



小学生报



中华小当家饮食有方

寒潮下的上周二, 闸北第三中心小学的陈来秀老师熬好一锅热腾腾的粥在社团活动室等着社团活动时刻同学们的到来。闸北第三中心小学的社团“中华小当家”是一个广受学生欢迎的明星社团。社团经过了八年的发展壮大, 日前社团课程被结集成书出版, 这本名叫《饮食有方》的书又回过来指导社团实践, 同学们在阅读这本书的同时, 又将书中内容编成任务清单。

记者 曹莹



设立初衷 补上生活教育这一课

据中华小当家社团的负责人陈来秀老师介绍, 现在的学生生活在“物质富裕、信息富余、常识贫乏”的时代, 身为“互联网的原住民”, 他们对网络的熟识度远远大于对生活常识的了解, 以至于有些人直至成年后依然不知道咸鸭蛋也有生的、不知道洗鱼时需要去除鱼鳃、衣服需要分类清洗, 甚至连把一件衣服周正地晾在衣架上都无法做到……显然, 学生们早期的“生活教育”严重缺失了。民以食为天, 每日的美食烹制于是成为当家人的头等大事。在孩子眼里, 厨房往往是家中最温暖、最温馨、最有“家的味道”的地方, 更是一个能极大满足孩子好奇心的神秘的所在。处于小学阶段的学生, 是生涯辅导的启蒙阶段, 他们对于360行的了解, 最合适的方式是走近、体验。因此, “中华小当家”社团应运而生。

发展壮大 变成多学科知识综合平台

最初的“中华小当家”社团一学期只有6次课, 由于太受学生欢迎, 现在不仅已经发展到一学期有15次课, 而且每次课程都要拼手速靠秒杀。经过多年的探索实践、升级迭代, 社团目前已经成为一个融中医饮食文化、生活实践、创新与表达、跨学科研究于一体的综合平台。社团课程在前不久还被编进了“小学生中医药传统文化教育”系列读本, 以《饮食有方》为名成册编撰。

中华小当家们周末和家长一起来到菜场、超市, 学习查看货品的价格、生产日期、保质期、生产

商; 启用“家庭小账本”记录各项支出, 以一个月为周期, 学习测算“恩格尔系数”(家中食物支出占消费总支出的比重); 了解自家厨房的布局, 认识厨房里的锅碗瓢盆、常用调料、厨房电器、各类清洗工具的用途用法, 认真观摩家长下厨, 了解洗切、烹饪、摆盘、清理厨房的基本流程, 动手实践操作。

这学期, 有了《饮食有方》给同学们提供主体清单的灵感, 同学们通过主动查资料和寻访, 落笔成图文并茂的文本, 学习的积极性强了, 表达能力也提高了。

积极意义 让厌学的同学重塑信心

四年级的沈同学因为学习上吃力, 有一阵子闹着不肯去学校, 正好中华小当家社团报名开放时, 她秒课成功。在社团活动中, 她动手能力、表现力比其他同学强, 作品总是得到老师夸奖, 她的自信心也树立起来。现在的她, 已经开始期待上学, 成功地将学习的主动性、探究意识迁移到

学科学习中。沈同学的妈妈一度为女儿的学习状态十分担忧, 后来, 妈妈一起加入中华小当家视频的制作, 除了每周一发娃的作品, 甚至成为办公室的视频制作大神, 教授同事们制作视频。每周完成中华小当家作业的时光也是母女最幸福的亲子时光。

心声

尚珂儿: 通过社团活动, 了解了中国的饮食文化, 倡导了健康的饮食观念。每周的社团活动将我们这群热爱美食喜欢动手的孩子聚在一起, 品尝和亲手制作健康而美味的食物, 体会到了自己动手的快乐。

每次的视频拍摄, 都是一次自我

学习和展示的过程: 我克服了紧张, 增强了自信, 培养了烹饪能力和生活技能, 同时也意识到食堂师傅阿姨的辛苦。

家长: 孩子在这个社团里学会了食物分类、正确使用厨房用具、了解什么食物是有益的, 我们家也有了一个积

极快乐的亲子时间, 和宝贝一起分享美食, 作为家长深感欣慰。

陈池夏: 在这个社团里我从一个“厨房小白”到渐渐学会了炒一些简单的菜, 做一些小点心, 煮一款凉茶。这一切都离不开陈老师对我的

教导和帮助, 还有我的外公、外婆和妈妈, 从买菜、配菜到烧菜, 拍摄剪辑, 都是他们在旁边帮我一起完成。我要谢谢陈老师! 谢谢我的家人!

家长: 从第一期开始的不知所措到现在的侃侃而谈, 每一期都可以看到他的进步。感谢老师对他的培养和教育。

精彩导读

耗资百亿美元 史上最贵望远镜升空

▶ 3版

儿童版世界简史

▶ 8版