毛毛虫说

幸福如此简单

□ 市七中 李海红

清晨六点醒来，浏览朋友圈信息时，一段文字揭开了我对幸福理解的一层面纱。

何为幸福？没有标准答案。幸福只是一种个人的感觉罢了，看我们怎么看待它。从一个懵懂的大学生一步步踏入教师的行列成为一名教师，我认为自己很幸运，也很幸福。可是过去，在众多学科中，我认为自己所教的体育是一门不太重要的学科。特别是在农村学校，音、体、美、计算机等属于小科，言外之意不太重要。在这种观念的影响下，我曾一度觉得自己与其他老师相比并不幸福，认为自己所教的学科可有可无。同是从师范院校毕业的大学生，为什么差别这么大呢？这个问题困扰了我很多年。

有一次，与一位德高望重的体育老师谈话，他无意间给了我答案。“在教师这个行业里，数体育学科最好，原因很简单，教师身份一样，劳动无高低贵贱之分，同级别的老师工资都一样。课堂基本上都在室外，体育老师给学生上课时间，自己的身体也得到了锻炼。岂不是一举两得？这是其他学科无与伦比的。”听了他的话，我倍感幸福。

幸福，好比时光老人给每个人每天24小时一样均等，只因每个人的态度不同使幸福变得不公平。悲观的人认为，幸福是那遥不可及的地平线，可望而不可即；乐观的人认为，幸福就在身边。幸福是什么？我认为是开心度过每一天，很轻松；珍惜现在所拥有的，很满足；把握时光，不留下遗憾，很充实。

一个幸福的人不是由于他拥有的多，而是由于他计较的少，懂得发现和寻找，且具有博大的胸襟、雍容大雅的风度。很多时候，幸福就是这么简单，像野草一样蔓延疯长，像空气一样弥散于每个空间，只要你留意，得到它其实很简单。人所处的环境不同，但凡福祸相依、苦乐参半，只要从容处世，看淡得失，积极努力地发掘生活中美好的一面，幸福的感觉就会接踵而来。幸福其实就在我们身边。

幸福如此简单，你找到了吗？

教坛随笔

摊上个当老师的妈

□ 张亚玲

宝贝，虽然我们同在一所学校，但我是班主任，开家长会时，我必须坚守我的班级，从来没有参加过你班的家长会。今天是你上九年级以来的第一次家长会，爸爸有事不能参加，你很失望。但我说，作为妈妈，我会参加的。

我正在办公室里处理事情，忽然手机响起，是你班主任打来的电话。他问我是否参加家长会，说你等着急了。我连声说：“去去去！”忙完工作，我匆匆赶到教室，家长会已经开始了。

你是主持人，看着你落落大方的样子，我很激动。似乎一转眼，你就长大了，浑身充满了青春的朝气与美好。

突然，我的手机震动起来，办公室里又有事了。等办完事回来，我却错过了听你心声的机会。

家长会结束，我称赞你主持得好。你满脸委屈地一甩手中的本子，泪水刷地流了出来，生气地说：“你们都不在乎我，都不管我。”

我要说话，你愤愤地说：“不听你解释！”我要看你的发言稿，你不让。班主任告诉我，你写了爸妈对你的影响，这是你第一次袒露心声，你肯定希望我们能亲耳聆听你的感谢，可是，我却错过了。我错过的不只是你的发言，还有你的成长历程。

再多的解释也于事无补。宝贝，对不起，谁让你摊上个当老师的妈。

教育实践

微课与翻转课堂在生物化学教学中的应用初探

□ 南乐县第二初级中学 黄英利 闫会敏 胡少勋

生物化学是生物学科中发展最为迅速的一门前沿性学科。但是因为课程具有内容广泛、抽象概念多、理论与实践融合难等特点，使学生在学习中缺乏兴趣和热情，从而极大地影响了教学效果，也给生物化学教学工作带来了压力。本文结合生物化学课程的特点，对微课与翻转课堂进行了概述，并提出了将基于微课的反转课堂教学模式应用于生物化学教学的具体方案。

微课又名“微课程”，主要用于讲授单一知识点或突破某个教学问题，相对于常规课程较为短小的一种微小课程 。翻转课堂又称“颠倒课堂”，是传统课堂教学模式的颠倒。学生通过提前观看教学视频完成新知识传递，教师仅在课堂内解决问题以帮助学生消化和吸收所学知识的教学形式，即“学习在课外、内化在课堂”的新型教学模式。微课与翻转课堂之间，微课是一种视频形式的教学资源，而翻转课堂是一种教学模式。教师将微课与翻转课堂结合，不仅可以丰富教学资源，而且优化了教学方法，二者相辅相成、相互促进。

为优化教学效果，教师将翻转课堂应用于实际教学过程，应做好课前、课内、课后教学三个阶段的工作。课前——知识传递阶段。教师应先完善网络平台上的教学资源，学生通过观看知识点微视频，自主学习新知识，使得知识传授部分提前完成。学生还可以通过完成在线测试、知识点作业等任务单，检验自己的学习效果，并及时发现问题、反馈问题。教师通过查看学生的任务单完成情况和了解学生反馈的问题，可以提前设计合理的教学方案，让学生有针对性地进行学习，提高了他们的学习效率。2.课内——知识内化阶段。针对学生提出的问题，教师可以通过小组讨论、问题探究等多种方式，引导学生解决疑难问题。学生自主解决问题的过程也是学习过程。学生亲自参与解决重难点问题，有利于提高他们的独立思考能力和解决问题能力。问题解决后，教师还可以发布知识点的拓展性任务，观察学生解决情况。对于部分难度较大的问题，教师要及时进行集中讲解或个别指导。3.课后——知识巩固阶段。根据教学情况，教师要进行点评、总结，将一些拓展型教学资源进行网络发布，供学生学习，帮助学生巩固和掌握所学内容。

高考直通车

《濮阳日报·教育周刊》主办 百年育才濮阳分校承办

百年育才濮阳分校地址：市大庆路与五一路交叉口向西200米路南（市油田三高对面）

高考志愿填报咨询电话：0393-6600600

高考填志愿 五个角度帮你全面了解大学

了解大学的种类

我国高校按学科范围可分为：综合类、理工类、师范类、农林类、政法类、医药类、财经类、民族类、语言类、艺术类、体育类、军事类院校。

综合类大学。在这样的大学读书，学校的各种学术讲座丰富多彩，群体活动也多姿多样，有利于人的全面发展。报考文科类和理学类专业的考生，建议优先选择综合性大学，这类院校学习氛围好，人脉资源广。需要注意的是，此类学校的专业非常多，假如考生以低分冲进去，有可能会被调剂到自己不喜欢的专业。

理工类大学。这类学校的优势学科是工科类和理科类，当然也有文科专业，但不是它的优势。学工科的理科生可以报考此类学校，这类学校中有些有国家重点实验室和国家工程研究中心。

师范类大学。师范大学类似于综合大学，文理渗透，办学水平较高，遗憾的是有个“师”字，很多人不爱报考，所以性价比高。建议学文科类、理学类和心理学的考生积极填报。

专业类大学。有农林类、政法类、医药类、财经类、民族类、语言类、艺术类、体育类院校。专业类大学多数具有很深的行业历史背景，某一类专业很有特色，在本行业内有很高的认同度。这类大学除财经和医学类院校目前比较热而录取分数高外，其他专业院校一般录取分数不是很高。

了解大学的录取层次

从院校综合实力和国家扶持力度上分：有“985工程”高校、“211工程”高校、“双一流”重点建设高校、省属本专科院校、独立学院、民办高校等。

另外，需要注意的是，有些一本院校每年高考招生时，在有些省市放在一本批次招生，而在其余省市放在二本批次招生。有的学校也会在多个批次都有招生计划，考生在报考时一定要搞清楚。

了解院校的历史沿革和归属

了解大学的隶属。大学都是有归属的。调整后的院校基本分部属和省属两大部分。部属院校又有教育部与其他部委之分。

了解院校的特色。由于具有特殊的行业历史背景，它们的毕业生就业时常常受到国家部委、国有大中型企业及民营企业的青睐和重视。

了解院校的办学实力

师资力量。主要看院士数、博导数、长江学者数、“千人计划”入选数等，这是大学实力的集中体现。

学科实力。主要看博士点、博士后科研流动站、国家重点学科等。作为理科生，要了解大学的实验室。作为文科生，要了解大学的图书馆。

（晓文）

一招鲜

教室里藏着小诗人

□ 张亚玲

我到二年级(2)班上阅读课，看见学生闷闷不乐。我很纳闷，以前他们看见我来上课，都欢呼雀跃，今天怎么了？

问其原因，他们说班主任不让他们到雪地里玩儿。我说：“安全最重要。天太冷，老师和你们一起在教室里活动吧。”

我让他们全体起立，把凳子放在桌子下面。我说：“我们唱个拍手歌，边唱边跳。我起头，下雪好，下雪好。下边由大家来接，谁来？”

学生们一愣，没想到让他们作词，教室里很安静。一会儿，大家纷纷举手。一个男生说：“我们堆个小雪人。”我称赞他说得好。第二个学生说：“蹦蹦跳跳真暖和！”“不错！”我为她竖起了大拇指。又一个学生抢答：“我们打雪仗、堆城堡。”我点头说：“很好！”

接着，我说：“我们把这几句话调整顺序，连起来说一遍。下雪好，下雪好，我们堆个小雪人。打雪仗、堆城堡，我们蹦蹦跳跳暖和了。这是一首诗歌呀，大家都是诗人了，了不起！请跟着我边唱边跳。”

他们高兴地唱起自己创作的诗歌，用力拍着手，蹦蹦跳跳，不愉快的情绪一扫而光。雪美、人美、诗美，教育也这么美。

教育教学

中考历史图表型材料题的解答思路与技巧

□ 市三中 刘晓静

图表型材料题指以图画、表格等作为载体而命制的一种题型，我通过整理近四年河南省中招历史材料题发现，其数量由两道增加到三道，占据了整个大题的五分之三，可见图表型材料题在考试中的重要地位。另外，此题型有个明显的特点就是种类多。正因为此特点，该题型既能充分体现学生初中历史史料运用、证据意识等学科核心素养，也能考查学生分析和整合信息等能力，学生在此类题上失分较多。那么，掌握图表型材料题的解答思路和方法，对于提高学生的解题能力起到一定的帮助。

图表型材料题解答基本包含三步。第一步是“看”，看懂材料是解题的前提。在看材料时，学生要注意看题头、数据表格中的文字数字信息、图表下方的文字介绍，就能从中得出考点方向甚至答案要点。对材料中的任何字，学生都不要放过，这样才能保证信息的完整性。第二步是“找”，找是答题的关键。学生先看材料信息，根据设问联系课本知识找到关联点，然后以此为切入点组织作答，这步最能考查学生对基础知识的掌握情况。第三步是“答”，答是图表型材料题的最终归宿。在答题时，学生要注意图表型材料题的提问方式和内容。

图表型材料题按图形的表现形式可分为数据图表类、图片类和地图类材料题。在基本答题步骤下，做地图类材料题时，学生要注意地图下方的文字、标注、地图上的文字和数字；做数据图表类材料题时，学生要注意数据对比，即将数据表格中的内容进行横向或纵向比较，总结出数据的基本趋势，如递减、递增、曲折发展等，还要注意图表中的特殊点，如起点、转折点、终点、交叉点等，往往隐含着重要的历史信息，是答题的关注点；做图片类材料题时，学生要注意文物、遗址等纪实照片所处的时代及文化特色，注意画中的人物形象、表情、旁白或对话等。在答题时，学生要从图表中最大限度地获取有效的信息，将所得信息融入课本相关知识，并综合题干的要求分析，从而得出正确答案。

俗话说磨刀不误砍柴工。在扎实的基础知识上，学生掌握解题方法并灵活运用，一定能答好图表型材料题，最终达到事半功倍的效果。

教海探新

从阅读到悦读 谈谈阅读的重要性及方法

□ 市二实小 王慧

常言道：“读书破万卷，下笔如有神。”也就是说，想要出口成章，学生一定要多读书。阅读是最基础、最重要、最直接，也是最有效的手段。

随着中高考改革，阅读的重要性也越来越凸显。“在未来，阅读能力的高低将会直接影响学生语文成绩。如果孩子阅读能力不过关，连卷子都做不完，考试更是会吃大亏！”这可不是危言耸听，这是“部编本”语文教材总主编温儒敏在公开演讲中的原话。所以，想要学生学得好、考得好，教师一定要重视培养学生的阅读兴趣和能力，尤其是多涉猎一些国学经典和中外名著。

阅读能力强，学习更轻松。以前是“学会数理化，走遍天下都不怕”，而现在则是“得语文者得天下”。对阅读能力强的学生来说，教师只要在关键时刻稍加点拨，他的分数就突飞猛进，最后考的分数甚至比一直看似勤奋的学生更高。

阅读能力强，更容易脱颖而出。一般而言，喜欢阅读的学生词汇量更丰富，他们拥有更好的解决问题的能力，情商也会更高。这是因为，从心理学角度讲，人是用语言思维的动物，语言越清晰，思维就越清晰。并且，喜爱阅读的人在分析问题、陈述问题和学习知识的时候，往往比从不读书的人快得多。

那么，怎样让学生爱上阅读，从阅读到悦读呢？我在教学中的几点做法分享给大家。

一、说出来的阅读。教师可以定期举办读书交流活动，让学生谈阅读体会，达到认知共鸣，从而提高学生的阅读兴趣。

二、演出来的阅读。对于学生感兴趣的童话故事，教师可以让他们研读文本，进行角色体验，把文本的语言内化为自己的语言。

三、画出来的阅读。针对一些描景的文章，教师可以让学生通过文图转换的方式展开想象，加深理解。

四、品出来的阅读。学生以小组为单位进行交流，通过运用语言文字感受文章的魅力，培养学生的审美情趣。

五、悟出来的阅读。教师要推进深度阅读，拓宽学生的阅读视野，提高学生的阅读理解能力，为学生终身学习奠定坚实的基础，这是更高层次的阅读。

六、写出来的阅读。教师要鼓励学生写小练笔和读书心得体会，使学生把学到的知识由感知达到心悟，融会贯通，形成新的见解乃至更高的知识。

我们班的故事

吃货不能当过头

□ 刘根旺

同事反映，我们班有个十一岁的留守女孩，和大人一起吃喜宴时，刚把凉菜端上来，她说了一句“我爱吃牛肉”，端起盘子就往自己碗里倒，两三下，一盘牛肉没了。店员把鱼肉端上来，她又拿出早已准备好的塑料袋，说了声“我要拿回家喂猫”，把鱼肉全都倒进了袋子里。

我面红耳赤。同事对我说：“我们做老师的，不能只重分数，一心扑在提高学生的成绩上，还要培养学生的文明礼仪习惯，提升学生的文明礼仪素养。”

我对全班学生说：“同学们，如果不注重自己的行为，比如在吃宴席时，只顾及自己的感受而不考虑别人，为所欲为，任其下去，大家都会远离你。到那时你将没有朋友，会感到很孤独。比成绩更重要的是胸怀，比胸怀更重要的是品德。大家应从小事做起、从细节做起，努力做一个懂礼、明礼、守礼的人。”我讲着讲着，教室里响起了一片声音：“老师，我们一定改！”

此后，再也没有人给我反映学生吃饭不文明的现象了，倒是有人开始夸学生小小年纪很懂规矩。