

■ 教研新论

与“食”俱进“育”建未来

市第二实验幼儿园 谷美玲

食育课程建设 落实五育融合发展

食育课程建设是食育工作开展的核心，食育环境创设和食育课程深度融合，以“健康中国”战略为指引，以教育家陶行知的生活教育、劳动教育理论和营养学家于若木的营养理念为指导，把食育融入五大领域课程，不同年龄班结合《四时之食育》课程设置和当下幼儿感兴趣的内容，开展园本和本班化的食育课程，以科学食育助力五育融合，内容包含自然、农耕、食物、厨房、身体五方面，通过对五方面内容整体而全面的认识，幼儿与环境和谐相处，达到人与自然、身体与心理和谐统一，助推幼儿智德美劳全面发展，形成了具有濮阳特色的食育课程体系。

食育课程架构 助力幼儿健康成长

以《幼儿园指导纲要》《3-6岁儿童学习与发展指南》为指导，立足幼儿学习特点，研发了“四时之食育”濮阳市食育课程——春之生、夏之长、秋之收和冬之藏四个模块。课程内容上与五大领域的教育

相整合，形式上与游戏活动、区角活动相补充。以游戏为基本活动，依据本土文化特色，牵手家长，因地制宜结合卫生保健工作的创新，构建课程的框架和逻辑关系。以园所特色为课程底色，以32种濮阳当地、当季的农作物为线索，研究并建构了有成果、有策略、有路径、有特色的“四时之食育”四个季节八个主题的濮阳化食育课程体系，落实德智体美劳全面发展的最基础保障，全面提升育人质量，为幼儿的健康成长保驾护航。

理念引领行动 创新赋能机制

培训引领、教研带动、科研助力，加速食育的教师培养，实现教师人文素养、操作能力、自然知识、艺术修养的快速增长。中原传统文化丰厚，教师搜集濮阳当地有关养生保健知识、农耕常识，经保健医生遴选优化，在幼儿一日生活中有机渗透。大自然是幼儿体验美和生命力得天独厚的课堂，如自然、动植物等生命科学知识，教师以自然为法，顺应幼儿的天性，用自

己的知识和智慧支持幼儿经验的建构和生命的发展。

家园携手共育 优化家长课程

发挥家长学校功效，科学育人理念引导，提升家长育儿理念。利用中国传统节日如中秋节、端午节等，邀请家长和幼儿一起参与制作月饼、粽子、腊八粥，促进传统民族饮食文化的传统和发展。成立健康学校，每班聘用一名医生家长做保健医，为幼儿的身心健康保驾护航；让家长成为有准备的家长，有效助力科学衔接。

食育课程实施 润泽幼儿生命活力

建立一日健康管理流程，将食育融入一日生活的各个环节，创新多样化的食育实施途径。依托传统节日和二十四节气，开展了丰富多彩的主题实践活动，如幼儿农耕、帮厨择菜，让幼儿在亲身感知、主动沟通、动手参与的过程中体验劳动的辛苦与乐趣，也让幼儿懂得了尊重并珍惜别人的劳动成果，重拾餐桌礼仪，发挥了生活育人的良好作用。

“教学相长”三重境

濮阳职业技术学院 闫晓红

拜之活人。“可见“教学相长”光芒璀璨，千百年薪火传承。

教师发展观：职业活动过程与发展目标的统一

教师同时是“教”与“学”的主体；为教而学，在教中学，以教促学，其“学”的目标也落在“教”的提升。尤其在信息时代，新知增衍、理念更新、教法迭代，教师只有不断跟进专业前沿、精进教学技能、推进教学研究，才能守正创新、与时俱进地“传道、授业、解惑”。日常工作中，通过教学反思和经验总结而改善教学，追求“日新、日新、又日新”的教学境界，凡此种种，都是教师为提高“教”而有意识地促进自身的“学”。“学”的收效不止于“教”的提升，也是职业生涯的进阶；对教师而言，“教学相长”实现了职业活动过程与职业发展目标的统一。

环境老师会“说话”

市第二实验幼儿园 付淑兰

强调幼儿与环境的动态互动。

自然环境下的有效参与

幼儿园拥有近400平方米的蔬果乐园，一楼外侧的种植区占地近2000平方米，还有22个班级阳台的种植箱，责任区的班牌、人员分工和活动安排均由幼儿们自主设计。幼儿们亲手开辟小菜园、中药园，在阳台上播撒种子，培育水培大蒜、洋葱和嫩芽菜，并定期照料，观察植物的生长变化。

布置富有互动性的场景

为增强环境的互动性，幼儿园在走廊内布置“二十四节气”主题挂盘，让幼儿了解节气与气候、饮食的关联，激发他们对四季美食的向往；布置食育主题墙，以喜食、会食、康食、雅食为核心，展示食育活动的进

展，引导幼儿向往健康饮食文化；班级内设置自诊区、饮水区、身高体重测量区，让幼儿自我诊断、自我管理，体验健康管理的乐趣。

动态环境彰显艺术性

幼儿园还注重通过动态环境展现艺术性。遵循“当时、当季、当地”的原则，春季的绿叶、野菜、嫩芽，夏季的金黄麦穗、水培睡莲，都与餐桌上的景观和节气紧密结合。食育主题展台、节气台，让幼儿了解当季的蔬菜水果，引导他们在合适的季节选择更健康的饮食。

在这样的环境中，幼儿们真正感受到自然的魅力，体验到田园般的宁静与美好。他们在接触本土食材、食具、烹饪及食用过程中，逐渐爱上了本土饮食文化，这正是教育最美好的体现。

打造深度与情感并重的阅读之旅

华龙区黄河路小学 郝迎菊

调整阅读计划以更好地适应自己的节奏。

辅助工具与资源

在整本书阅读过程中，学生可借助一些辅助工具或资源来帮助我们更好地完成阅读任务。例如，词典可以解决生词问题；参考书可以帮助更深入地理解作者的观点和论据；互联网和图书馆等公共资源可以提供丰富的阅读资源和参考信息。通过合理利用辅助工具和资源，学生可以更高效地获取信息和理解内容，提高阅读效果。

总之，整本书阅读是一种深度与情感并重的阅读之旅，通过明确阅读目标、选择合适的书籍等方式，学生能更好地完成整本书阅读任务并提高阅读效果。

试以下方法：一是平和、体贴地与孩子沟通，了解他们内心感受；二是告诉孩子犯错不可怕，要勇于面对和承担；三是共同回顾错误，汲取教训，教他们如何自我提升。这三步能增强孩子心理素质，让他们勇敢面对挑战。

作者提出的“五顶学习帽”为孩子赋能，引导教师和家长关注培养孩子的五项能力，从而提高孩子学习的自主性。当我们都意识到所有的孩子天然都是一颗好的种子，坚定不移地成为孩子人生的助力，与孩子携手同行时，孩子们也定能开出最美的花，结出最诱人的果。

■ 教师微语

保持心灵的一米线

范县第一小学 张合莉

什么是一米线？一米线就是银行在距离营业柜台一米外划线，以提醒顾客在会后依次排队等候的线，一米线的主要功能是维护个人隐私，同时兼顾维护公共秩序的作用。

我认为，教师和心理安全距离也应该是一米，越过一米线，过多的溺爱易导致孩子无情，过多的干扰易导致孩子无奈，过多的指责易导致孩子无策。远离一米线，过多的冷漠易导致孩子失落，过多的否定易导致孩子叛逆，过多的无视易导致孩子受挫，而这些问题，正是我所思索的聚焦点。

保持心灵的一米线，就是要尊重学生自由成长的空间，尊重学生自主成长的规律；保持心灵的一米线，就是要尊重学生应有的权利；孩子有游戏的权利，教师应该让他在自由游戏中健康成长；孩子有成长空间的隐私权，考试成绩、个人日记等都属于个人隐私，教师不能随意地窥看或公开；孩子有选择的权利，教师不能将自己的意愿强加给他们；孩子有

交往的权利，教师不能过多地加以限制。

保持心灵的一米线，就是要尊重孩子的个性差异，要相信每一个孩子都是唯一的，心理的个性在儿童阶段表现得非常突出，教师应该尊重孩子的个性，特别要尊重他们之间所存在的个体差异，不能用所谓的优秀在他们之间进行横向比较。教师要看到不同个性的孩子身上所存在的特点和优势，用赏识的眼光去看待每一个孩子。

保持心灵的一米线，就是要给予孩子充分的信任。教师要尊重孩子自主成长的规律，避免过多的保护和包办代替；教师要相信孩子的选择和决定，相信孩子有不断完善自我的能力，只有支持、信任、引领，才能让孩子绽放属于自己的生命精彩。

只有保持和孩子心灵的一米线，教育才会孵化出应有的温暖与信任，教师才能和孩子在平时的教育教学活动中呈现平等和谐的人性光辉！

小学低段随文识字教学策略

市子路小学 王新芳 白冰

随文识字，即随着文本内容认识汉字，书写汉字，具有字不离词、词不离句、句不离文的特点。在具体的文本环境中，教师要充分挖掘各种文本构成要素，寻找识字契机，为学生识字提供支持。

创设教学情境

创设生活情境，激活学生的独特体验，夯实识字基础。教师要结合学生的生活体验设计生活化的教学情境，触碰学生的兴趣点，使其独特的心理感受随之跃动，字形、字义的融合更密切。

创设故事情境，调动学生的探究意识，深化识字认知。故事在小学语文课堂上最得人心，只要教师一讲故事，学生就精神百倍，竖起耳朵认真听。教师在随文识字教学中，要有意识地创设有吸引力的故事情境，使其在探究中形成深刻认知。

创设活动情境，激发学生的参与欲望，开启识字思维。小学生喜欢参加各种游戏、校园活动等，教师要精心组织丰富多彩的阅读识字活动，引导学生积极参与，全身心地投入，自然而然地关注生字、认知生字。

强化巩固练习

识写结合重规范。当堂书

写是最具时效性的识字练习环节，当识记生字告一段落，教师要留出时间，指导学生规范书写生字，趁热打铁，事半功倍。

及时复习促内化。教师要遵照学生的认知规律，在课后或第二天及时重组文本，让学生有选择性地重新阅读或进行拓展阅读，巩固复习，一两天之内多次识记，自然印象深刻，不易遗忘。

家校合力巧运用。学生放学回家后，家长一方面要严格督促学生及时复习所学生字，规范学生的写字姿势，帮助他们养成识字、写字的良好习惯；另一方面要带学生走入社会，注意观察身边的招牌、广告牌等，不失时机地引领学生识字、巩固；有针对性地讲解相关的汉字文化，让学生感受到汉字及传统文化的魅力，在实践中不断增强识字、写字的社会应用，提高识字积极性。

总之，在小学低年级阅读教学中，教师既要发掘文本元素，又要创设适合的教学情境；既要及时强化练习，又要坚持因材施教，正确评价，力争最大化地增强学生的识字能力，提升识字教学的质量，以促进学生语文素养的提升。

《让学生站在课堂中央》读后感

市实验小学 王利

让我站出。她满脸傲娇地说。她脸上的幸福、快乐定格在我脑海中，让我受到启发：学生预习课文时，让他们自己出检测题考同学，既加强了他们预习的深度，也把预习变成同学之间的游戏，张扬他们爱表现的个性，对于正处在爱游戏、爱表现年龄的学生来说不是正好吗？于是，我开始实践预习的第五个步骤：出“测试题”。刚开始，我细心指导学生们出题的范围、难易程度，到后来，他们都成了出测试题的高手。“预习五步法”的诞生，带给学生的是站在课堂中间的感受。

这本书中的案例都是鲜活的，案例的可操作性也很强。前几天，我按照书中李玉萍老师的《学习略读》教学案例，上了一节学习略读课。课堂上，学生策略而奋斗的岁月。

为了使学生的预习有效，让学生们爱上预习，我不停地研究预习的方法。前四步的预习步骤，的确使预习的有效性在不断提升，但是我感觉孩子们对预习的喜悦、主动性还不够。一次课间，有一名比较内向的女学生对我说：“老师，我给你猜个脑筋急转弯儿吧，你肯定猜不到。”“为什么？”“我好奇地问。“因为这个脑筋急转弯儿

他们都是璀璨的星星

台前县新区第一实验小学 陈伟

最近，我读了《儿童的立场》一书，更加坚定了我教育过程中采取“表扬学”策略的决心。我坚信，在爱的光辉下，适当的赞美和鼓励将引导孩子走向更加积极、健康的人生道路。

小A是我们班中一名稍显内敛、有轻微自闭倾向的孩子。他在一年级时，时常会做出意想不到的举动，比如悄然溜走回家，或独自在上课间徘徊于操场或角落。每当看到他这样，我总是感到一阵焦躁与不安。然而，我深知焦躁并不能解决问题，只会加剧与他的隔阂。于是，我开始尝试不同的方法来走近他。

我发现他对劳动有着异乎寻常的热情，每当他在班级中认真完成卫生任务时，我都会毫不吝啬地表扬他，这使得他更加投入这项工作。同时，我还发现他在课堂上异常专注，每当我提问时，他都能迅速而准确地回答，为他所在的小组赢得了不少积分，更赢得了同学们的赞赏。

孩子们的眼睛是敏锐的，他们对真心实意的关爱有着敏锐的感知。在“我的老师我评价”主题班会上，小A给了我一个意外的惊喜。他满脸羞涩地低着头，轻声问道：“陈老师，我可以抱抱你吗？”我毫不犹豫地回答：“当然可以。”他激动地拥抱了我，并真诚地说：“谢谢你，陈老师！在我最难以管理的时候，你没有放弃我。”那一刻，一股暖流涌上心头，我也紧紧地抱住了他，激动地说：“这是我听过最动人的话语，谢谢你。”

随着时间的推移，小A与我之间的关系日益亲密。课间休息时，他常常跟在我的身边，分享他读书的心得或谈论他的进步。每当放学，他的妈妈来接他时，他总会躲在我的身后，希望能听到我对他一天表现的评价。这让我深刻体会到，教育并非如人们所想象的那般复杂，只要用心去听、用心去看，便能发现其中的简单与美好。

教育的精髓在于深刻认识和精准发现儿童的本真，发现儿童的闪光点。教师应在欣赏的温暖氛围中与孩子共同成长，探索他们的无限潜能，助力他们实现最终的成长——成为他们渴望成为的自己，成就他们能够成就的辉煌。教师应放慢脚步，少一些焦躁，走到孩子们中间去，真心赞美他们，用放大镜寻找他们身上的闪光点。相信每个孩子都是一颗璀璨的星星，只要给予他们足够的关注与引导，他们定能绽放出独特的光芒。

近期，我发现一本非常有意思的书——《给孩子的五顶学习帽》。该书作者认为，孩子在自主性和学习能力上表现出问题，其实是一个系统问题。因此，作者在书中提出了“五顶学习帽”的概念，意在帮助家长从源头上解决问题。

白色帽子：学习内驱力

作者认为，孩子不自觉、不愿意背后最重要的问题，是孩子的内驱力不足。家长可以先从孩子的思维方式入手，培养孩子的成长型思维，解决思维方式的问题，然后再解决孩子的归属感、自主感和胜任感的问题。

给孩子五顶学习帽有感

市昆吾小学 董俊森

红色帽子：情绪自控力

作者认为，培养孩子的情绪自控力是很重要的。家长需帮助孩子正确识别情绪，接纳情绪，将情绪正确地归因，然后尝试情绪的积极暂停，让自己的理智大脑恢复工作，再去解决遇到的问题。

黄色帽子：习惯自控力

孩子养成一个良好的学习和自我成长的习惯，其中一个很重要的能力就是时间管理能力。家长可以使用日常惯例表，让孩子学会对自己的事情和时间有掌控感，在孩子习惯养成的过程中，家长需坚持跟进执行。

蓝色帽子：学习竞争力

作者认为，保护孩子的好奇心、保护孩子提问的能力就是保护孩子的思考能力。家长应多重视深度阅读力，阅读前，让孩子学会带着问题去阅读；阅读中，让孩子去注意情节是怎么发展的，这个主题可以怎样理解等；阅读后，和孩子一起对内容进行概括，互相传达阅读后的情绪感受和对内容的评价鉴赏。保护孩子好奇心、提问欲，提升孩子的提问力和深度阅读力，会让孩子收获更高效的学习体验。

黑色帽子：学习抗逆力

作者提出，培养孩子逆商，家长可尝