



用好微信群,助家长成长

□ 彭群

考试前几天,王晓爸爸在班级的家长微信群里分享了一篇名为《静待花开》的文章,其中有这样一段话:“每个孩子都是一朵花,只是花期不同而已……真正的园丁不会在意花开的时间,只会默默耕耘,静待花开。”

没过几分钟,几个家长在群中交流起来。

“每个孩子都是不一样的,顺其自然吧。”

“孩子现在学习不好,但以后不一定不行!”

“不学就不学吧,开心就好,长大就知道学了。”

……

显然,一些家长误把“放养”当成了“静待花开”,抱着“顺其自然”“船到

桥头自然直”的想法,为自己开脱责任。我担心这样的情绪继续蔓延,也加入了讨论。

“每朵花的品种不同、花期不同,绽放时间也不同。但同样的花经不同的园丁之手培育,长势是不一样的。辛勤的园丁会给花施肥除草,智慧的园丁懂得花在不同的生长期有不同的需求,会采取相应的培育措施,懒惰的园丁只会任杂草疯长……我们在尊重孩子身心成长规律的同时,不能忘记默默耕耘。教育需要循序渐进,要时刻记得孩子的成长需要我们的指引和帮助。”

这段话发出后,我迅速发微信给家委会成员,微信群里马上热闹起来。

“是呀,没有付出哪有收获?耕耘

是关键,要想孩子有改变,家长也得改变。”

“如果家长错过培养孩子良好习惯的关键期,将事半功倍,甚至造成无法弥补的遗憾。”

“在班里,老师面对的是整个班的孩子,个别孩子的问题不能及时发现也在所难免。此时,家长的作用就显得尤为重要。我们要多与孩子沟通,多观察孩子的言行举止,发现孩子情绪不对时,及时了解情况,帮助孩子分析问题、解决问题。这样,孩子就能尽快摆脱困境,跟上大部队的步伐。”

微信群里一次热烈的讨论让家长明白了“静待花开”的真正意义:静待花开不是放任孩子,而是父母在心态上要保持希望,观察并接纳孩子成长的不同节奏。

听写接力

□ 董海

本学期,我试行了一种新的听写方式。

那天,上完新课,我对学生说:“下星期听写第一单元词语,同学们去复习一下。这次听写我将采取一种新的方式。”

我故意停一会儿,学生用期待的目光看着我。调皮鬼小张还好奇地问:“老师,什么方式?”

我接着说:“新的方式叫听写接力。以小组为单位,分5组,哪个小组词语听写全对,就认定全组的每个成员都通过了本次听写检查;反之,要是组内有一个成员在听写中错了一个,整组都不能通过,必须抄写两遍要听写的词语。”大家听了都很兴奋。

听写当天,我特意在台上摆了5块小黑板,这是我从学校后勤处借的,已弃置多年。

我事先向学生阐明规则:第一,听写期间保持安静,不得提醒组员,否则算犯规,词语判为错;第二,按座位顺序,每组一人听写一个词语;第三,每个词语写出时间不得超过6秒,如个别词语难度增加,会适当放宽。

现场很安静,但是我看得出,学生们的内心是不平静的,一个学生在听写,其他组员咬牙握拳,为他捏把汗;如果组员写错了,那他们更是皱眉瘪嘴,心有不甘。

首次测试,只有两个小组顺利通过。

大家商定,下一次听写接力在两周后举行,内容为第二单元的词语。

第二次测试的前几天,我惊喜地发现,学生们都很认真,课间和午间都能看见他们相互帮助练习听写,而平时最调皮的那个男生,被几个女生围着督促复习。

第二次大家的进步非常明显,有4个组通过了。



“我和消防有个约定”

6月10日,桂东县消防救援大队与桂东县沅江一完小组织开展“消防开放日——我和消防有个约定”活动。活动中,消防讲解员进行了消防安全知识的讲解,学生进行了灭火器的实践操作体验。

郭杰雄 摄影报道

居民营养素养及影响因素分析

长沙卫生职业学院 李治伟 罗小琴 张谥 周峰

国民的营养健康事关国民素质的提高和经济社会的发展,营养健康已上升为国家战略,提高居民的营养素养水平改善国民营养健康状况刻不容缓。相关研究结果显示,营养素养是导致人们饮食结构和习惯差异的关键因素且对慢性非传染性疾病如肥胖、糖尿病、癌症和心血管疾病等的防控具有重要作用。本课题组开展了居民营养素养水平调查,分析评价居民营养健康素养水平及其影响因素。期望研究结果运用于营养科普教育实践,采取针对性的营养教育及更有效的干预措施,进而改善长沙市居民营养健康状况。

1. 方法

1.1 量表选择与调查方式。本研究参考张韵秋等构建的成年人营养素养测量量表,设计了在线调研表,采用点击链接或者扫描二维码的形式填写问卷。

1.2 从知识储备、知识理解、互动技能、评判技能、获取技能、应用技能6个维度,41个条目调查长沙市居民营养素养具备情况,每个条目分别设置“非常不符合、不符合、一般、符合、非常符合”选择,分别赋分1-5分。

1.3 统计分析。所有数据直接导出SPSS文件,采用SPSS 21.0软件包进行统

计分析,两组之间比较采用t检验,多组比较采用单因素方差分析,组间比较方差齐时候采用LSD检验,方差不齐时候采用Tamhane T2检验,取检验水准为0.05。

2. 结果

2.1 样本构成情况。

本研究通过在线问卷调查的方式共计收到1088份有效问卷。其中男性256人、女性832人,汉族992人、少数民族96人,城市人口832人、农村人口256人,在校学生416人、非在校学生672人,月收入小于2000元48人、2000~4999元288人、5000~7999元240人、8000~9999元112人、≥10000元400人。平均年龄分布18~59岁,平均32.12岁。

2.2 营养素养影响因素分析

参与调查人群营养素养的总得分平均值为155.41±29.22,具备率为72.28%,相比较营养应用技能具备率最低(67.99%),知识储备具备率较好(82.31%)。

2.3 营养素养影响因素分析

进一步对营养素养具备情况影响因素进行统计分析,不同性别、是否在校、不同年龄段营养素养总得分差异无统计学意义(P>0.05)。不同常住地、职

营养素养分类	得分情况	具备率%
互动技能	31.88 ± 6.58	70.85
评判技能	20.59 ± 5.22	68.63
获取技能	17.22 ± 4.39	68.88
应用技能	37.40 ± 8.76	67.99
知识储备	28.81 ± 5.75	82.31
知识理解	19.51 ± 4.33	78.06
营养素养总得分	155.41 ± 29.22	72.28

业、是否医药卫生相关学生或工作人员营养素养总得分差异具有统计学意义(P<0.05),相比较常住城市人口、专业技术人员、医药卫生相关学生或工作人员、营养素养总得分较高,常住农村人口、工人、农民、低收入人群、非医药卫生相关学生或工作人员营养素养总得分较低。

3. 对策与建议

3.1 加强社区营养科普教育

研究发现营养科普教育能提高营养知识、饮食行为及食品安全认知得分,提升营养健康素养。社区营养与健康科普教育是最贴近居民的健康教育方式,通过对社区居民开展营养健康教育,可以提高居民对营养健康的认知,改善其态

度和行为,对提高全民健康素养具有重要意义,对于提升居民的身体康水平发挥着重要的现实意义。长沙市医药卫生类高校、卫生职业学校、医疗卫生机构多,可以社区为主体整合多方健康教育力量,构建“专业机构—社区—家庭”三级联动系统,社区可联合专业机构(医药卫生类高校、卫生职业学校、医疗卫生机构)采取线上、线下专家科普讲座,制作发放宣传手册等方式开展营养科普教育活动,多举措促进社区居民有效参与,切实提升居民营养健康素养,提升居民健康水平。

3.2 加强对重点人群营养科普教育

通过本次研究可见常住农村地区人口、工人、农民、低收入人群、非医药卫生相关学生或工作人员营养素养总得分较低,营养素养具备率低,要针对这些重点人群重点加强营养健康教育,特别是常住农村地区、低收入人群人口互动技能评判技能、获取技能、应用技能、知识储备、知识理解6个维度得分均低,是营养科普教育的重点。

(本文系长沙市哲学社会科学规划课题研究成果,课题名称:长沙市居民营养素养调查及影响因素分析,课题编号:2021csskzkc46)