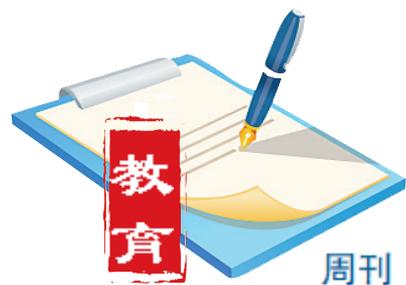


小餐桌撬动大教育 让成长“味”力十足

市北校园食育赋能深耕“健康第一”育人理念



责编/闵佳
美编/李虹芬
审读/孙勇

教育的美好,藏在一饭一蔬的温度里;健康的成长,融在三餐四季的滋养中。在教育部深入落实“健康第一”工作部署的背景下,青岛市市北区深耕校园食育建设,以学生营养健康为核心,打破“食堂仅为就餐场所”的传统认知,通过构建食堂精细化管理体系、系统化研发食育课程、多元化开展特色实践、家校社协同化发力,将食育与德育、智育、体育、美育、劳动教育深度融合,让校园餐桌成为培育健康素养、传承饮食文化、涵养文明品格的重要阵地。以“小餐桌”撬动“大教育”,为学生全面发展筑牢健康根基。



青岛育新小学学生在校园食堂就餐。学校供图

精细管理强根基 食育课程入人心

市北区教体局以“科学食养 助力儿童健康成长”为主题,创新推出学校食堂“5V”管理模式,通过硬实力与软实力、整体与细节、标准与实操、规定动作与自选动作的全方位布局,为校园食育搭建起规范化框架。辖区各校层层压实责任,将食品安全与精细化管理贯穿食堂运营全流程,让健康守护有章可循、有据可依。

学校摒弃“食育仅为营养知识讲解”的浅层认知,立足校情打造特色食育课程体系,将饮食健康、文化传承、劳动实践融入课堂,让食育从“知识灌输”转变为“沉浸式体验”,真正走进学生心里。青岛崇德小学深挖中华饮食文化内涵,将食育课程与二十四节气深度融合,推出“美食课堂——四季里的美味”特色栏目,邀请

食堂工作人员、师生、家长共同参与课程建设,师生化身小主播讲解节气美食与营养搭配,原创《光盘行动拍手谣》更让惜粮节粮的理念在传唱中深入人心。青岛博文小学打造营养健康互动长廊,培育“小主人营养健康宣讲员”,通过食育手绘展评、专家沙龙等活动,让学生在互动讲解中主动学习营养知识、传播健康理念,真正成为食育的参与者与传播者。

实践体验促践行 食育润心助成长

各校以丰富的创意实践活动为载体,让学生在动手、动脑、动口的过程中深化食育认知,将健康饮食、珍惜粮食的理念内化为自觉行动。

青岛北山二路小学以“中国学生营养日”为契机,开展谷物水果创意作画活动,黄澄澄的小米、红彤彤的红豆成为孩子们手中的“颜料”,

在创作中既了解到食材的营养价值,更懂得“粒粒皆辛苦”的真谛。青岛辽源路小学创新推出“食趣”“食礼”“食论”三部曲,组织营养健康辩论赛,让学生围绕“荤食与素食的健康利弊”展开激烈探讨,在思辨中树立科学的饮食观。青岛富源路小学举办新菜品品鉴会,由家长、师生代表组成膳食委员会共同品鉴打分,获奖菜品纳入“每周食谱”,让学生的口味需求与营养搭配有机结合。青岛同安路小学立足海洋文脉打造“海游荟”食育品牌,将食品知识与海洋知识巧妙融合,师生共同创意制作“中国居民平衡膳食宝塔”,让营养教育在富有地域特色的氛围中潜移默化浸润心灵。

家校协同聚合力 共育健康好“食”光

市北区各校深知,食育并非学

校的“独角戏”,而是家校社协同共育的“交响乐”,唯有与传统文化、校园文化深度融合,才能让食育在润物无声中成为学生的成长必修课。

青岛育新小学精心打造“膳美育新”书文化创意特色餐厅,将阅读空间与就餐环境有机融合,依托膳食委员会、家长陪餐、特色餐品日及传统节日食育实践活动,实现家校共育与文化浸润,把美好寓意与健康理念传递给学生;青岛辽源路小学借助营养健康辩论赛与“食趣”“食礼”“食论”三部曲,引导学生在思辨中树立科学饮食观念;青岛启元学校立足食育课程与“启元·食育爱播客”米乐小剧场课本剧,让学生在沉浸式体验中树立惜粮爱粮意识,打造特色食育体验乐园。全区各校以多元形式搭建家校沟通桥梁,推动食育从校园延伸至家庭,营造出“家校共育、健康同行”的良好氛围。

从精细管理到课程构建,从实践活动到家校协同,市北区以食育为抓手,将“健康第一”的育人理念落到实处。在这里,校园餐桌不再只是满足味蕾的场所,更是培育健康素养、传承文化基因、涵养文明品格的成长课堂;在这里,食育不再是单一的营养教育,而是五育融合的生动实践,是助力学生全面发展、终身发展的重要举措。一餐一食皆教育,市北区以食育为笔,在校园餐桌间书写温暖教育答卷,让健康种子扎根童心,让美好“食”光伴学生向阳成长。

青岛晚报/观海新闻/掌上青岛记者 于娜

在“慧玩”中探索数学奥秘

青岛金门路小学数学文化节启幕

伴随着学生们雀跃的脚步和期待的眼神,青岛金门路小学第八届“金童的数学百草园”数学文化节日前开幕。本届主题是“慧玩数学,悦动启智”,不仅是一场游戏,更是一场关于思维与未来的邀约。

清晨的阳光洒满操场,学生们的欢呼声点燃校园的热情。校长杨红用温暖而有力的话语为数学文化节启幕:“学习数学不只是为了做对数学题,而是为了学以致用,是为了拥有‘预见’未来的超能力!”

开幕式上,歌曲《数学之歌》,让数字在旋律中跳跃,让逻辑在节奏中流淌;数学小剧《卖的没有买的精》,将买卖中的数学智慧演绎得妙趣横生。

开幕式后,各年级的“数学实验室”热闹开场。一年级学生一笔画成“欧拉回路”,他们惊讶地发现,原来所有的图形,都可以用一条线不重复地走完;在二年级教室,四色地图在笔下变得五彩斑斓,地图着色的神奇规律,让每一双眼睛都闪闪发光;三年级学生小心翼翼地制



学生们在游戏中感受数学魅力。学校供图

作莫比乌斯带,当铅笔划过纸带画出无限延伸的线条时,他们忍不住惊呼“太神奇了,它只有一面”;四年级学生用彩纸拼贴出谢尔宾斯基三角形,相似的分形结构在手中一层层展开,像极了数学世界里永不重复的雪花;五年级的魔方在指尖飞舞,“咔嚓、咔嚓”的声响中,六种颜色一一归位,那是空间思维与耐心的双重胜利;六年级学生则在校园

里寻找黄金比,他们测量、计算,在树叶的脉络、建筑的轮廓中,发现了数学与美的秘密。

青岛金门路小学的数学文化节,是一次思维的远航,更是一段成长的旅程。在这里,学生们不是被动地接受知识,而是在“慧玩”中主动探索,在“悦动”中快乐成长。

青岛晚报/观海新闻/掌上青岛首席记者 张译心 通讯员 魏海燕

资讯

青岛市北区实验小学: 追“锋”少年在行动

近日,青岛市北区实验小学常态化开展“学习新时代雷锋精神”主题教育系列活动。全校各年级广泛参与,将奉献精神内化于心、外化于行,在日常实践中传承美德、传递温暖。

活动中,低年级学生通过主题班会聆听雷锋事迹、感悟榜样力量,在班会后拿起画笔,用手抄报、绘画作品勾勒心中雷锋的模样,以童真笔触诠释对奉献精神的理解。中高年级学生则走出校园、走进社区,化身小小志愿者,为独居老人送去陪伴,开展楼道清扫、广告清理活动,向居民宣传环保知识。校园内,微公益活动同样如火如荼,同学们主动整理图书角、清洁公共区域、帮扶学困伙伴,以点滴行动践行“不怕苦、不怕累”的雷锋精神,让文明之花绽放在校园的各个角落。

据悉,此次学雷锋主题教育系列活动让学生在实践中感悟雷锋精神的时代内涵。学校相关负责人表示,将持续推进学雷锋活动常态化,让雷锋精神在校园中代代相传,引导学生以实际行动争做新时代雷锋式好少年。 青岛晚报/观海新闻/掌上青岛记者 于娜 通讯员 隋嗣龙