

课改研究 周刊

建设课程 推动课改

中国教师报

6版

2018年11月14日

一线动态

江苏省苏州市第三中学校 岩壁之上展风采

攀岩有“岩壁芭蕾”美称，具有很强的技巧性、冒险性，可以让参与者在与悬崖峭壁的抗衡中学会坚强，所以不少学校都将其引进校园，培养学生坚韧、自信等品质。10月28日，2018年苏州市青少年阳光体育联赛——中小学攀岩比赛开赛，活动当天，共有100余名选手参赛，其中5位来自苏州市第三中学校的选手获得了优异成绩。参加比赛的5名苏州三中中学生均来自学校攀岩社团。为了满足热爱攀岩、勇于冒险学生的需求，苏州三中开设室内攀岩社团，聘请专业攀岩教练指导学生练习。学校的攀岩墙是由几十块岩板组装而成，可以模拟屋檐、直壁等状态，丰富学生的日常练习，增加练习乐趣。

(通讯员 陈恬)

北京中关村第三小学雄安校区 少代会上议校务

“老师变得幽默一点，学生会爱上学习的”“如果有舒适的、随时随地能读书的地方，该有多好啊”“上完体育课身上粘的都是假草，学校可以更换草坪吗”……这些都是来自北京中关村第三小学雄安校区少先队员的心声，他们还正式向学校提交了许多“提案”。为了满足学生的真实需要，近日，中关村第三小学雄安校区针对学生撰写的88份提案，举行了“少年队代表大会提案答复会”。从“安全与健康”“城市交通”到“减少小学生使用手机”，学校邀请课程部、交通大队、城管大队等负责人参与，为少先队员答疑解惑。

答复会上，少先队员代表听取了专业人士的解答，同时也带来了自己的解决方案。少先队员们持续思考，经历了一次真实的学习。大部分提案在少代会期间得到答复，另有一些提案在各部门进行研究后，统一为队员们进行解答。

长沙市高新区明华小学 课程文化节秀创意

“榈庭多落叶，慨然知已秋”。10月30日，湖南省长沙市高新区明华小学“秋日私语”创意课程展示活动拉开帷幕。在创意课程表演SHOW环节，学生在朗诵中感受文化的魅力；英语组教师表演了情景剧《汉达的惊喜》，让观众领略了异域风情。在随后的“明华美食街”活动中，学生在家长的指导下，利用秋天特有的食材制作美食。

本次课程展示活动是学校“秋日私语”创意课程文化节活动之一。文化节持续两个月，学校每个学科组都设计了创意活动，如语文组的“我言秋日胜春朝”，数学组“秋天的记忆”，英语组“汉达的惊喜”等学科活动。学校还邀请家长进课堂，设计了“寻找色彩缤纷的秋天”“制作叶脉书签”“水果里的秘密”“秋日私语”等亲子活动，让学生在亲近大自然的过程中习得知识。

(刘亚文 辑)

征稿

课程故事

好课程中生长好故事，有故事的课程流动着成长的活力。在课程实施中，学生与自己、学生与学生、学生与教师之间一定发生过值得记录的事情。故事里的事，或许是学生的创造力带给教师的惊喜，或者是一次美丽的错误带给师生的启发……我们的想象有限，你们的故事精彩无限。1500字左右。

课程图纸

与学校课程报道相比，本栏目细化学校课程的“施工图”，编发学校某一门课程方案或区域某一类校本课程的指导纲要，并由“本月点评嘉宾”进行评析。3500字左右。

发现美好课程

舌尖上的教育：

学校是充满“奶和蜜”的地方

□ 严育洪

古希腊哲学家伊壁鸠鲁认为，“美食的愉悦”代表爱、和解，因此它也常与母亲、家庭、故乡、甜蜜往事联结。我认为，美食也能与学校联结，伊壁鸠鲁就提倡组建“愉悦学校”，因为“每一种善的起源与根基，均来自‘胃’的舒适愉悦，甚至智慧与文化也与此相关”。日本养生学家石冢左玄也曾说，“体育智育才育即是食育”。通过食育培养国民终生健康的身心，我们的学校教育一直在探索。近年来，通过走访江苏省无锡市内中小学校，我发现许多学校都开设了食育课程，“舌尖上的教育”在学校蔚然成风。

舌尖上的德育

学校可以围绕“对食物营养、食品安全的认识，食文化的传承与环境的调和、对食物的感恩之心”设计多种食育课程，开展丰富多彩的德育活动。

无锡市锡山实验小学开设了主题为“买菜学堂”的综合课程，包含“如何称量准确”“如何费用预算”等数学知识，“如何营养合理”“如何顺应时令”等科学知识，以及“如何检测品质”“如何保持新鲜”等生活常识，并在学校食堂外墙上设计了顺应时令的传统美食，把课堂、食堂都变成了学堂。

无锡市藕塘中心小学开发了“校园+田园”的“少年农学院”综合实践活动课程，实施“食农教育”，指导学生学会种菜、种庄稼，以及采用日记、统计图表等方式研究植物生长，体会“粒粒皆辛苦”，而学生种植的蔬菜可以供应学校食堂。

现实中，为了达到吃得安静、吃得干净的目标，不少学校食堂都配备了值日教师，监督之下，学生就餐时很有压力。如何让学生吃好，吃得舒服？在日本，有一种就餐仪式，学生用餐前默念“食物不能剩下，必须吃完”，而身体不适的学生向教师说明就可以不必吃全部食物。不仅是用餐前的仪式，学校还可以注重用餐后的仪式，有一所学校校长每天与学生一起进餐，与光盘的学生合影。如此就餐，学生吃得很舒心。

作家池莉说，吃饭时要爱吃的东西有两样：一是食物，二是吃相。两样都照见自己生命。无锡市南星小学结合诵读和阅读工程，引导学生学习用餐礼仪；无锡市东亭实验小学在食堂张贴的“敬(吃得恭敬)、静(吃得安静)、净(吃得干净)”三字要求中增加了“敬”的要求，并放在



第一位。学生怀着恭敬之心用餐，必然会吃得安静、吃得干净。

学校还可以开展食育相关活动。比如“我为父母做个菜”感恩活动，学生用鸡蛋做原料，炒鸡蛋、蒸鸡蛋羹、摊鸡蛋饼，感谢父母的辛勤付出；有的学校让毕业生与教师一起露营，看星星，吃“校长蛋炒饭”。江苏省天一中学毕业典礼后的午餐，发给学生餐券，上面写着“端一碗红汤面，忆一口母校情怀”，这样的“最后一餐”给学生满满的感动。

教育家陶行知用四颗糖引导、激励学生的故事广为流传，但有教师反问：现在的孩子谁还在乎糖？虽然糖对现在的孩子缺少吸引力，但如果是老师给的，意义就大不一样。曾经有一位教师在办公室辅导后送给学生一个苹果，学生舍不得吃，拿到家里放在床头，每晚闻着果香入睡。其实，四颗糖故事的重点并不是食物，而是师生间的互相尊重。

舌尖上的学习

好的食物在思想和思维方面都可以给学生带来正能量。心理学研究发现，甜味常常与积极的情感联系在一起，适当食用甜食有助于增加能量，减轻疲劳。美国心理学协会建议人们工作时每隔一段时间吃一些零食，防止意志力衰竭。像巧克力这类可以增加能量的甜食就可以让学生适当吃一点。英国诺森比亚大学大脑表现和营养研究中心主任大卫·肯尼迪教授的研究表明，巧克力中富含的黄烷醇能增加大脑血

流量，“对于那些难做、需要费脑力的事情来说，它可能会帮得上忙”。

学习时，沏上一杯甜饮，可以营造良好的氛围。有学生表示最喜欢边喝咖啡边想难题，“随着咖啡香气在室内弥漫，一道道难题也迎刃而解，心中的烦躁也被咖啡的香味化解了。”

吃，不仅可以破解难题，还可以吃出文化。国宴的“魔法”甜品设计师罗丹说：“中国的传统文化博大精深，哪怕是一个小小甜点，钻研之后也能发现一个道法自然的东方哲学体系。”比如一坛醋就能品出儒家、佛家、道家三种文化：儒家说“醋(世界)是酸的”，认为世界是不完善的；佛家说“醋(世界)是苦的”，认为人生皆是苦难；道家说“醋(世界)是甜的”，认为即使幻灭也要快乐。

学生所学的知识许多也是吃的文化，教师可以把“吃”当作课程资源。一位数学教师如此导入《分数的认识》：

师：哎，天天吃肉，多腻呀。
生：哎，天天吃鱼，多腥呀。
师：我好好想吃鱼哦。
生：我好好想吃肉呀。
师：那我们这就换着吃！
师：怎么换？这样换：两条鱼换一块肉。你们用4条鱼换，能换我几块肉？

生：2块。
师：你们用2条鱼换，能换我几块肉？
生：1块。
师：有一天，捕鱼的人抓到一条鱼，怎么换？
生：用一条鱼换半块肉。
师：半块，该用怎样的数来表示？
……

有人说：“爱情始于餐桌，生活始于餐桌。”其实，学习也可以始于餐桌，这需要教师发挥自己的教育智慧，比如可以参照在网络广泛传播的“诗意早餐”设计教学：用“红糖马拉糕+果干”做出诗句“孤帆一片日边来”的意境，用“南瓜粥+水糕饼+果干”做出诗句“惟有葵花向日倾”的意境，用“蔬菜沙拉+果干”做出诗句“点水蜻蜓款款飞”的意境……如此美食，孩子吃得有滋有味，学得轻松快乐。

许多人认为，教学是一种知识交流活动，其实不仅如此，教学更是一种情感交流活动。吃，也是一种情感交流的艺术。林语堂在东吴大学法学院做兼职讲师时，开学第一课竟然与学生一起吃花生，结果听课的学生越来越多。这里，师生共吃花生传递了一个信息：教师是能与学生共食的朋友。

教师的智慧，除了看是否有把食物用作教育教学资源的“智商”，还表现在使用艺术，是否有在饭桌上化解教育难题的“情商”。台湾作家林清玄写了这样一段往事：我上高中时，有位老师邀我去家里吃晚餐，等到饺子端到桌上，我眼泪都掉下来了。老师说的话更让我感动，他说：“我教书50年，我用我的生命向你保证，你将来一定会成功。”

在国外，美食诱惑是建设一流大学的另类思维。例如斯坦福大学数学教授波利亚的上课时间定在每周一下午6点至9点这段吃晚饭时间，他先讲10分钟，然后发数学题和必胜客，学生边吃边做题，学生趋之若鹜，有人把这种教学艺术取名为“必胜客教学法”。而用吃来命名的教学法还有我国教育家段力佩提出的“茶馆式教学”，朱尼特·布朗和伊萨斯·戴维的“世界咖啡式议课”，等等。

华东师范大学心理系副教授、管理心理学博士严文华给美国学生上《跨文化沟通》这门课时，最后一堂课选择了火锅店，利用美食向学生介绍中国文化。我曾经听过一节《分数的认识》的数学课，当学生分完用作学具的小蛋糕后，教师有一个惊人之举，让学生在课上吃掉小蛋糕。学生拿到蛋糕时惊讶、欣喜、兴奋，这不正是教师追求的教育效果吗？

不一定真的吃，哪怕只是用吃



包装的事物、活动同样能使学生因为喜欢吃而喜欢上学习。台湾新兴小学给图书馆取名“书食馆”，教师把书单写在菜单上，像美食一样推荐给同学。教师也会用食物给自己取名，比如“草莓老师”，来吸引学生的注意力。

教师除了需要具有借吃诱导学生快乐学习的教学艺术，还应该具备借吃帮助学生形象化理解知识的教学技能。例如有教师借月饼教学英文字母，生动且形象：O说“我长得最像月饼”，C说“我也是月饼，被人咬了一口”，D说“我也是月饼，被人切了一刀”，Q说“我也是月饼，嗯……露了点馅”。此外，食物还可以用作学习的奖品。有一位教师每当全班学生表现好的时候，会放一个豆子在罐子里，当罐子满的时候就可以举行一次冰激凌派对。

舌尖上的美感

美国国家教育科学院做过一个问卷调查“什么知识最有用”，毕业1-5年的人答案多是“基本技能”，毕业6-10年的人回答多是“基本原理”，毕业11-15年的人回答多是“人际关系”，而毕业16年以上的人则表示“艺术最有用”。“美的力量丝毫不亚于艺术的力量，有时甚至比思想的力量更强大”，学校教育可以借美食的力量来提升学生的审美能力和创造能力。

按照美食家的分法，食物在三个层面可以帮助人类：一是负责我们的温饱，二是满足我们的口舌之欢，三是可以慰藉我们的心灵。美食的“美”，不仅仅是生理层面的美味，还包括心理层面的美和审美。中国人在饮食中追求完美，每一道美食无不“色、香、味、形、器、意”的极致追求。学校可以开设“小小美食家”课程，引导学生不仅仅依靠舌头品鉴美食，还要讲究全方位的综合分析，观其形、察其色、闻其香、尝其味、问其名、品其意，通过视觉、听觉、味觉等感官获得精神上的愉悦。

法国美食家让·萨瓦兰说：“开发一款新菜肴，远比发现一颗新行星更让人感到幸福。”作家三毛在《撒哈拉的故事》一书中也说：“我一向对做家务十分痛恨，但对煮菜却是十分有兴趣，几只洋葱，几片肉，一炒变出一个菜来，我很欣赏这种艺术。”在校学生不具备开发新菜肴的能力，但教师可以指导学生创造美食的形美和意美。比如无锡市春城实验小学让学生用水果做“美食拼盘”，又比如贵阳一位母亲与孩子合作，把当地的著名景点“画”在盘子上，颜料是各种新鲜水果熬制的果酱，风景中的丛林树木是水煮西兰花，修建楼阁的砖瓦是芒果果肉，这样的美食创作别有一番诗情画意。

学校是什么？有人说学校是充满奶和蜜的地方。“奶”和“蜜”是何意？江苏省教育科学院原副院长杨九俊认为，“奶”是学生掌握生存技能、征服自然的知性教育，“蜜”是养成学生适应社会、全面发展的诗性教育。充满“奶”和“蜜”的学校，才是学生喜欢的学校，是可以让学生快乐成长的地方。

(作者单位系江苏省无锡市锡山教师进修学校)



无锡市锡山实验小学食堂外墙也是一道风景

江苏省天一中学发给毕业生的餐券