



让成长的历程充满欢乐

□ 刘保军

民以食为天,对处在生长发育期的中小

学生而言,营养的重要性更是不言而喻。然而,一份调查结果令人担忧:10年来,越来越多的中小

学学生没能吃到有营养的早餐。专家说,早餐是一天中最重要的一餐,不吃早餐或吃早餐但营养不充足,不仅影响孩子的身体健康,还会降低学习效率,影响认知能力和体能。

学校对学生健康饮食行为的培养重视不够,健康教育课不规范,教师和餐饮服务人员缺乏营养知识的培训等,都是影响学生健康饮食行为的主要因素。当然,家庭是少儿饮食行为形成的第一站,孩子喜欢或不喜欢吃某种食物,受父母影响很大。

父母对孩子的影响不只是食物,还有青春

期“常见病”——叛逆。很多人以为,叛逆多是棍棒打出来的。其实,过度的母爱也

可能成为“催化剂”。一份调查报告指出,青春期叛逆的一个重要原因是母亲的过度干涉和保护。71%的学生表示,母亲干涉其做的每一件事;65%的学生表示,母亲不允许其做一些其他孩子可以做的事,怕出事;58%的学生表示,母亲总是关注其晚上干什么;43%的学生认为,母亲总是挑剔其的朋友,干涉其交友。

进入青春期后,孩子的成人感日益强烈,而母亲仍不断包办孩子的生活,这就容易让青春期的青少年产生逆反心理,做出叛逆行为,来表现自己的成人感。心理专家建议:在子女教育上,母亲更应学着放手,避免过度干涉和过度保护。

可怜天下父母心。又到幼儿园入园报名时,济源市数百名家长齐聚市直一幼门口,为150个名额不惜熬夜排队取号。一名家长说,她

头天晚上排队,等到第二天两点多才拿到号。

上好幼儿园是为了上好小学,上好小学是为了上好中学,上好中学是为了上好大学。不少家长就这样陷入一个循环中,不停地为孩子奔波操劳,有的甚至采用非常手段,花钱为孩子上大学铺路,结果花了冤枉钱。日前,媒体披露了一个75岁退休老校长深陷高考诈骗案的案例,给众多家长敲响了警钟。高考结束后,高招骗子纷纷出动,每年有不少家长上当受骗,都是因为想为孩子找门路。不做非分之想,自然不会上当。

让孩子上大学固然重要,更重要的是让孩子学会做人,学会勇敢面对挫折。6月21日,中山大学一博士跳楼自杀,原因竟然是论文未写好过不了关!在旁人和父母眼中,他的人生履历写满“优秀”二字。可谁也没想到,他竟以跳楼的方式为自己的生命画上了句号。

让孩子们珍爱生命,就要让其成长的历程充满欢乐,否则,即使装满了再多的知识,也可能瞬间化为乌有。所以,浙江省绍兴市淮河小学校长郑巍巍把减负比喻为一张孩子的脸:一个嘴角是信心,一个嘴角是兴趣,中间的弧度是作业。作业少时嘴角上扬是一副笑脸,作业多时嘴角下沉是一副哭脸。

浙江省如火如荼的减负运动,给不少学生带来了“脱胎换骨式”的变化。一个学生在日记里兴奋地喊:“学习的快乐是一种身心的快乐,我真的快乐极了!”

教育不只是传授知识,还要让孩子快乐学习,快乐生活!

一周教育广角

洛阳师范学院附中协办
招生热线:68626712



□ 记者 刘淑芬

网友看学校第十四站:市二十六中

属于他们的那片星空



笑红尘 摄



自由自在 摄



春雨 摄



刘淑芬 摄

6月17日,“网友看学校”走进市二十六中,花园式的校园、浓厚的校园文化给网友们留下了深刻印象,他们纷纷用相机记录下来。

在学校的一个区域,一架天文望远镜前围满了学生,他们正在观测着什么,这一幕吸引了网友驻足观看。记者对此也来了兴趣,上前一打听,该校的地理天文兴趣小组早已闻名校外。

学校为小组添置设备

据该校地理教师游红涛介绍,地理天文兴趣小组成立于2003年,辅导教师主要有她和小屏、肖玉兰、卫晓娜、刘廷乐等,主要活动内容是,组织对天文地理感兴趣的学生,学习一些简单的天文地理知识,如宇宙和银河系的构成,太阳系的构成,什么是星座,如何观看星座图等,还组织学生观看大量的天文视频资料。

但设备有限,学生无法很好地进行实地观测。在学校领导的支持下,地理天文兴趣小组从北京购买了两台功能很好的天文望远镜。许多时候,兴趣小组将望远镜架到楼顶,观测星空,分享天文知识。

学生参与积极性高

有趣的活动使学生的参与积极性高涨,一发不可收。为了更好地观测2008年8月的日全食,学生们提前了解有关日食的详细知识以及观测时的注意事项,积极地为观测做准备,他们找来各种日食观测卡、日食观测眼镜或者废弃的胶片等。在观测过程中,学生们多次为奇异的

天文现象惊讶,不时地发出阵阵惊呼、赞叹声,享受大自然带来的科学盛宴。遇到天气晴朗或者阴历十五的时候,兴趣小组还会把望远镜架在学校的操场上,对月球表面进行观测。学生们把自己学到的天文知识熟练地应用到实际观测中,还会大胆地提出一些问题,比如:“人类到底能不能去月球上居住?”“月球上的尘土有杀菌的作用吗?”“月球上的环

形山是怎样形成的?”“月球上真的没有生命吗?”“宇航员在月球上怎么行走?”……

有学生表示,一定要学好科学文化知识,长大后探索宇宙奥秘,为祖国的科学发展做贡献。

“参加这样的活动真的很有意义,接触到了平时接触不到的东西,增强了我们的好奇心,从而提高了我们对科学的兴趣。”一名初二学生说。

一分耕耘一分收获

正是对天文地理的热爱,这群学生聚集在一起,互相学习、互相切磋,不经意间,一些初级的天文爱好者也成了“专业高手”。学生们还饶有兴致地参加一些天文知识竞赛活动。2006年11月,几名教师带领学生观测了狮子座流星雨,学生们拍摄了大量照片,并在洛阳市举办的狮子座流星雨观测活动中取得了优异的成绩,有多名同学获奖。

为参加全国第五届“争当小实验家”科学体验竞赛活动,游红涛、肖玉兰、卫晓娜与地理天文兴趣小组的学生充分利用课余时间,自己动手组装简易望远镜,学习各种天文知识,探究学习的气氛非常浓厚。

那一次,多名学生在洛阳市科学体验竞赛活动中取得了优异成绩,其中常青青和孙悦还代表洛阳市进京参加了全国第五届“争当小实验家”科学体验竞赛活动,并获得金奖,为学校赢得了荣誉。

几年来,市二十六中地理天文兴趣小组共培养了几十名天文兴趣爱好者,极大地激发了他们的学习兴趣以及探索地理科学的信心,这些同学积极向上,成绩优异,一些学生进入省市级重点高中后,对天文地理的兴趣仍然不减。

网友留言板

风之影:学生是一朵朵圣洁的花儿,只有用爱的阳光雨露滋润,他们才会芬芳四溢。二十六中“快乐度过青春期”讲座,让学生了解青春期心理特点,学会正确对待青春期的心理问题,相信他们一定会正确健康地走过人生旅途中的花季,让生命之花美丽绽放。

好人好梦:二十六中的校园如花园,处处充满生机,令人赏心悦目。看,走廊里一幅幅名人字画,一幅幅摄影作品,折射出一种浓浓的文化氛围;听,课堂上书声琅琅,操场上加油阵阵,彰显出年轻人的朝气蓬勃。

秋风丽人:有一种声音叫拔节,有一种历练叫成长,有一种成长叫幸福。二十六中“以人为本,关注生命成长”的理念,凝聚了人心,形成了合力,提升了师生的幸福感,促进了学校品牌的形成和发展。

笑红尘:二十六中“以人为本,育人为本,展示为本,人人成长”的办学宗旨和“创一流管理,创一流队伍,创一流环境,创一流业绩,办特色学校”的奋斗目标,向我们展示了一个人文气息浓厚而有活力的学校。愿二十六中品牌化办学思想成为师生幸福成长的奠基石。(整理:秋风丽人)