

农场烹饪、插花剪纸、烘焙做酸奶……

# 校本课程，玩好就是学好

今日女报/凤凰网记者 章清清

在学校上课很枯燥？但你得知上课的内容是农场采风、插花剪纸、烘焙做酸奶之后，还会这么想么？没错，这都是湖南省一些学校开设的校本课程，报名的学生不仅“挤破门槛”，上课的方式更比玩还要吸引人，家长再也不用担心孩子不喜欢上课了！

## 什么是校本课程

“校本课程”是一个外来语，最先出现于英、美等国，已有20多年的历史了。现在在中国新课改的教育形势下，校本课程成为了新课改的重点。

校本课程是由学校针对学生的兴趣和需要，结合学校的传统和优势，充分利用学校和社区的课程资源，自主开发和实施的课程。“校本课程”这个概念，应包含两层含义：一是使国家课程和地方课程校本化、个性化，即学校和教师通过选择、改编、整合、补充、拓展等方式，对国家课程和地方课程进行再加工、再创造，使之更符合学生、学校和社区的特点和需要；二是学校设计开发新的课程，即学校在对本校学生的需求进行科学的评估，并充分考虑当地社区和学校课程资源的基础上，以学校和教师为主体，开发旨在发展学生个性特长的、多样的、可供学生选择的课程。

## 长沙燕山小学：纸艺

轻松欢快的音乐，缤纷的课堂！一张纸、一把剪刀，孩子们尽情发挥自己的想象，即可以变废为宝，闲置不用的旧纸盒拼拼剪剪后变成了创意十足的笔筒；也可以大胆创意，平面的撕纸、立体的浮雕，孩子们的想象力给剪纸插上了想象的翅膀。没错，这就是长沙燕山小学的校本课程——纸艺课。

燕山小学辅导员老师周莹告诉记者，燕山小学从2014年开始设立了纸艺校本课程。从一年级到六年级，每个星期都会给孩子们安排一堂难易程度不同的纸艺课。纸艺课编有专门的教程，每个学期有16节课。老师们还在传统剪纸的基础上进行了创新，启发孩子们生活中一切有趣的事件做题材进行创作。

有时候，纸艺课还不局限在校园课堂上进行，孩子们在老师的带领下走进社区，现场进行各种纸艺表演，让人大开眼界。



周莹老师说，将纸艺作为校本课程，一个是增进孩子们对传统文化的了解，二是丰富了课堂内容，培养孩子的创新能力，很受同学们欢迎。

## 怀化沅陵一中：学农基地里烹饪野炊



开挖菜地、修枝剪叶、烹饪野炊……整个农场人声鼎沸，热闹非凡，呈现一派热火朝天的劳动景象。这

里是沅陵一中的学农基地，也是他们校本课程——劳技教育课现场。

沅陵一中谭征老师介绍，沅陵一中后面有一座山，学校就把整个山划分为很多包干区，归属各个年级，根据年级不同进行不同类别的劳技教育课程。既有种植、收获农活类的，也有果树栽培、嫁接等农业科技类的，还有登山、远足等素质拓展类等等，都是让学生参与体验、动手实践，收获课堂之外的快乐和幸福，一来可以缓解课堂学习压力，二来可以提供课堂学习效率。谭征老师说，劳技教育课程每个年级一个学期至少要进行两次，学生们的兴致也非常高，“每次一说要上劳技课了，头天他们就开始兴奋”。

## 长沙雅礼中学：插花、烘焙、做酸奶

“插花、缝纫、烘焙、做酸奶，还有30多个社团活动在雅礼都属于校本课程的范畴，我们有100多个校本课程的内容可以让孩子们自选。”长沙雅礼中学老师胡蓉谈起校本课程，如数家珍。

“比如烘焙课，初一学生每学期16次课程，每节课都会有不同的主题。”虽然有些学生在家从来没有尝试做过饭，对烘焙也一无所知，但在学校里却对烘焙这门课程表现出了极大的热情。

“从选材、配料到制作、烘烤，所有的流程都会让他们亲自参与，去感受食物是如何制作出来的，那种付出并且得到收获的乐趣是最棒的。”

在繁重的学业任务下，为什么还会有这么多校本课程让孩子们选择呢？胡蓉老师说，这是雅礼中学的教学特色，一是尊重孩子的个性兴趣，二是有利于拓展和丰富学生的生命空间，培养学有所长、各展其能的多样化人才。

## 浏阳一中：采一片叶子讲一个故事

“每年高一的孩子入学后，我们都会让他们先去校园里采集一片叶子，然后在上课的时候，先讲一讲这片叶子的故事，从采一片叶子开始让学生们逐步融入新的学习环境和生活。这是我们学校校本课程心理健康课的内容。”浏阳一中的高级教师聂续红同时也是这门课程的老师，她告诉记者，浏阳一中重视学生的心理健康教育，近年来组织老师编写教程，将其纳入

了校本课程的范畴。

针对高年级孩子因为学习压力遇到的问题，心理健康教育课的内容也不同，既有理论的课程辅导也有游戏类实践活动，比如让孩子们用各种植物的花朵拼画、或者组织学生们共同完成一项寻宝的任务等等。聂续红说，这些实践活动都是帮助孩子们找到一种分解压力、释放情绪的方式，因为形式活泼有趣很受大家的欢迎。

雪峰蜜桔  
惊爆价  
19.9元  
6斤  
扫一扫 码上购

亲子宝典 &gt;&gt;&gt;

## 怀疑宝宝近视怎么办

文/张永香(湖南省儿童医院重症监护二科)

随着近视低龄化的发展，更多的家长关注孩子的近视问题。

如果家中学龄前的孩子被怀疑有近视，最好是找眼科医生，点睫状肌松弛剂后再验光，确定是否有近视。因为孩子调视能力强，可能会有睫状肌持续收缩而呈现出“假性近视”的情况，这种近视在点眼药水或眼睛望远休息后，度数可以减低或消失。假性近视不需配戴眼镜，一般经正确的矫治都可以恢复正常。

孩子出现近视倾向以后，父母要及时带孩子去医院进行验光。确定近视后首先要进行治疗。目前，最有效的治疗方法还是戴眼镜，因为眼镜可以减少眼睛的疲劳，增加视力的敏锐度，还可以保持正常的调节功能。有的父母不愿意给孩子配戴眼镜，怕戴眼镜会加深近视的度数，其实配戴眼镜的优点恰恰是能减轻近视的发展。

## 不宜用白开水送服的药物

文/张晶(湖南省儿童医院药学部)

清热药宜用米汤服。米汤汤味香甜，含有丰富的蛋白质、脂肪、碳水化合物及钙、磷、铁等多种营养成分，性味甘平，有益气、养阴、润燥的功能。因此，最好用米汤作为药引送服，不仅能护胃，还能提高药效。

吃六味地黄丸要喝淡盐水。因为食盐也是一味中药，其味咸性寒，有清火、凉血、解毒的作用。因其味咸，可引药入肾，所以可作药引，帮助六味地黄丸直达病变处，更好地发挥补肾的作用。此外，又可利用盐的寒性，给肾阴虚、有虚火的病人清火。

服止咳糖浆5分钟内别喝水。一些人习惯在服用糖浆后立即大量饮水，认为这样可以快速祛除药物的特殊味道，并尽快将药液送入胃肠道。实际上，这样做不利于止咳糖浆药效的发挥。这是因为服药后立即大量喝水，首先会降低咽部的药物浓度，其次会稀释胃液，影响胃肠道对药物的吸收。

## 小儿急性肾炎患者饮食注意

文/余银(湖南省儿童医院肾脏风湿科)

专家指出，一般急性肾炎患者不必戒水果，但也不提倡吃太多水果，尤其是病情较重的病人。这是由于肾功能不好，排钾能力有限，而水果含钾颇丰，吃多了血钾就会升高，若原已存在高血钾，那就十分危险了。

在肾功能衰竭又有高血钾的病人，必须戒水果和其它高钾食物，如番薯、土豆、笋、香菇、白菜、榨菜、豆类、花生和核桃等。到了恢复期吃水果则有益病人康复。

专家指出，一般急性肾炎患者不必限制饮水，有水肿的病人，多数不会口渴，不必喝太多水。水肿严重、尿量又少的病人，则要限水；急性肾功能衰竭的病人更应严格限水，如无需要，不要静脉滴注液体，为了减少入水量，连汤剂中药也要限制。

温馨提示：由于急性肾炎这一肾疾病，不但成年人会引发此病，由于生活习惯等方面所致，儿童也会受到该病的较大折磨。