

市水月寺小学

『汉文化节』活动丰富多彩

本报记者 赵玉洁

近日，一场热闹的游园会拉开了沧州市水月寺小学第八届“汉文化节”的序幕。孩子们下围棋、拼七巧板、射箭、投壶，尽情感受传统游戏的无限魅力。

此次“汉文化节”历时一个月，学校将开展一系列丰富多彩的文化实践活动。

多年来，市水月寺小学依托“汉文化节”，将“传承中华优秀传统文化”的种子深深植于学生心田。

将传统文化教育融入日常教学

除了有趣的传统游戏，在今年的“汉文化节”中，市水月寺小学还开展了课程展示活动，将传统文化元素融入语文、数学、英语、音乐、美术等多学科的教学过程中。

语文课上，同学们声情并茂地朗诵古诗词，沉浸在古诗词描述的美好意境中。

数学课上，同学们用七巧板拼出各种富有创意的图案，不仅锻炼了动手能力，还深刻体会到了数学的几何之美。

学生们还用流利的英语介绍中国传统节日，以独特的视角和表达方式，展现中国传统民俗。

音乐响起，一曲《望庐山瀑布》震撼全场。孩子们以悠扬的歌声和精彩的表演，将这首古诗所描绘的情境展现得淋漓尽致。

同学们还精心绘制了色彩斑斓、形态各异的脸谱，加深了对中国戏曲文化的认知。

课间做起《千字文》武术操

“天地玄黄，宇宙洪荒。日月盈昃，辰宿列张。寒来暑往，秋收冬藏。闰余成岁，律吕调阳……”每逢课间操时段，市水月寺小学的孩子就在操场整齐列队，一边吟诵《千字文》，一边出拳、踢腿、蹲马步，英姿飒爽，虎虎生威。

这套独具特色的“《千字文》武术操”，包含了武术中的掌、拳、虎爪等基本手型，马步、弓步、仆步等基本步伐，以及马步横打、弓步劈掌、仆步亮掌、抱拳弹踢等动作。武术操与朗朗上口的《千字文》及节奏鲜明的音乐相结合，学生们在锻炼身体的同时，既增强了对国学经典的记忆，又生动直观地了解了传统武术。

“古文考级”促提升

翩翩长袖舞汉风清韵，悠悠雅乐牵起思古幽情。在“汉文化节”上，全校师生身着汉服、吟唱诗文、演绎成语故事……感受汉文化的博大精深。而“古文考级大会”则是每年“汉文化节”上最让孩子们津津乐道的环节。

2015年，市水月寺小学开设了校本课程“古诗文诵读”。为检验孩子们对所学古诗词的掌握程度，学校策划推出了以校本教材为依据、家长代表和教师担任评委、学生全员参与的“古文考级大会”。

“读书，始读，未知有疑；其次，则渐渐有疑……”学生们从容地站在评委面前，如行云流水般将一首首经典古诗文娓娓道来。得到考级证上那枚鲜艳的印章时，孩子们成就感爆棚。

“古文考级大会”激发了学生读古诗、吟诗词的积极性。孩子们在古诗文的浸润中，不断提升文化修养，争做“腹有诗书气自华”的儒雅少年。



学生体验投壶游戏。



小朋友开心用餐。

市第一幼儿园

科学配餐 让孩子们爱上“吃饭”

本报记者 赵玉洁

早餐有奶香豆沙包、鸡蛋炒黄瓜木耳和山药南瓜糯米粥，午餐是燕麦米饭、油焖大虾、荷塘小炒和珍珠翡翠白玉汤。此外，还有两次加餐和一次午点，上午的加餐是冬枣和琥珀桃仁，午点是牛奶和西柚手指蕉，下午

的加餐是肉丝甘蓝焖面和桂圆红枣莲子羹。

这是市第一幼儿园11月19日的食谱，有没有勾起你的食欲？

学龄前儿童正处于生长发育的关键时期，一日三餐对他们的健康

成长至关重要。为此，市第一幼儿园高度关注幼儿的日常饮食，在保证色、香、味的同时，更注重营养均衡和科学搭配，不断激发孩子们对食物的兴趣，让他们爱上“吃饭”。

营养健康“我的食谱我做主”

合理的营养搭配，离不开科学食谱的指导。在市第一幼儿园，有专职营养师负责制定每周食谱，并通过专业的营养膳食带量软件，来计算幼儿每日需要摄入的各种营养成分的量，从而实现配比科学、营养均衡。每周食谱中保证不少于24类食物，每日摄入的优质蛋白质的量大于蛋白质总量的50%。幼儿园积极推行配餐“三减”，即减盐、减油、减糖，尽量让孩子们品尝到食物本身的味道，不仅吃出美味，而且吃得健康。

市第一幼儿园还聘请沧州市中心医院的营养专家定期入园指导，持续推出创新菜品和特色食谱。

立秋喝菊花茶和陈皮汤、寒露吃花糕、霜降品柿子……市第一幼儿园根据二十四节气为孩子们提供应时的食品，既丰富了餐桌，又向小朋友们普及了民俗知识。

此外，幼儿园还通过儿童议事会征集幼儿喜欢的食谱，让孩子们做到“我的食谱我做主”。

幼儿园设立了营养水吧，小朋友

可以自主调配茶饮；开辟了种植园和阳台种植区，让孩子们品味劳动的艰辛和收获的喜悦，品尝自己亲手种植的蔬果；开展营养健康和礼仪教育，让大家懂得“吃什么、为什么吃、怎样吃”，了解并实践餐前、就餐和餐后礼仪。老师们还带领小朋友动手制作美食，体验烹饪的乐趣。“一粥一饭皆教育”。食育课程让孩子们在膳食搭配、作物种植、烹饪实践的过程中学习与体验，逐步养成良好的饮食习惯。

全程把控 守护“舌尖上的安全”

市第一幼儿园始终把食品安全放在首位，对食堂设施和食材来源进行常态化检查。蔬菜、水果、肉类等新鲜食材均按当日所需采购。供应商当天早晨将食材送达后，幼儿园安排专人进行查验，看是否新鲜、数量是否正确、检验报告是否齐全等，确保食材新鲜、优质、安全可靠。

幼儿园定期召开专题会议，从食堂内外环境卫生、消毒制度等方面严格要求，重视食堂工作人员的个人卫生、着装及晨检，持续规范食品粗加工、切配、制作等流程。

在今年9月的“食品安全周”活动中，幼儿园的食品安全管理部就食品安全及如何应对突发事件等内容，对食堂工作人员进行了专项

培训。食堂工作人员专心听、认真记，充分认识到“食品关乎生命，安全重于泰山”的重要意义。

各班教师通过角色扮演、情景再现等多种方式，让小朋友们懂得，不能随意购买路边摊上的“三无”食品，要学会辨别过期食物，提高食品安全意识和自我保护意识。

家长监督 尽“膳”尽美

为了加强家园联系，让家长深入了解幼儿在园的饮食情况，提高幼儿园的膳食管理水平，今年6月，市第一幼儿园诚邀家长代表组建了“膳食委员会”。

在膳食委员会成立大会上，园领导为各位家长委员颁发了聘书，并宣读了

《沧州市第一幼儿园膳食委员会职责》。家长委员们观看了“一幼美食日记”视频，对孩子们的日常饮食有了更具体的了解。食堂工作人员还带着幼儿园的美食来到现场，请各位家长委员品尝。

8月底，市第一幼儿园又召开了2024年秋季学期膳食委员会会议，

向各位家长委员介绍了食堂提档升级情况。家长委员们实地参观幼儿园食堂，对环境卫生、餐食留样以及食品操作流程等进行了详细了解。在市第一幼儿园东院区，家长委员们还与小朋友共同制作水果拼盘，共享美好“食”光。

新华区人民检察院与市职教中心

共建未成年人观护基地

11月12日，沧州市新华区未成年人观护基地在沧州市职业技术教育中心揭牌成立。

观护基地由新华区人民检察院和

沧州市职教中心共同建立，以罪错未成年人为重点观护对象，为他们提供心理咨询、劳动研学实践、职业技能培训等服务。

市黄河路小学

少先队员代表参观大运河非遗展馆

11月12日下午，沧州市黄河路小学的部分少先队员，走进中国大运河非物质文化遗产展示馆，开启了红领巾研学之旅，

参观“中国大运河全域非物质文化遗产总览”及“一船明月过沧州——沧州非物质文化遗产保护成果展”的8个展区时，大家惊讶于

古建筑、艺术品的精美和各种非遗技艺的精湛。

走进“见人见物见生活——大运河生活美学展”，少先队员们登上古式木船，映入眼帘的是运河沿线代表性建筑和非遗技艺展示。大家在美轮美奂的场景体验中与中华优秀传统文化相约，尽情感受非遗魅力。

齐媛媛

校园动态

沧州高新区第一幼儿园

小朋友体验围炉煮茶

日前，沧州高新区第一幼儿园结合二十四节气与食育课程，开展了“围炉煮茶，慢享童年”活动。

老师先为小朋友们介绍了冬天的各个节气及相关民俗，又讲述了茶的历史和种类。

随后，小朋友们身着汉服，围坐在炉边煮茶、品茶点、学奉茶礼，还画写意画、学舞狮子、制作香薰蜡烛。

同时，沧州高新区第一幼儿园还开展了制作金桔雪梨汤、烤红薯等系列体验活动。

刘园

盐山县圣佛中学

“留住”秋天 树叶有“画”说

11月12日，盐山县圣佛中学开展了以“留住秋天 树叶有‘画’说”为主题的树叶粘贴画展示活动。

早在半个月前，同学们就开始收集各式各样的落叶。美术课上，老师积极引导学生们抓住落叶的特点，大

胆想象，进行二次创作。同学们还将描写秋天的古诗词融入画作之中，用树叶再现诗中的优美情境。

此次活动共展出学生作品400余幅，充分展现了学生的巧思与创意。

王武超

盐山县小营中学

举办普法和交规专题讲座

近日，盐山县小营中学举办了“引航青春，法护成长”专题讲座。

来自河北石云律师事务所的律师吴金花以生动的实例，为学生们分析了校园欺凌的严重性和危害性，教孩子们识别、应对及有效预防校园欺凌的方法，鼓励大家勇敢地同校园欺凌说“不”。

结合近年来发生的交通事故实例，吴金花还讲解了交通安全知识，特别强调了遵守交通规则的重要性。她提醒同学们，无论是步行、骑行还是乘车，都要时刻将安全放在首位，做到知危险、会避险，交通规则记心间。

刘婷

盐山县凤凰路小学

开展教(学)具评比活动

为丰富课堂教学资源，盐山县凤凰路小学日前举办了首届“五彩杯”师生教(学)具评比活动。

老师们详细介绍了自制教具的设计理念、制作材料、实用价值等，并进行现场演示。

学生们用灵巧的双手，运用生活中各种常见材料，

经过构思、组合、剪切、粘贴和绘图等过程，制作成一件件精致实用的学具。

盐山县凤凰路小学相关负责人表示，教具和学具是教学过程中重要的辅助工具。此次活动不仅激发了教师的教学创新热情，而且培养了学生的动手能力，增强了孩子们的学习主动性。

王武超

盐山县田寨中心小学

开设“中医药文化”校本课程

11月11日，盐山县田寨中心小学“中医药文化”校本课程正式开课。

此课程以“中医药文化知识读本”为基础内容，以学校中药园为实践基地，以故事专栏和图书来激发学生兴趣，引导孩子们通过思维导图和标牌认知中药材。

2023年，学校成立了“中医药文化”社团，同学

们踊跃报名。学校组织师生把校内劳动实践场地整理成中草药园，并进行试种，目前已成功种植60余种中药材。学校还购买了60多本适合小学生阅读的中医药图书、开设了中药小故事专栏；制作了中草药的标识牌，让学生更详细地了解中草药的别称、科属、入药部位、功效等。

寇玉旗

盐山县志门韩中心小学

师生共读国学经典

为引导青少年领略国学经典的魅力，盐山县志门韩中心小学六年级的师生日前开展了“共读国学经典”活动。

班主任老师利用班会、晨读，积极开展国学经典诵读。

结合学生所处学段和认

知水平，语文老师选取了六年级教材《国学经典》中的“跋山莫畏险，涉水勿惧难”章节作为共读内容，师生同诵，并对学生进行阅读指导。

在诵读感受分享会上，同学们分享阅读感悟，更加深了对国学经典的理解。

李世钊

盐山县李芳中心小学

家校携手助力学生成长

近日，李芳中心小学组织了家校沟通系列活动。

家长们走进校园，亲身体验孩子的学习环境，了解学校的教学资源和教育理念；参加家长工作坊，围绕“如何有效陪伴孩子学习”“情绪管理与亲子沟通”等主

题，学习实用的家庭教育策略。在沟通交流会上，老师介绍了学生的在校表现，同时也提出了有针对性的具体建议。家长们积极发言，与老师深入沟通。家校携手共同助力孩子健康成长。

高伟清