山高级中学快乐学习，快乐成长；你们会遇到终生难忘的老师、同学，你们将打开人生崭新的一页。

在坪山高级中学求学期间，你们除了课堂文化课学习之外，还将学习坪山高级中学特色“素养课程”——真善美文化主题月活动。

坪山高级中学特色“素养课程”——真善美文化主题月活动是根据国家提出的中国学生核心素养，深圳市提出的“八大素养”，即品德素养、身心素养、学习素养、创新素养、国际素养、审美素养、信息素养以及生活素养八个方面而设计的一系列活动。

真善美文化主题月活动以“求真、向善、尚美”为核心理念，以“做现代、文明、健康的中国公民”为目标，围绕学校的办学思想内容的各个元素，依据民族传统节庆、校历进度规律，对学校12个月的文化活动、德育活动、教学活动、服务和管理活动等，进行有系统、有计划、有主题、有特色的安排和开展，依次是：一月尚美月、二月家庭幸福月、三月岗位竞技月（Ⅰ）、四月文明素养月、五月求真月、六月质量评估月、七月学习反思月、八月社会公民月、九月向善月、十月岗位竞技月（Ⅱ）、十一月博雅读书月、十二月安全健康月。每个月的活动有启动仪式、有活动流程、有总结评比、有宣传展览，是学校办学思想有效的内化和践行，是学校文化和办学特色的体现。

打开本书的正确方式

《真善美文化主题月活动指引》根据每个主题月的教育主题，设计了活动价值、活动目标、活动内容、活动要求、活动流程、活动指引和活动范例七个模块，旨在帮助同学们了解活动价值，明确活动目标、要求、流程，按照活动指引自主、有效开展活动。

本书分为十二个单元，每个主题月自成一个单元。翻开每个单元，首先映入你们眼帘的是主题词和活动价值，主题词言简意赅标明活动的主题，活动价值深入阐明参加活动的意义；其次是贴近生活的导语，它阐明了主题月的来源。章节正文部分是对主题月的详细介绍。活动目标规定了通过活动大家的各种素养有哪些提升，活动内容清晰告诉大家主题月有几个活动，活动要求告诉大家在活动中具体要做什么，活动流程告诉大家活动的顺序。为了让大家对活动有一个更清晰的感知，每个活动都设有活动要领和温馨提示，引领大家怎样开展活动，同时，本书还给大家提供了学长的优秀范例，让大家更直观地了解活动如何开展。

认真参与完成每月的活动后，同学们可以自己给自己打分，班级内部进行互评，老师也会参与进来评分。总分按照自评（40%）、班级评分（30%）、老师评分（30%）的比重计算，三年的活动计划完成后，符合要求的学生将获得由坪山高级中学颁发的“你就是奇迹毕业证书”，准予毕业。

目 录

- 一月 尚美月 / 1
- 二月 家庭幸福月 / 13
- 三月 岗位竞技月（Ⅰ） / 25
- 四月 文明素养月 / 39
- 五月 求真月 / 51
- 六月 质量评估月 / 63
- 七月 学习反思月 / 74
- 八月 社会公民月 / 87
- 九月 向善月 / 99
- 十月 岗位竞技月（Ⅱ） / 111
- 十一月 博雅读书月 / 126
- 十二月 安全健康月 / 138
- 坪山高级中学“真善美”
三字经 / 151



坪山高级中学弟子规 / 153

我的成长记录 / 155

深圳市坪山高级中学主题月评价总表 / 157

坪山高级中学毕业证书 / 158

附录

附录一 坪山高级中学学生综合素质自评表 / 159

附录二 高中生常见心理问题测试题 / 161

一月 尚美月

主题词 赏美 悟美 追美 创美

活动价值 通过尚美主题月各项活动唤醒我们内心的“美德”，“美性”，以及对“美”的崇尚与追求，让我们以美的眼光看待世界，以美的眼光审视人生，实现全面和谐发展，成为德美、体美、心美、言美、行美的尚美青少年。

“文化”一词古已有之，南朝王融在《曲水诗序》中说“设神理以景俗，敷文化以柔远”。“文”是错综交杂的痕迹，是一种界线；“化”是改变。各种事物有章有法地聚在一起，非常“美好和谐”的一种现象就是“文”，用这种“美好和谐”的理念行之于一切，就是“以文化之”，也是“文化”的要求，可见美好和谐是文化的最高要求。中华民族自古以来就是崇尚“美”的民族，“美”根植于每一个中华儿女的骨髓之中，铭刻于每一个中国魂的图腾。

美并不遥远，美就在我们平凡的学习、工作和生活之中。生活中并不缺少美，而是缺少发现美的眼睛。眼睛是人类最高贵的审美感官，它通常最喜欢美的形式。事实上，形式美确实能够在较大程度上满足眼睛这个最重要的审美感官。眼睛是心灵的窗户，眼睛喜欢看什么，不单纯是眼睛的事情，而更重要的是心灵的责任。人的心灵喜欢什么，人的眼睛就会去自觉地看什么，即心灵的爱好直接决定着眼睛对事物的好恶。





活动目标

1. 通过“赏美”，在坪高这个小天地里，我们用双眼去发现校园环境美、文化美、行为美。
2. 通过“悟美”，学会欣赏美，培养对美好事物的欣赏能力，提高我们的审美品位，从而让生活充满美的气息。
3. 通过“追美”，学会从身边的人和事中，感悟真善美的力量，并向这些人和事学习，追求更高的目标，促进师生精神美的发展和完善。
4. 通过“创美”，锻炼我们的动手、动脑能力，尝试创造生活中的美好，用自己学习和感悟所得展现自己所理解的美。不再抱怨生活中的不顺，提高我们的抗压能力和适应能力，让我们的生活充满正能量，成为健康向上的坪高人。



活动内容

1. “最美坪高景”摄影比赛——用图片展示坪高年度最美瞬间，在共赏美景的过程中欣赏美，感悟美。
2. “感动坪高情”校园故事大赛——用文字去记录坪高的美人美事，在分享故事的过程中感悟美和追求美。
3. “阳光学子”评选活动——评选“阳光学子”，激励先进，发挥榜样作用。
4. “阳光校园·运动真美”体育艺术节——设计标语、徽标、吉祥物等艺术作品，锻炼我们创造美的能力。

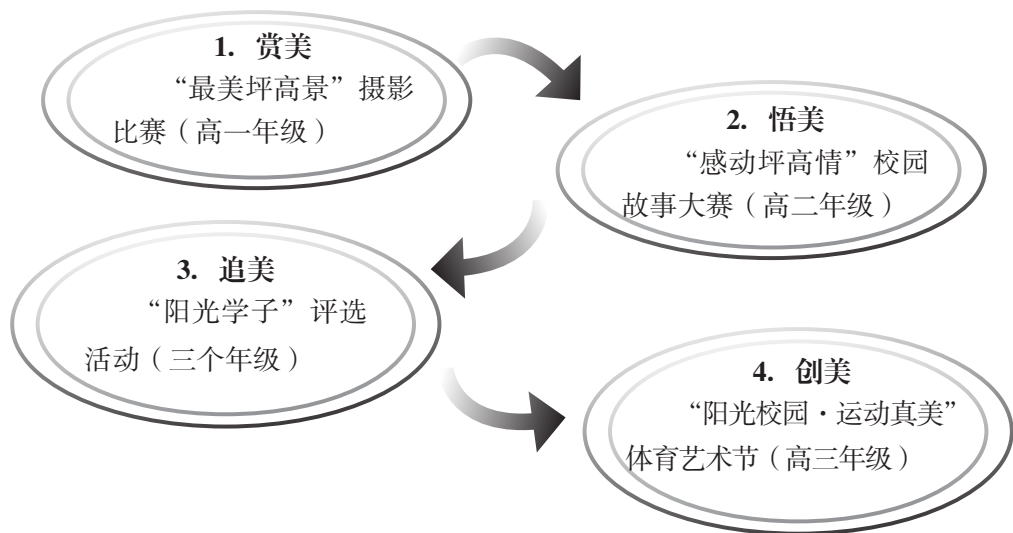


活动要求

1. 评选出的“最美坪高景”应能展现坪高优美的校园环境，同时体现拍摄者独特的审美趣味。
2. 评选出的美文，应能传播真善美的力量，促进师生精神美的发展和完善。
3. 设计标语、徽标、吉祥物等艺术作品，应能充分体现我们创造美的能力和正能量的坪高精神。
4. 选拔出的“天使”“学星”“达人”“公民”应具有文化美、行为美，能体现积极向上、乐观进取的中学生精神风貌。



活动流程



活动指引



活动主题一：“最美坪高景”摄影比赛（高一年级）

坪高在我们眼中的美是丰富多样的，曾子园景观设计美，足球场绿意盎然美，篮球场活力迸发美……许多灿烂的瞬间因为同学们的记录而隽永。一学年结束，学校将组织评选出十个“最美坪高景”，在年度散学典礼上与全校师生分享同学们眼中的美。通过“最美坪高景”摄影书画比赛，以“一年四记”评选方式切实寻找、发现年度的“人、事、景、情”，促进我们总结反思、自我教育，弘扬坪高文化。



活动要领

（一）宣传发动阶段

在德育处的牵头下，由团委制定详细计划，发动各班班级，由班长在班会课进行活动动员。



（二）活动实施阶段

1. 每个部门、每个学科部上交本部门（本学科部）本年度教师拍摄的校园美景照片1~2张，高一每个级组上交学生拍摄照片3~5张，德育处告知学生家长评选“最美坪高景”事宜，号召摄影爱好者参与本活动，以每个级组5~8位家长参与为名额标准。办公室邀请市内媒体摄影记者参与本活动，例如《深圳特区报》、《深圳商报》、《晶报》、《深圳晚报》、《深圳侨报》、新区新闻、新闻网。

2. 由美术学科部、办公室宣传组组成初评组，从入选作品中评选出20幅作品作为候选作品。

3. 对于获评后的作品，语文学科部负责以散文笔法进行描绘和说明，字数在150~200之间。

（三）活动总结与反馈阶段

全体教师以网络投票、学生家长以微信投票的形式评选出十张“最美坪高景”。

温馨提示

1. 照片内容为坪高校园景观；可以以人物与活动为点缀，但照片整体表现的是自然景观。
2. 照片拍摄的角度和内容要有新意。
3. 照片要有命名，命名要鲜明，富有诗意；并备注拍摄者姓名。
4. 拍摄时间为本年度内，反映本年度内学校的景观，以新景观为主。

范例

最美坪高景



儒雅坪高

摄影：李敏



舞动的坪高

拍摄：李敏



温馨的感恩园 拍摄：方斌



延展青春的向善楼 拍摄：陈雍喆



活动主题二：“感动坪高情”校园故事大赛（高二年级）

语言是人与人之间沟通的桥梁，文字却是人对人情感的表达，内心的一种诉说，情感的一种表述。在相机的镜头里，我们捕捉了坪高瞬间的美景，除此之外，我们还可以用文字去记录坪高的美人美事。为了让同学们从内心去了解、感受“尚美”的内涵，通过身边的美人美事让“尚美”精神扎根于我们的行为习惯中，学校团委决定开展“感动坪高情”校园故事征集大赛活动，让同学们发挥文字的魅力，挥动手中的妙笔书写坪高的感人故事，并在故事的书写和分享中感悟美，追求美，实现以美启智，以美怡情的目标。



活动要领

1. 采取班级推荐和个人自荐的参赛方式，高中部各年级每个班级推荐一篇，个人得到学校同学10人以上联名同意的可以以个人自荐的方式参与活动。
2. 团委秘书处负责活动推进和落实，并邀请语文学科部的教师参与评选，初选出20篇入围作品。全体教师以网络投票、学生和家长以微信投票的形式评选出10篇“感动坪高情”校园故事征集大赛的优秀作品，10名获奖的学生可获荣誉证书和奖品各一份，优秀作品也将会在全校进行公开展示。
3. 以发生在年度坪高校园内真人真事为写作素材用以叙事、抒情的散文随笔，字数在500~800字，可配上体现内容的图片，摄影照片或网络配图均可。

温馨提示

1. 参赛作品的内容需表现近一年内发生在班级中的师生、生生之间的感人事迹。
2. 班级作品需经过本班语文教师指导修改。
3. 作品上交时除注明班级、姓名外，另需要注明班主任和语文教师姓名。
4. 文章的配图应标明图注和出处，如：夜里的坪高（黄某某摄）。
5. 注意本次活动的具体策划、工作分工、资料记录、后期展示和总结。

范例

最美还是坪高情

蓝天文学社 杨志涛

蓝天下，阳光轻轻流过，校园中艳色的花瓣伴着临冬的早风飘落，就像落下一地紫色的雪。阳光很和煦，为艳色的花瓣洒下了一件金纱，妖艳的紫红色变得温柔而乖巧。我沉醉在这样的美景中。欢笑声如山中灵雀，让人愉悦，我更是沉醉在这样一个温暖，有你们的校园。

你清晨的低唤，像是一阵春风吹进心田，告诉我，不要迟到。那阵春风，温暖着我每一个寒冷的早晨，在这个美丽的校园，那阵风，又温暖了多少个早晨？多少个晨曦？

你手中的热水为我驱散了所有寒冷，你埋怨的眼神中，我看见了那像是倒挂的彩虹一样的眉毛，竟有那样别味的美丽，因此，我第一次认为，那因不悦而皱的眉，竟也可以这样好看，就像倒挂的彩虹会让人惊奇感动一样。

那些细碎的感动，如美丽洞岩中的水滴，一日一日，我相信，一年又一年的时光见证下，它会变成一柱美丽精致而独特的钟乳石，在流水中脱颖而出。

我们彼此感动，是不是因为我们接受着同一轮太阳的温暖，像那美丽宁和的校园给予的温暖一样？是不是因为我们仰望着同一轮明月，像那美丽憧憬的未来散发的吸引力一样？是不是因为我们站在同样闪亮的星星照耀到的地方，像那美丽的思念的关心你的人所在的地方一样？

是的，我们相遇，相见，相视而笑，在这满天的感动中一朵淡紫的邂逅，为未来奠定、为感动、为坪高。

就自己参与的活动项目进行小结、评议。

利用校园网、微信平台展示活动的资料（摄影相片、板报、文章等），同学、家长、老师网络上进行点赞、评述。



活动主题三：“阳光学子”评选活动（三个年级）

为了践行学校“四航”德育教育，激励先进，发挥榜样的作用，全校每年一月开展“阳光学子”评选活动。我们要积极参与活动，争当优秀“阳光学子”。



活动要领

1. 发动宣传阶段。

德育处召开一次班主任会议、一次广播宣讲及各班级召开一次主题为“全面发展、争做阳光学子”主题班会。宣传“阳光学子”系列评选活动意义，通过全员参与“阳光学子”评选活动促进学生全面发展。

2. 活动实施阶段。

- （1）班级评选（全校所有班级参与）；
- （2）年级评选（分年级进行）；
- （3）学校评选阶段。



3. 活动总结与反馈阶段。

(1) 单项奖：

a. 生命护航幸福德育——天使奖（如：爱心天使、活力天使30名）：由团委组织开展“寻找天使”行动，学生推荐，网上投票，竞选展示，其中爱心天使、善心天使、孝心天使各10名。

b. 理想领航信心德育——达人奖（如：自信达人、才艺达人30名）：通过个人申报、社团推荐，社团联合会组织现场竞技选拔活动。

c. 学习启航成功德育——学星奖（如：乐学之星、善学之星、活学之星30名）：由教学处、体科艺处组织评选。乐学之星为文化主题月活动表现突出者；善学之星为学校大型考试成绩优异者；活学之星为参加校外竞赛获奖者，具体分配名额如下：

乐学之星（10名）：社团联合会评选，优秀社团社长（个人奖）。

善学之星（10名）：教学处组织评选，期中考试成绩最优秀者。

活学之星（10名）：体科艺组织评选，参加校外竞赛获奖者。

d. 人生导航公民德育——公民奖（如：文明公民、诚信公民、公益公民30名）：由班级一年级推荐，德育处和团委联合组织学生网上投票，电视演讲等竞选展示，具体名额分配如下：

文明公民（10名）：高一年级3名、高二年级3名、高三年级4名。

诚信公民（10名）：高一年级3名、高二年级3名、高三年级4名。

公益公民（10名）：校爱心基金会2名、志愿者协会2名、高一年级2名、高二年级2名、高三年级2名。

(2) 综合奖：年度“阳光学子”（10名）：单项奖中成绩最高、综合素质最为优秀、获得成绩最突出者，获得年度“阳光学子”称号。

范例





活动主题四：“阳光校园·运动真美”体育艺术节（高三年级）

“阳光校园·运动真美”是本届体育艺术节的主题。为了激发同学们热爱生活、勇于创新的热情，鼓励同学们积极参与校园活动，精心设计与创作出一批内容健康、特色鲜明、深受师生喜爱的学校VI系统（视觉识别系统），经第八届校园体育文化艺术节组委会批准，现面向全校学生公开征集坪山高级中学第八届校园体育艺术节标语、徽标、吉祥物、节旗、原创歌词、谱曲。



活动要领

1. 各类作品都应充分结合我们学校阳光教育理念，展示我们阳光学风，塑造阳光校园文化艺术氛围，体现高中生的身心特点，具有鲜明时代特征。

2. 本活动征集的标语要求简洁凝练、响亮有力、易于上口，充分体现当代高中生积极向上的体育艺术精神，字数应不超过20字（含20字）；应征标语作品需标明年级、班级和姓名。

3. 本活动征集的徽标要求要有鲜明的象征意义和体育艺术元素，突出第八届校园体育艺术节的主题——快乐健康·和美幸福，便于推广和记忆。图案清晰流畅，色彩简明大方，体现活泼明快、阳光朝气的特质。应征徽标作品需附设计说明（A4纸大小电脑或手工绘制）。高三年级各美术班至少5个设计。其他班至少2个设计。

4. 本活动征集的吉祥物要求要有积极向上、热爱运动和艺术的朝气；以体育、艺术等项目为主要创作元素，以拟人化手法表现。应征吉祥物作品需附设计说明（A4纸大小，电脑或手工绘制）。高三年级各美术班至少5个设计。其他班至少2个设计。

5. 本活动征集的原创歌词要求反映“快乐健康·和美幸福”的体育艺术节主题；歌曲的旋律适合高中学生演唱，富有青春阳光气息。作品体裁、风格、唱法不限。征稿对象为高三音乐班。

6. （1）所有作品在公开、公平、公正的原则下进行严格评审，由全校师生投票选出标语200条，徽标和吉祥物各50个，歌词和歌曲作品各20首。

（2）根据票数的多少评出一、二、三等奖以及优秀奖若干名；同时评出最



受欢迎徽标和吉祥物作为我们学校第八届校园体育艺术节的宣传标语和吉祥物；评出最受欢迎歌词奖和最优秀的歌曲作为我们学校第八届校园体育艺术节合唱及闭幕式会歌；获奖作品的指导教师评优秀指导奖。

(3) 所有获奖者将获得精致的获奖证书及精美的奖品一份，并获相应加分加入本届校园体育艺术节班级总分。

7. 向善楼架空层优秀作品展示，大众评选出最喜爱的作品。

温馨提示

1. 每件作品须按照学校印发下去的A4纸上的格式进行绘制或电脑制作。
2. 歌曲作品用五线谱或简谱记谱均可。
3. 各班在规定时间内把参赛作品交至团委办公室。

范例

徽标、吉祥物投票展示

