

中小学“食育”现状调查·下篇

吃出文明礼仪,吃出人文素养

本报记者 余娅

“食育”的目的,既要教会孩子养成科学的饮食习惯,从而拥有健康的体魄;又要帮助孩子树立正确的食物观、生命观和世界观,在享受美味的同时,体会食物来之不易,学会感恩和珍惜;更要引导孩子品味美食背后的文化内涵,吃出文明礼仪,吃出文化素养,更吃出暖暖的人间真情。



稻谷丰收

1 从一颗种子里看到世界

茶元头乡乔梁希望小学位于邵阳市北塔区,这所农村小学的几十名学生大多来自周边的乡村,条件所限,学校里没有“高大上”的体育设施和游戏装置,但校园一角30平方米左右的小菜园,却给了山里娃娃别样的快乐。

几年前,学校成立了种植小组,在老师的带领下,10来个小组成员负责照料小菜园。从拔草松土、播撒种子,到浇水施肥、除虫防害,孩子们精心呵护着这块小天地,看着一颗颗种子发芽、生长、开花,最终结出果实。西红柿、白菜、辣椒、茄子……这些普普通通的植物、蔬菜,因为亲手种植变得与众不同起来。

“学生喜欢用照片记录植物的生长过程,一下课就跑到菜园里去观察它们有没有长大一点点。”种植小组的辅导老师陈何栋告诉记者,学生在小菜园里洒下汗水,为植物倾注感情,享受劳动的愉悦、丰收的快乐,也建立起和自然、植物、土地的深厚感情。

采访中记者发现,菜地、种植园在我省的农村学校较为常见,这些学校开设种植课程,在劳动的过程之中进行“食育”。一位校长向记者道出了初衷,“教育不应该只停留在课堂和书本之中”,老师苦口婆心在课堂上讲解一百遍“春种一粒粟,秋收万颗子”,都没有带着孩子亲手种下一颗种子,看着它生根发芽、开花结果来得更有冲击力。

这正是“食育”的奇妙之处。在长沙宁乡市“稻花香里”农耕文化园,每年都有大批学校组织学生前来体验农事,或种植蔬菜、喂养家禽,或采摘水果、参与丰收,农耕园里没有课本、没有讲台和黑板,但却足够有趣,正如带学生来研学的中南大学第二附属小学校长肖慧所言:“‘食育’就是带孩子走进食物生长的世界,是连接万物的自然教育,让孩子在自然环境中探索与学习,欣赏敬畏自然。”



学生动手体验包饺子。



农村学校的小菜园。

2 在小小餐桌上培养美德

每周一、三、五午餐前的15分钟,是南县第二实验幼儿园的“餐前播报时间”,由幼儿园老师或幼儿代表担任播报员进行“餐前播报”,孩子们坐得笔直,听得聚精会神。播报内容有时是《小猪变干净了》《小熊拔牙》等童话寓言;有时是《孔融让梨》《徙木立信》等礼仪诚信小故事。该园园长刘艳波告诉记者,他们还组织了礼仪小标兵,协助老师完成餐具摆放、收拾、整理等工作,“让幼儿从小养成倾听、安静就餐、为班级服务的好习惯”。

餐桌上的文明礼仪,是“食育”的重要组成部分,湖北师范大学教育科学学院教授汤广全曾撰文指出,“食育”要求在共食的过程中培养孩子基本的饮食礼仪,诸如餐具的使用、夹菜的方式、喝汤的讲究、吃相、如何处理饮食与说话的关系等等。在他看来,“尽管礼仪不等于道德,但对孩子而

言,礼仪是美德的基础”。

让餐桌成为德育的平台,或许是个不错的选择。吉首市乾元小学位于吉首市城郊,学校2600多名学生大多是随父母进城务工的孩子,为了把学生培养成“有教养、受欢迎”的人,校长高水平将“餐桌”当作德育实践的平台。“我们要求学生排队走路去食堂,安静就餐,节约粮食,吃完饭后自己收拾干净”,高水平介绍,学校一名杨姓同学的身体有残疾,发育较同龄人慢,走路做事也很慢,两名同学主动帮助他,坚持每天搀扶他一起去食堂就餐,帮他盛饭,替他收拾桌子。学校为他们的爱心行为点赞,其他同学耳濡目染,也加入了爱心队伍。

“教育和生活密不可分,德育要从生活着手,从小事着手”,高水平说,不要小看这张小小的餐桌,运用好了可以让德育事半功倍。

3 用饮食文化滋养心灵

古语有云:“民以食为天”。中国的传统节日多与吃有关,无论是春节的饺子、正月十五的元宵,还是端午节的粽子、中秋节的月饼,美味的食物不仅是我们需要,更因其丰富的文化内涵满足了我们的精神需求。

如何通过“食育”传承美食中的优秀传统文化?乾元小学在端午节开展的包粽子活动就是很好的尝试,端午期间,学校安排老师向孩子们讲述端午节的传说,解读屈原的诗歌,请当地的长辈示范粽子的正确包法,最后让孩子和家长一起包粽子,在飘香的粽叶里受到传统文化的熏陶。

在南县浪拔湖永太小学,“中秋节

做月饼”活动深受学生欢迎。学校统一购买食材,请老师讲解月饼的做法,再让孩子们动手体验。“放学时,学生将月饼送给接自己放学的爷爷奶奶、爸爸妈妈,家人团圆、其乐融融的场景,应该就是中秋节的真实意义吧。”永太小学校长杨小龙感叹。

舌尖上的美食传承着优秀的传统文化,也蕴藏着不同地域的风土人情,这种感受在记者打开吉首市民族中学的校本教材《美味湘西》时尤为强烈。教材中详细介绍了腊肉、酸萝卜、霉豆腐等湘西美食,如在介绍腊肉时,说明了湘西人食腊肉这一传统的由来,并推荐了“蒜苗炒腊肉”的具体做法。《美味湘



学生在中秋节制作美味月饼

西》由地理教研组编写,学校教科室主任赵文红介绍,校本教材以“湘西美食”为切入点,将地理知识、民族文化融入其中,既有知识性又有趣味性和实践性。

“湘西地区虽然不富裕,但当地人民用勤劳的双手创造了美味的食物,也创造了幸福的生活,我们希望学生能通过这样一门课程,了解家乡、热爱家乡。”赵文红告诉记者,《美味湘西》校本课程很受欢迎,不少学生把教材带回家,主动跟父母学习制作地道的湘西美食。

思考

为“食育”正名,系统推进“食育”工程

中国是文明古国、礼仪之邦,从“一粥一饭当思来之不易”的古训,到“食不厌精,脍不厌细”的主张,饮食文化源远流长。但进入现代社会之后,传统饮食文化逐渐淡出时代舞台,新的、更为科学的饮食文化又未能及时予以补充,以致在发达国家已经普遍开展的“食育”工程,在我国并未形成常态,即使有,也只是前文中记者所看到或听到的个例,这些涉及“食育”的尝试淹没在学校的德育课程之中,而不是单独成章,更遑论有系统、成体系地推进。

有专家将日本的“食育”经验作为参照,2005年,日本颁布《食育基本法》,“食育”上升至国家义务。随后,日本分步制定了三期“食育推进计划”,将“食育”置于终身教育的一环,规定家庭、学校、保育院、地区自治机构均有义务全力推进“食育”发展。加强全体国民对“食物”的关注,加深对大自然及食物生产者的感恩之情。十多年来,日本的饮食结构、粮食自给率、居民健康状况,甚至家庭结构、经济发展结构都出现了翻天覆地的变化。

政策强有力的支撑、社会的理解支持、独立完善的教育体系,这些正是我们推广“食育”面临的困境和难题。在长沙市健康管理学会会长沈春芳看来,“食育”应该像学校开展的德育、体育、美育一样,成为一门受重视的、独立研究的学科,提上教育主管部门的议事日程。当“食育”成为国家与社会关注的焦点之时,各种“食育”理念才有可能获得实验、实践与发展的平台,进而充分发挥其育人的作用。



端午节文化活动