

为青少年补上食育这一课

□付彪

“营养餐到了桌子,却进不了肚子,这是当前我国学生营养健康需要解决的一个问题。”中国工程院院士、江南大学校长陈卫5月20日在2022食育中国高峰论坛上作出上述表述。与会专家呼吁,应尽快在全国各级学校全面推广食育。

所谓食育,简言之就是良好饮食习惯的培养教育。长期以来,家长们对食育都比较陌生,认为这只是一件小事。而在家庭养育过程中,部分家长盲目满足和迁就子女的口味偏好,忽略了对健康饮食习惯的培养。有调查显示,53%的学生具有偏食、挑食的行为,62%的学生喜欢吃油炸或烧烤食品、甜食、碳酸饮料等。可见,关于青少年吃的问题,已经不再是吃饱,而是吃“好”。开展食育,有利于提高儿童青少年的健康意识,培养良好的饮食习惯,为他们的健康成长和终身发展奠定基础。

事实上,近年来国家先后出台《营养与健康学校建设指南》《学校食品安全与营养健康管理规定》《儿童青少年肥胖防控实施方案》等举措,为推广食育提供了政策引领和制度保障。教育部日前印发的《义务教育课程方案和课程标准(2022年版)》明确要求,学生参与烹饪劳动,了解食品安全知识,建立健康饮食观念。新发布的《中国学龄儿童膳食指南(2022)》突出强调了学龄儿童食育,并提出了具体、操作性强的建议,如怎样吃好早餐,合理选择营养丰富的零食。

因此,为青少年补上食育这一课,首先,学校要给学生普及营养知识,引导他们不断增强健康意识,同时通过建设健康校园,搭建从学校到家庭再到社会的传递链,传播正确的健康知识和行为,在全社会加快形成更健康的的生活方式。

其次,家长要为孩子树立榜样。食育也是一种德育。家长应根据孩子的年龄特点,鼓励和带领孩子参与力所能及的劳动,如对食材进行处理、烹饪,以及餐后收拾等,让孩子在亲历劳动的过程中学会辨别食物、了解食物营养,感受耕作的辛苦与不易,不断增强“节约粮食光荣,浪费粮食可耻”的意识,养成良好的饮食习惯。

最后,食育需要全社会的关注,也需要全社会的共同努力。日前,联合国儿童基金会的“知食小卖部”在多座城市“开业”。小卖部里的“商品”不对外出售,而是通过趣味性的互动,让孩子学会识别日常生活中高油高盐或高糖的加工食品,了解常吃此类食品的危害,促进健康膳食和行为改变。这样的活动,多多益善。

实话·实说

浙江专业报新闻名专栏

“星河”启航,描绘教学团队的未来画像

看这些杭州学校如何探寻中职教师成长路径

□本报记者 季颖

职业教育发展进入一个新的历史时期,面向未来的教学团队该是怎样的?面向未来的教师成长该如何谋篇布局?学校与区域该怎样整体构建师生共同成长的生态系统?

不久前,杭州市教育科学研究院、长三角职业教育研究中心主办了一场以“星河灿烂:面向未来的教学团队”为主题的论坛,省内外职业教育领域专家、各地中职学校教师们齐聚云端,共同描绘职业教育教师的未来画像。

营造“渔场效应”,打造教改新生态

“教学改革最后一公里就在课堂,教师是深化‘三教’改革最关键的主体,但一个人的力量是不足的,教师也会进入职业倦怠期,不愿意改或不知道怎么改。”杭州市教育科学研究院副院长洪彬直言,“我们要在每一位教师心中种下变革的‘种子’,并为‘种子’生长提供‘土壤和养分’,从而激发教师发展的内生动力。”

结合过去多年的教改实践基础,杭州市教育科学研究院曾进行过扎根分析,发现影响教师创新教法的三大因素为:一是教师主体意识,二是外部因素,三是偶然因素。这些因素成为设计区域教改行动路径的重要依据,杭州职教创新构建了中高企一体化教研体系,成立了30个专业(学科)教学研究分会,下设“青年团”“骨干团”“项目组”等多样化的教师团组,先后共培育了20所“杭派教法”基地学校,占全市中职学校总数的69%。各基地学校组建了特色教学团队,针对校本化的实践问题开展教改探索。

杭州市萧山区第二中等职业学校

针对不同阶段、不同专业的教师,组建不同的学习项目团队。通过“自主学习+团体互助”的方式,完成不同的项目。项目突出“微”(小切口)、“实”(重实践、有实效)、“重”(抓关键)、“迅”(短周期),贴近教师日常的教育教学生活,激活了青年教师成长的内驱力。

从“授人以鱼”到“授人以渔”,教改架构了教师快速成长的通道,让他们自觉或不自觉地“卷入”教改实践。但在研究和实践中,我们发现基地学校与基地学校之间、团队与团队之间存在着不平衡,这样的不平衡亟须打破。“洪彬说,期待通过营造‘渔场效应’,打造教改新生态。”

“一个团队就是一束微弱的星光,微光聚集在一起,那就是璀璨星空。”正是有了这样的目标,一场从“鱼”到“渔”再到“渔场”的观念转变行动开始了。

转变培育模式,教学团队集群发展

“渔场效应”下,教学团队的发展有了新生态,改变了以往单打独斗的自发模式,教学团队培育实现了集群发展的区域培育模式。

徐冰清是杭州市临平商贸职业高级中学电子商务教研组组长,也是应旭萍名师工作室的一名学员。在学生“软文撰写”的过程中,她发现学生往往仅从产品本身去描述卖点,没有把产品可以给用户带来的利益明确地说出来,造成了软文浏览量低、转化率差的结果,这是学生偏重“动作技能”,而营销思维表现较弱导致的。“如何在学习技能的同时渗透思维的培养?”这个问题进入到徐冰清的研究视线中。

“在思考中,师傅应旭萍曾在开展工作室活动时介绍了指向结构化思维的教学策略,这给了我启发。于是,围

绕提升学生营销思维的目标,我尝试了不同的教学方法。”徐冰清说,跟着师傅学习,提高了自己课堂教学的实践能力。时间追溯到2019年,彼时,临平商贸职高的电子商务教学团队还很年轻,团队成员想要推进课堂改革,却无从下手,迫切需要名师的带领。在杭州市教育科学研究院的帮助下,临平商贸职高引进了应旭萍名师工作室,该工作室是杭州市西湖职业高级中学培养电子商务师资的重要基地和创新创业教育实践基地。

工作室入驻学校后,通过师徒结对、专业导师团队入驻校园等形式,聚合校内外的师资,共建联盟团队,推进课堂革命,促进青年教师成长。如今,临平商贸职高电子商务专业教师能力得到了全方位的发展。尝到了“甜头”后,临平商贸职高又陆续引进了8个名师工作室入驻学校。

“一群人走,才能走得更远。”这逐渐成为许多中职教育人的共识。而今,在政府推动、学校主导下,越来越多的中职教学团队集群成长的样本涌现出来。杭州市美术职业学校数学教师毛周根领衔的数学名师工作室不仅辐射杭州市富阳区、建德市等地,还联动省内外多所中职学校,提升中职数学课堂的有效性;7所中职学校的语文教学团队为突破教研瓶颈,建立了杭派语文“北斗”联盟……

探索协同教研,区域共创未来课堂

当天论坛上的教学对话环节,来自杭派语文“北斗”联盟的杭州市闲林职业高级中学和杭州市富阳区职业教育中心的两个团队,聚焦学生当下的语文学习和未来的职业发展,展示了以《怀斯曼生存手册》为原材料,在真

实情境下、课堂碰撞上、课后研讨中,师生一步一步共同编制了适合学生的生存手册。

“新时代的语文课堂,既要着眼语文核心素养,又要面向学生未来发展。语文课堂上产出‘产品’是一种基于产品导向型的学习范式,这是教育2.0的新思维新理念。”富阳职教中心语文教师刘建伟在丰富细腻的教学对话中畅谈未来课堂。作为一名青年教师,刘建伟能够自信地畅想未来课堂,背后是教学团队给予的支持。校内语文教学团队的指导帮助,校外联盟组织的研讨交流,在教与学的过程中,刘建伟的课堂一直在改革实践中。

从“北斗”联盟到“石墨烯战队”再到“核芯力战队”,教师从个体到三五成群,再从群发展到集群,变“变革焦虑”为“共同探索”,形成了区域教改的共研共创主体,更加自觉、专业、自信地追寻教改之路。

更多面向未来的新型教法也由此生成,如闲林职高将语文、声乐、舞蹈等进行融合,生成了生动活泼的“全科课堂”;依托数字技术,杭州中职教育帮扶团与贵州省台江县中等职业学校进行“同课共研、同屏共享”,探索出了新型的共享教研模式。

如今,杭州中职学校的教学创新如星星之火,已成燎原之势。去年在浙江省职业教育改革典型案例遴选中,杭州职教改革案例出现了井喷现象,涌现了93项职业教育改革的新经验、新做法、新品牌,其中选送的15项案例全部入围浙江省职业教育改革典型案例,12项被评为优秀案例。

第1 视点

湖州市第十一中学: 体味舌尖上的红色文化

本报讯(通讯员 沈丽娜 周璇)“鱼汤并没有红军战士说的那么鲜美,但让我真切体会到那个年代的艰辛,幸福生活来之不易。”最近,湖州市第十一中学806班学生杨洋在母亲的指导下,再现了课文《金色的鱼钩》里的鱼汤。杨洋参加的正是学校近期组织的“动手做美食,悉心传红脉”主题式劳动作业实践。

实践活动由学校思政学科组策划,教师们以劳动教育为突破口,设计了“红军饭”“金色鱼钩”“青稞面”“毛氏红烧肉”“洋芋擦擦”“马蹄声碎”等任务主题,让学生通过亲自动手,再现红色故事中的各种食物。学生在实践过程中需要完成设计作业记录单、调查背景故事、采购所需食材、简述制作过程、总结体验感受等一系列步骤。

“党史是教科书,也是营养剂。每一道美食背后都有一个革命故事,学生在家长的陪伴下,在体验中自由完成课后作业,这是‘双减’带来的真实愉悦,受到了广大学生和家长的喜爱。”副校长宦丽华表示。



运动场上“农”味足

为了增进幼儿对传统劳作形式的认识,体验劳动人民耕作的艰辛,近日,浦江县月泉幼儿园举行“丰收大比拼,奔跑我能行”主题运动会,给幼儿带来了一份独特的赛场体验。图为大班幼儿扛着传统农作工具“方篮”进行比拼。(本报通讯员 龚争艳 摄)

慈溪周巷职高:钱海军和他母校的“小钱海军”们

□本报通讯员 马亭亭 严盈环

日前,中宣部授予国网浙江慈溪市供电公司客服中心社区经理钱海军“时代楷模”称号,号召全社会特别是基层干部职工向他学习。消息传来,慈溪市周巷职业高级中学师生无比振奋。原来,这里是钱海军的母校。

走进校园,随处可见钱海军的“身影”:教学广场上有他写给学弟学妹的寄语,道德实践墙上挂满了他和学弟学妹一起志愿服务的照片,行政楼前写着“向时代楷模钱海军学长学习”的标语……

在周巷职高,“向钱海军学长学习”不只是一句口号,志愿服务精神一

直在师生心中生长,并在日常中践行。“每学期的‘开学第一课’、每年的‘学雷锋日’,只要钱师傅在慈溪,就一定会回母校给学弟学妹们分享亲身经历,雷打不动。”校长张红阳介绍,学校早在2006年就成立了环保小分队,小分队积极参与社区环境卫生综合整治,开展清洁河道志愿服务活动,还向市民宣传环保知识,提高市民的文明卫生意识和健康素质。

随着服务内容的不断丰富,2012年,小分队更名为周巷职高“钱海军”志愿服务队,并聘请钱海军担任指导教师。服务对象涵盖孤寡老人、留守儿童、民工子弟以及企业等,根据他们的需求

定期开展扶贫、助残、济困、公益、环保等爱心志愿服务活动。学校还定期邀请钱海军来校指导志愿服务工作、开展讲座。

在钱海军的引领下,周巷职高的学生们竭尽所能参与志愿服务,一个个“小钱海军”不断涌现。就在前几天,学校有位教师收到了一张朋友圈截图,讲述了几名周巷职高学生合力帮助摔倒老人的感人过程。“看着老人回家的背影,我们感到很欣慰,也特别感谢这些周巷职高的孩子。为你们的正义感点赞!”钱海军的志愿服务精神,已经融入周巷职高每一位师生心中。

2015年,慈溪市钱海军志愿服务中心启动了“千户万灯”扶贫助残志愿

行动,对全市2742名残疾低保户进行室内照明电路改造。活动中常常能看到周巷职高学生的身影。学生罗俊松从高一一开始就加入了服务队,两年来参加大大小小各类志愿活动50余次。作为电工专业的学生,罗俊松利用专业技能换灯泡、换开关、检查线路,和伙伴们一起走家串户,为残疾贫困户排除用电安全隐患,凭借过硬技能回报社会,发挥小小工匠精神。

“重视技能,热爱劳动,怀一颗善心,扬一技之长,用自己的双手脚踏实地地为人们服务,造福社会,收获有价值的人生。这是钱海军多年来用实际行动教给孩子们的最朴实的道理。”张红阳说。



近日,杭州市嘉绿苑小学开展了为期三天两晚的国防教育活动。学生们不仅参与了站军姿、齐步走等常规训练,而且参加了既动手又动脑的实践活动,如“户外生活和应急救援”“无人机亚运防空”“自行车装配大师”等。图为学生们正在操作机器人。(本报通讯员 袁俊 摄)