

文/本报记者 李喆 通讯员 沈文娟 图/记者 杜武

真风采

真风采

吟诵经典 丰润人生

我是「课堂达人」

文图/本报记者 李喆

市23中初一(7)班周一下午的第一堂课是历史课。历史教师徐艳平在黑板上写下“贞观之治”4个字后开始了这堂课的教学。

“谁能回答一下，隋朝灭亡的原因是什么？”徐艳平的话音刚落，坐在后排的一个大个子男孩儿就把手举了起来。除了书本上提到的内容外，他越说越起劲儿，甚至提到隋炀帝当年的船工有很多都是宫女。

当徐艳平讲到“玄武门之变”时，这个男孩儿又站了起来。这一次，他首先表示自己对这一段历史并不是特别熟悉，但在捧着书本将这一历史事件的过程读完后，他又提出了自己的理解：“我认为，凡是当皇帝的人，都必须心狠手辣。”

不少同学发出了低沉的笑声，一些同学甚至站出来对他的观点进行反驳。徐艳萍随即叫停了这场争论，并简单地指出高个子男孩儿用词的不当。

高个子男孩儿就是本文的主人公——崔吟秋。对于他这种表现，徐艳萍已经习以为常——每次上历史课，崔吟秋都会站起来说上个一二三，徐艳萍后来不得不对他的发言时间进行限定。

其实，崔吟秋在上其他课时也很活跃。数学老师刚在黑板上写下一道数学题，他就把手高高地举过头顶，然后把解题过程从头到尾讲一遍。

今年13岁的崔吟秋出生在一个普通的家庭。他从小就对知识类、科普类的电视节目感兴趣，央视10套的《百家讲坛》、《探索·发现》等节目是他的最爱——每天晚上写完作业，他都会看上一个小时。除此之外，他还在课下读了不少有关历史的书籍，上网时也不忘查阅一些感兴趣的话题。

虽然有时自己的课堂会被崔吟秋“即兴演出”搞得支离破碎，但徐艳平并不掩饰自己对这个学生的喜爱。“有一次，他在讲一个故事的时候突然卡壳了，全班同学哄堂大笑。没想到，下一次上课，他还是要举手发言，全然没把同学的嘲笑当回事儿——有这样勇气的学生，现在真的不多见了。”

瑕不掩瑜，徐艳平对崔吟秋的缺点看得也很清楚：“他的语言组织能力需要加强，回答问题应该有的放矢。另外，他需要在自控方面做得更好一些。”

对此，班主任陈佩红老师说：“崔吟秋积极学习和发言的做法，在目前的学生中并不多见。他这么做说明他在课堂上始终紧跟老师的思路，而且思维很活跃。从效果来看，他的成绩在班级内位居前列，学习效率也非常高。”陈佩红表示，她正在考虑对崔吟秋进行合适的引导，并以他为范本，鼓励其他学生积极发言，在活跃课堂气氛的同时，提高课堂效率。

市23中初一(7)班周一下午的第一堂课是历史课。历史教师徐艳平在黑板上写下“贞观之治”4个字后开始了这堂课的教学。

“谁能回答一下，隋朝灭亡的原因是什么？”徐艳平的话音刚落，坐在后排的一个大个子男孩儿就把手举了起来。除了书本上提到的内容外，他越说越起劲儿，甚至提到隋炀帝当年的船工有很多都是宫女。

当徐艳平讲到“玄武门之变”时，这个男孩儿又站了起来。这一次，他首先表示自己对这一段历史并不是特别熟悉，但在捧着书本将这一历史事件的过程读完后，他又提出了自己的理解：“我认为，凡是当皇帝的人，都必须心狠手辣。”

不少同学发出了低沉的笑声，一些同学甚至站出来对他的观点进行反驳。徐艳萍随即叫停了这场争论，并简单地指出高个子男孩儿用词的不当。

高个子男孩儿就是本文的主人公——崔吟秋。对于他这种表现，徐艳萍已经习以为常——每次上历史课，崔吟秋都会站起来说上个一二三，徐艳萍后来不得不对他的发言时间进行限定。

其实，崔吟秋在上其他课时也很活跃。数学老师刚在黑板上写下一道数学题，他就把手高高地举过头顶，然后把解题过程从头到尾讲一遍。

今年13岁的崔吟秋出生在一个普通的家庭。他从小就对知识类、科普类的电视节目感兴趣，央视10套的《百家讲坛》、《探索·发现》等节目是他的最爱——每天晚上写完作业，他都会看上一个小时。除此之外，他还在课下读了不少有关历史的书籍，上网时也不忘查阅一些感兴趣的话题。

虽然有时自己的课堂会被崔吟秋“即兴演出”搞得支离破碎，但徐艳平并不掩饰自己对这个学生的喜爱。“有一次，他在讲一个故事的时候突然卡壳了，全班同学哄堂大笑。没想到，下一次上课，他还是要举手发言，全然没把同学的嘲笑当回事儿——有这样勇气的学生，现在真的不多见了。”

瑕不掩瑜，徐艳平对崔吟秋的缺点看得也很清楚：“他的语言组织能力需要加强，回答问题应该有的放矢。另外，他需要在自控方面做得更好一些。”



师生同吟诵。



吟之，舞之。

21日，市工人俱乐部内座无虚席。台上，十几名学生身着汉服，用抑扬顿挫的语调朗诵了《关雎》等人们耳熟能详的古代经典诗文。让人印象深刻的是，这些学生朗诵诗文的方式与众不同：除了语调婉转外，部分诗歌还有配乐——即便是同一首诗歌，几乎每个人唱出的曲调都有所不同。

作为一项重要的文化教育工程，经典诵读活动已经在我市不少学校开展，也成为广大师生感悟人生哲理、陶冶情操、砥砺心志的有效途径。从2007年起，西工区很多学校就将“诵读经典”引入课堂。但不同的是，该区学校强调吟诵，而非一般学校所采用的朗诵。

西工区教体局教研室副主任白晶表示，长期以来，教师在古诗文教学中采用的方式是朗诵。但朗诵这种形式在遇到古诗文时存在很多问题。相比之下，吟诵可用方言方音，个性化色彩浓郁，是我国古代诗词文赋欣赏和传承的重要形式之一。其形式和风格多种多样，因人而异，因地制宜，因时而异，且无准谱和定调，口耳相传，是古代读书人的基本功。该区在今年2月特派部分名教师赴北京参加“全国第二期中华经典吟诵培训班”，学习这门古老的技艺，并通过听、读、抄、讲、赛等多种形式来开展经典吟诵活动，全方位、多渠道地培养学生对古诗文的兴趣。

芳林路小学是我市较早开展古诗文诵读活动的学校。该校校长秦

建华介绍，学校目前以“经典诵读”作为办学特色，接连举办了赛诗游戏、诗句大接龙、课前一吟、手抄报、古诗文摘录本评比等活动。此外，学校还对学生进行了古诗文诵读的考段晋级评比活动，依据标准将学生评为“小蒙童”、“小学士”、“小硕士”、“小博士”、“小诗仙”等，对表现突出的学生进行表彰。

作为全国优秀家长学校——唐宫西路小学依托这一资源，在古诗文诵读活动中采取以学校诵读为主体、以家庭助读为辅助的模式。该校副校长刘峥嵘介绍，由于课堂时间有限，学校将古诗文诵读由校内拓展到校外，促使学生在课下多读好书，不但提高了效率，还提高了家长的文化素质。

2009年3月，西工区白马小学举办了为期两个月的首届读书节活动。该校校长于会平表示，通过“古诗文经典诵读”、“我的书签我设计”、“我是快乐小编辑”、“红领巾跳蚤书市”等形式，学校让学生在阅读的过程中做到手脑并用，提高了学生的实践能力。

此外，西工区实验小学在假期开展了“古诗文配画活动”(详见本月2日《教育周刊》4版)，受到了师生及家长的一致好评。西工区第二实验小学、凯旋路小学、西工区洛北乡中心小学西院等学校也采取多种方式开展诵读经典活动。该区教体局有关负责人表示，目前，西工区各学校吟诵古诗文已蔚然成风，古老的吟诵必将在古都洛阳枯木逢春发新枝。

观察哨

文/本报记者 杨寒冰 实习生 江含雪

谁偷走了未成年人的睡眠

3月21日是第10个世界睡眠日，主题是“良好睡眠，健康人生”。记者调查发现，我市中小学生睡眠不足已经成为普遍现象，70%以上初中生、80%的高中生感到睡眠时间不够。

到底每天睡多长时间才是科学的呢？专家建议：8岁~12岁睡10小时；12岁~18岁睡9小时；成年人睡7小时~8小时。

“初二到高三的学生，一般很难保证有充足的睡眠时间。市六中校长陈钢坦言。

中小学生睡眠不足的问题，也是我市很多人大代表和政协委员长期挂心的问题。那么到底是谁偷走了未成年人的睡眠呢？

市六中初一班主任陈文静和张广辉曾计算过学生的睡眠时间：早上6:30起床，早餐加路途的时间为1个小时，7:30到校；中午12:00放学，下午2:30上课，5:30离校；7:00开始写作业，基本能在9:30之前完成，10:00可以上床睡觉。这样算下来，学生的睡眠时间基本上为8个半小时。

“这是从理论上推算得来的，是发生在课业量相对不繁重的初一学生的身上。据统计，初二学生写完作业大概在10:30，初三学生写完作业大概在11:00，高中学生睡得更晚，初二以上的学生每天最多能睡8个小时。”陈钢告诉记者。

除了作业的因素外，还有一些学生不会安排时间，日常生活中的一些琐事常会占用他们写作业的时间，有时候为完成作业不得已而“开夜车”。对此，一名姓张的家长深有感触。他的孩子因为写字慢，天完成作业都已到深夜了，睡眠不足就是必然的。

还有部分原因来自家长，市四十四中一名老师说，有的家长喜欢看电视，孩子心里挂念电视节目，自然不愿按时睡觉；有的家长晚上应酬过多，深夜回家后，动作过大，也影响孩子的正常睡眠；还有的家长上夜班，孩子自制力差，没人监管，自然睡得很晚。

有关专家认为，睡眠不足的学生精神状态不好，上课时打瞌睡，不能专心听讲，睡眠不足还会导致记忆力下降，成绩自然难以提升。睡眠不足，还会导致孩子身体生长缓慢，发育不良。时间久了，还会影响孩子心理的发育，形成自卑感。

怎样保障未成年人充足的睡眠？陈钢建议，孩子在家里写作业时，家长要密切配合。喜欢看电视的家长，最好关掉电视，和孩子同时睡觉；应酬多、回家晚的家长应尽量推掉不必要的应酬，实在推不掉的，回家晚时，动作要尽量放轻、放缓，不打扰孩子休息；上夜班的家长，最好能请人帮忙看护孩子。

专家建议，家长应积极为孩子营造良好的睡眠环境，比如房间的光线、亮度、通风条件等要适宜，为孩子布置干净、舒适的卧具，培养孩子良好的睡姿等，让孩子在睡觉前做几分钟有氧运动或听几分钟舒缓的音乐，这些因素都是保障孩子高质量的睡眠必不可少的。

专家还建议家长，最好能培养孩子的午睡习惯。午饭后，家长可督促孩子午睡一会儿。午觉是身体的一个加油站，既能补充晚上睡眠不足的缺憾，又能为下午精神饱满地上课提供“能量”。



崔吟秋