



藏在“严厉”里的爱

镇江市红旗小学四(3)班小威一直是其他家长口中“别人家的孩子”。和所有望子成龙的家长一样,小威的爸爸对孩子的期望很高。作为大学法律专业的教师,戚爸爸做事总是“一板一眼”,一次,班上有名学生在背诵法律条文时表现得很自满,戚爸爸严厉地批评了他。在爸爸的“监督”下,那名同学参加辩论、模拟法庭等活动,培养法律思维,毕业后成为一名优秀的法律工作者。在家庭教育中,爸爸似乎带了点“职业病”,“爸爸很爱我,但也很讲原则。察觉我学习态度不端正时,他会严厉地指正。”刚开始,小威有些“受不了”,但当他发现在爸爸的教导下,自己养成了很多好的学习习惯,便明白了爸爸的良苦用心。教师节就要到了,小威在感恩爸爸陪伴与教导的同时,也希望爸爸能在学习中对自己多些肯定与夸奖。



夏日悠悠薄荷香

本报记者 周琳  
通讯员 戴福妹 范寒怡

夏日里,蚊虫们活跃起来,不仅常常在你耳边嗡嗡作响,还会时不时“送出”一个让人又痛又痒的大“红包”。为了对抗这些小烦恼,苏州吴中实验小学中草药社团的同学们在社团暑期特训课上,利用手边的中草药自制驱蚊花露水。

通过对市面上花露水成分的研究,六(1)班廖黄子墨和小伙伴们发现了一味神奇的中草药——薄荷,“它不仅具有解毒透疹、疏散风热的功效,还有芳香的气味,正是对付蚊虫的利器。”在老师的带领下,廖黄子墨和小伙伴们将自己种植的薄荷与艾草叶洗净、晾干,放进干净的塑料瓶里,并倒入75%的酒精密封浸泡。正当廖黄子墨对体验自制花露水满心期待时,老师却告诉他,要等酒精颜色变深黄才可以使用。就这样焦急地等到第7天,老师才宣布可以打开密封罐。密封罐被打开后芳香四溢,廖黄子墨说:“自制花露水闻起来很清凉,还有点中草药的特殊香气。这次活动不仅让我学到许多中草药知识,还让我明白做事不能心急。”

花露水的制作勾起了大家对薄荷的探究兴趣,六(1)班刘雨曦和小伙伴们展开了身边薄荷物品大调查,进一步了解薄荷在日常生活中的运用。大家在家中、超市里寻找,发现一些牙膏、洗发水、薄荷糖里都有薄荷的身影,“原来薄荷既有药用价值,又有食用价值。”于是,大家动手制作起薄荷抹茶饼干、薄荷糖、薄荷蛋糕等解暑美食,送给社团老师、学校的保安伯伯和环卫阿姨们,表达谢意,因为“是他们的守护,才保证了我们活动的正常开展”。新学期,刘雨曦期待在社团活动中进一步了解和发掘中草药的妙用,让生活变得更加芬芳美好!



小小非遗传承人

教师家庭:  
我们的别样成长体验

本报记者 周琳  
通讯员 乔蓓 周春国 陈玉剑

他们是父母,也是老师。他们每天像陀螺般忙个不停,随时准备着为学生解答难题,为家长排解焦虑。其实,“全能”与忙碌的背后是他们工作的热爱、对学生的关心。成长在教师家庭是一种怎样的体验?教师父母面对自家娃时的教育理念又有何不同?让我们一起来看一看吧——

妈妈为我打造“加油站”

盐城市大丰区实验初级中学九(11)班仇贝宁的妈妈是一名初中语文教师,在对待学生时,她并不以成绩“论英雄”。前不久,妈妈看到了一篇视角独特的学生习作,尽管作者成绩并不拔尖,但她依然热情地指导、修改,并把它推荐到学校校刊编辑那儿。作文发表后,那名同学成就感满满。“妈妈常说成绩不是衡量学生是否优秀的唯一标准,所以她从没为我设立过高的学习目标。当我成绩不稳定时,她也不急躁,而是肯定我的点滴进步,鼓励我做更好的自己。”学习之余,仇贝宁和妈妈会一起欣赏音乐、看综艺、打篮球……在融洽的家庭氛围中,仇贝宁健康快乐地成长着,学习的主动性也更强了。“妈妈说家是成长的港湾,感谢她为我提供了一个温暖、自由的成长‘加油站’。”



讲解漕运历史 弘扬家乡文化

本报记者 朱雯  
通讯员 王立均

每逢节假日,人流如织的中国漕运博物馆内,总能传来淮安市楚州实验小学小讲解员们响亮的解说声。他们热情地迎接着一批又一批游客,声音并茂地为大家讲解家乡淮安的漕运历史。

“大家好!欢迎来到淮安,我们现在就位于古城的正中心,这就是中国历史上主管全国漕运的最高机构——总督漕运公署……”在博物馆前方的总督漕运部院遗址公园大门前,三(6)班的红领巾讲解员高辰骏正认真讲解着。虽然正式“上岗”没多久,但介绍起家乡的漕运史却有模有样。作为淮安人,高辰骏对和学校一街之隔的中国漕运博物馆并不陌生,节假日,这里是他和爸妈常去的打卡地。上学期,得知红领巾讲解员要招新成员,他主动报名。为了顺利入选,他接连几天到博物馆里仔细观察讲解员阿姨的动作神态和语调,经过一轮轮选拔,他从260多名报名者中脱颖而出。然而,拿到讲解稿后的第一眼就把他难住了,“不仅许多生字不认识,讲解词中的许多内容也不

理解,根本背不下来。”在妈妈的帮助下,高辰骏查字典标注字音、词义,并通过上网查资料、观看纪录片等方式着重对京杭大运河的开凿历史、家乡淮安在漕运历史上的地位和作用进行了详细了解。下课后有空,就拿着讲解词一边理解一边熟读背诵,渐渐地,他不仅全部都记了下来,讲解时也越来越流畅。

和高辰骏一样,三(4)班紫涵也下了不少功夫,“第一次讲解时,面对那么多参观者,我一紧张,语速就快了不少,有好几个字发音都没发准,动作也做得不规范!”为了缓解紧张情绪,紫涵每天放学回家对着镜子背稿子、练站姿和动作。虽然练习枯燥乏味,但每当她细致入微地介绍展馆内一件件实物和遗存,看到游客们投来的赞赏目光时,觉得再苦再累都是值得的,“作为小讲解员,我不仅增长了知识,还让更多的人了解到家乡淮安这座历史文化名城,我觉得非常自豪。我要努力学习,做家乡文化遗产的守护者和继承人。”

小手巧绘新脸谱

本报记者 朱雯  
通讯员 卢金元

戏曲中的脸谱隐藏着什么知识?各种颜色的脸谱代表什么人物性格?近日,宝应县安宜实验学校雏荷剧场里热闹非凡,少先队员们跟着扬州市非物质文化遗产项目“戏剧脸谱”的传承人筱杨爷爷一起识脸谱、画脸谱、传国粹。

“这个脸像桃子形状的是不是孙悟空呀?”“这个大鼻孔的一定是猪八戒!”活动中,筱杨爷爷展示的脸谱长卷一下子吸引了大家的注意,五(7)班杨金堇和同学们饶有兴致地讨论起来,“画卷上一共有60张脸谱,都是筱杨爷爷亲手画的!”同学们仔细打量

着每一张脸谱,发现它们的颜色、神态、表情各不相同。

“白色的脸谱一般表示奸臣、坏人,蓝色或绿色的脸谱代表人物豪情而暴躁,红色的脸谱昭示忠勇侠义……”在筱杨爷爷的讲解中,五(7)班卢希怡了解到,脸谱是中国传统戏曲演员脸上的绘画,不同颜色代表了戏剧脸谱人物的不同性格,“除了颜色,脸谱上的纹路也各有寓意呢!”看着曹操脸谱上鼻子旁三道像小刀一样的纹路,卢希怡一下子就猜出了这“三把小刀”暗示着曹操“两面三刀”的阴险性格,“还有那眼睛旁又细又长的

暖心榜样在身边

在南通市通州区实验小学四(9)班同学们眼中,周一是一个“靠谱”的好伙伴,不仅成绩优异,性格也很好。这一切都离不开周一爸爸的教导。作为一名小学数学老师、学校副校长,周一爸爸工作很忙,备课、组织活动、处理学校事务……一次,周一和爸爸约好放学后一起去书店,可等了好久爸爸也没来,他心情低落极了。直到夜幕降临,爸爸才匆匆赶到,原来他一直忙着护送没有雨具的学生回家……看到爸爸被雨水打湿的肩膀,周一明白了:“他不仅是我的爸爸,也是学生们依赖的‘校园家长’,虽然他陪伴我的时间没有那么多,但却用行动给我树立了榜样,引导我做一个善良有爱的人!”从那以后,周一不仅学会了照顾自己,长期备好雨具的同时,也不忘给自己的班级补上一把备用伞。

作为老师的孩子,我们有“压力”也有幸福,有快乐也偶尔失落……让我们怀着一颗感恩的心,努力学习,勤奋刻苦,用实际行动为爸爸妈妈送上最暖心最有爱的节日礼物!



进入青春期,我们的身体会有一些变化。对于女孩来说,月经初潮即女性第一次月经来潮,是青春期到来的重要标志。月经来潮提示卵巢产生足够的雌激素使子宫内膜增生,雌激素达到一定水平并且波动明显时,引起子宫内膜脱落即出现月经。这是一种正常的生理现象。初潮之后不一定每个月都会按时来月经,大约经过5到7年建立周期性规律排卵后,“大姨妈”才会按时拜访。

月经初潮的女孩应该注意哪些呢?

1. 建议淋浴,禁止盆浴。
2. 及时更换卫生用品。
3. 定期清洗和更换内裤。
4. 注意休息及营养。女孩子在经期可选择易消化的优质蛋白饮食,注意补充水分。要注意休息,避免熬夜,白天少卧床,适当活动,但须避免剧烈运动,如果遇上体育课等特殊情况下,可以向老师请假。

5. 正确处理痛经。部分女孩初潮即有明显痛经,严重时出现面色苍白、大汗、呕吐、腹泻等。这时,父母和老师应当重视心理疏导,消除孩子的紧张情绪和顾虑。出现痛经时,可适当卧床休息,热敷下腹部,以缓解疼痛。必要时使用药物治疗,如口服布洛芬等。此外,部分痛经可能和子宫内位症有关,如症状严重应及时去医院进行专项检查,以免延误病情。

(作者单位:江苏省妇幼保健院妇女保健科)

面对青春期身体变化,莫慌张!

王慧源

鱼尾纹,肯定是曹操正眯眼打什么坏主意呢!”

一张张生动传神的戏剧脸谱让同学们啧啧称奇,他们也对画脸谱产生了浓厚的兴趣。大家拿起画笔,充分发挥想象,用鲜艳的色彩和图案大胆创作和尝试,画出自己心中独特的脸谱。瞧,杨金堇在画美猴王孙悟空的脸谱时,不仅学着筱杨爷爷的样子耐心地描绘桃形脸上的每一道纹路,还在额头上画了一个小桃子,并将眼睛涂成了金色,“孙悟空不仅爱吃桃,还火眼金睛,我画得是不是很传神?”