

# “雨”你共成长

江苏省无锡市泰伯实验幼儿园 蔡谨丞



因为孩子们在过雨

陈鹤琴先生说：“大自然、大社会，都是活教材。”朱永新教授也提倡要通过“观察自然和体验自然来激发儿童的好奇心和创造力”。我们以此为宗旨，带领孩子们在观察中增进对世界的认识，收获成长的快乐。

春日，天空中密密匝匝的细雨飘落至整个幼儿园。园里湿漉漉的，屋檐滴水的水珠在青石板上绽开银色的花。孩子们趴在窗台上数雨滴的模样，成了这场奇妙探索的序章。从发现下雨的那一刻起，一场充满童趣的“雨”之行，便如涟漪般在游戏中自然扩散开来。

孩子们蹲在走廊上，看着雨帘编织的朦胧世界。“滴答滴答，下雨啦，下雨啦！”这声童语瞬间激起千层浪，大家想起了故事书《小水滴的旅行》：“小水滴点在荷叶上滑呀滑，和露珠们撞了个满怀”“点和点小鱼们捉迷藏，躲在水草后，笑声在水面荡起圈圈涟漪”……这些藏在文字里的雨，时而温柔，时而欢腾，点亮了孩子们的眼睛。

要是我们幼儿园也能变成故事里的样子就好了！不知是谁发出了感叹，我看着孩子们亮晶晶的眼睛，笑着接过头：“那不如我们一起让幼儿园‘住’进画里吧！你们想让小雨滴在我们幼儿园的哪些地方玩耍呢？”孩子们热烈地讨论着：“可以在海盜船上滑滑梯”“可以在花瓣上跳舞”……美工区热闹起来，孩子们抓起排笔，蘸上蓝白颜料，复刻着记忆里的雨景。滑梯上跳跃的雨点变成欢快的音符，花坛里沾雨的花瓣被拓印成梦幻的粉紫色。有个孩子突然大声喊：“我要把‘白雨跳珠’画成会动的！”原来，他们早已把读过的诗句悄悄揉进了创作的灵感中。

当一幅幅《雨中奏鸣图》挂满展示墙时，孩子们围着作品又蹦又跳。不知谁起了个头，教室里突然响起孩子们自编的《小雨歌》：“滴答滴答小雨点，亲亲小花转圈圈……”欢快的节奏像是会传染，大家拍着手、跺着脚，把雨声谱成了最动听的旋律。有人捡起彩绸当作雨丝挥舞，有人用小棒“雨鼓”敲出节奏，歌声里满是对雨的奇思妙想。

歌声还未停歇，小舞台上的彩虹伞已经撑起一片“雨幕”。孩子们笑着钻进伞下，模仿雨滴落下的样子：

踮脚旋转是毛毛细雨，蹦跳拍手成了倾盆暴雨。有人突发奇想趴在地上，用扭动的身体表现顺着屋檐滑落的雨线。这场即兴舞蹈里，每个动作都藏着他们观察到的雨的秘密，连空气都变得湿漉漉、活泼泼的。

突然，恩汐停下动作，望着窗外淅淅沥沥的雨小声嘀咕：“我们学了这么多雨的样子，可云朵里的雨滴为什么总也落不完呢？”这一问，让原本热闹的教室瞬间安静下来。大家围坐在一起，七嘴八舌地猜测着：“云朵是不是有个魔法口袋？”“小雨滴会自己长出来吗？”一场新的探索又在好奇中悄然萌芽……

这时，我笑着提议：“这些问题太有意思啦！老师请你们当一回‘小侦探’，回家和爸爸妈妈一起看绘本、查资料，找找答案。明天咱们带着‘侦探成果’回来，一起做实验揭开谜底，怎么样？”

第二天，小“侦探”们带着收集的资料来到教室。“现在是实验大揭秘时间！”我举起两个透明烧杯，一个装热水，另一个倒扣其上，告诉大家，“这就是我们的天空。当它们围拢过来，目不转睛地看着。当我把冰块放在烧杯上方，烧杯内侧很快出现水珠。”快看！雨滴在往下掉！”孩子们惊呼着。我解释道：“太阳把地面的水变成水汽升空，遇冷形成云，水滴太重就会落下成雨，地面的水又蒸发

回去，这就是水循环！”孩子们恍然大悟，原来雨就是这样形成的。

接下来，孩子们分组搭建“天气系统”，观察雨滴的形成。“原来不是云朵里的雨滴落不完，是水在不停地旅行呀！”恩汐恍然大悟，“小水滴抱团才会变成雨！”孩子们的讨论声此起彼伏，迫切想知道更多“雨的魔法”。

孩子们问我：“土地干得庄稼都快渴死了怎么办？”我打开“云博士”智能教学系统，它挥动魔法棒，展示云层动画：“科学家们会驾驶飞机播撒干冰，就像给小水滴发‘黏合剂’，能让它们快速抱团变雨！”

语芯突然眼睛一亮：“马拉松比赛前，是不是也是用这个魔法把雨赶走的？”“完全正确！”“云博士”竖起大拇指，“这叫‘人工降雨’，就像给云朵安排行程表。科学家会提前计算好时间，让雨水在比赛开始前就下完，这样运动员就能在干爽的跑道上尽情奔跑啦！”清波激动得跳起来：“我以后也要当这样的超级魔法师！”在孩子们的惊叹声中，一颗颗探索科学的种子悄悄种下了。

窗外雨滴还在落下，孩子们的眼神里多了一份对自然规律的深刻洞察。孩子们化身“天气小侦探”，欢呼着抓起滴管、举着水杯冲进雨幕，却只接到了浅浅的一层水。“这样接雨太慢啦！”孩子们望着水珠发愁。

“怎么才能更好地接住雨的礼物？”恰逢周末有雨，孩子们与父母一起将废弃油桶、塑料瓶改造成收雨器。周日的幼儿园变成了创意工坊：PVC水管弯成螺旋水渠挂在栏杆上；镂空的陀螺倒扣在屋檐下；剪去瓶身的饮料瓶变身敞口漏斗……可现实却泼来冷水——风雨吹散了歪斜的容器，破裂的瓶口只留下零星水渍。科学区里，孩子们反复试验如何让收雨器“站”稳脚跟，有人发现黑色自锁扎带比麻绳更牢固，有人把陀螺底部垫上橡胶片，还有人将漏斗藏在屋檐内侧避风。当夜雨再次降临，晨光中的收雨器盛满“战利品”——这次真的接满雨水啦！

面对容器里混着花瓣和枯叶的雨水，孩子们又犯了难：“怎么让雨水变干净？”科学区播放的过滤视频成了孩子们的魔法指南，纱布、海绵、鹅卵石在他们手中排列组合，粗石拦住枯枝，细沙吸附泥浆，最后一层纱布滤出了透透的水珠。

孩子们冲向种植园，用过滤后的雨水浇灌蔫头耷脑的茼蒿苗；把绿萝搬进自然角，每天记录叶片的舒展轨迹；蹲在墙角，观察蜗牛爬过湿砖缝，争论蚯蚓松土留下的银色痕迹是什么。“原来雨水是大地的魔法药水！”孩子们画满雨滴的记录本上，有接雨器的设计图、雨水的过滤步骤，还贴着蜗牛壳的拓印和植物新芽的照片。

这场由雨滴引发的奇妙旅程，恰似充满童真的自然交响曲。孩子们诵读雨的诗篇，描画雨的灵动，在歌声与舞步里感受雨的韵律，在探索中揭开雨的科学密码。从仰望天空盼雨来，到亲手制作接雨器；从反复尝试净化雨水，到见证生命因雨焕发生机，每个环节都闪耀着自主探索的光芒。兴趣驱动自发的追寻，试错灌溉成长的智慧。在探索中，知识如春雨般悄然滋养着每一颗好奇的心，在孩子们心中播下热爱自然、勇于探究的种子。

与雨共舞的日子，是童年馈赠的珍宝。当传统文化遇见科学实践，当惊喜精神交融求知渴望，学习便化作惊喜的发现之旅。孩子们用稚嫩的双眸观察世界，用灵巧的双手探索世界，更在点点滴滴的尝试中与自然建立起最纯真的联结。这些雨的故事，终将成为孩子们成长路上的星光，照亮未来的每一步！

朱永新教授曾说：“首先，教育应该是幸福的，应该让师生和父母都能够享受教育的幸福，让学生享受学习的愉悦、智慧的挑战和成长的快乐，让教师享受职业的尊严与教学的乐趣。”以汉画像石为切入点，在穿越古今的课程探索之旅中，我认真践行新教育实验倡导的理念，努力和学生们过一种幸福完整的教育生活。

## “听”石记：舌尖上的汉画像石

汉画像石是刻画于汉代墓葬棺槨、祠堂四壁以及建筑构件上的画像。画面中的内容涉及劳动、娱乐、神话、生活等方面，也关乎政治、经济、典章、制度、风俗人情等。汉画像石不但是我国珍贵的文化遗产，也是反映汉代社会生活的一面镜子。

我与汉画像石的课程故事，应当从一节美术课说起。2017年，我曾听过一节“舌尖上的汉画像石”公开课，这节课将汉画像石文化和徐州的饮食文化结合起来，学生不仅品尝了特色美食，还了解了传统文化。学生在洋溢着幸福的课堂中收获知识，这不就是“幸福完整的教育生活”吗？

回到学校，我依葫芦画瓢复制了这节课，孩子们也顺利地用烙馍完成了汉画像石的模仿制作。课后，我问孩子们：今天这节课有什么收获？这一问，却把孩子们问得措手不及，嘴边的“拓片”卷微子顿时不香了。课后我反思自己，虽然复制了这节课，但教学内容有宽度却没有厚度，失去了这节课该有的意义。这次失败的课程让我思考：如何深入挖掘中华优秀传统文化，让孩子们既体验快乐也收获新知呢？我决定走出课堂、扎根地方，从本土文化中汲取新的养分。

## “辨”石记：剪刀下的汉画像石

时光弹指而过，我与汉画像石课程有了再次接触的机会。一天，我接到“领航杯”徐州市信息化教学优质课大赛的通知，课题为《剪纸》。我希望自己的选题能具有温度和厚度，同时体现出悠久的传统文化。于是，我将课堂主题定为“汉画像石中的马”。

课前，我查阅文献资料，大量搜集素材，多次前往徐州汉画像石艺术馆寻找汉画像石中马的素材，了解汉画像石中马的形象特征与代表精神。课前，我禁不住担心：“孩子们能通过图片对比发现这些马的形象特点吗？”比赛当天，学生们都顺利剪出了一匹“身体浑圆、四肢瘦劲”的汉画像石马。在作业展示环节，我用AR技术将孩子们的剪纸作品变成一匹匹会动的小马，在汉画像石展板中栩栩如生地来回奔跑。

经过这节课精心准备的课，我为孩子们对汉画像石一定有深入的认识。课后，班里的“小问号”思源问我：“汉画像石为什么只记录马这一种内容？”我又询问了一些学生，发现他们对汉画像石的了解仅限于我在课上讲的内容。课堂上、书本中的内容，远远不够满足孩子们对知识的渴望。第一次与汉画像石的相遇，让我感受到，我需要走出课堂；第二次与汉画像石的相遇，让我感受到，孩子们也需要走出课堂。

## “阅”石记：欣赏“刻在石头上的史诗”

朱永新教授提出，教育的目的应当是拓展生命的长宽高。学习了《剪纸》这一课，孩子对汉画像石产生了浓厚的兴趣。于是，我决定趁着暑假时间，带着学生一起走出校园，聆听窗外的“石画石说”。

在徐州汉画像石艺术馆里，孩子们欣赏《羽人驭龙图》，学习《孔子见老子》讲述的故事，弄清《车马出行图》是汉画中最流行的题材之一。通过“阅”石记课程，我和孩子们了解到：汉朝是一个民族自信心强劲的时代，汉画艺术以其丰富的内容、生动的表现力，塑造了一个时代的灵魂，向后世展现了朝气蓬勃、海纳百川的大汉精神。

## “忆”石记：描画“我心中的汉画像石”

“阅”石记课程活动不仅提升了孩子们“文化理解”的素养，还激发了他们“创意实践”的热情。回到校园里，我们又继续开展丰富多彩的“忆”石记课程，开启“深入了解汉画像石的艺术与历史价值，感受家乡文化魅力”的项目化学习活动。我设计了两个符合学生审美感知特点的驱动性问题：为什么汉画像石被称为“刻在石头上的史诗”？你心中的汉画像石是什么样的？

在汉画像石艺术馆参观研学时，孩子们仔细观察汉画像石记录的主题和内容，在探寻中感受“刻在石头上的史诗”的魅力，回答课前提出的问题。孩子们在领略两汉文化气韵的同时完成手抄报制作，仿佛穿越了千年时光，与古人进行了对话。

参观结束后，我让孩子们介绍自己最喜欢的一幅汉画像石作品，并用拓印的形式表现出来。在拓印过程中，孩子们打破单色拓印的传统，用蜡笔在吹塑板上涂上自己喜欢的颜色。孩子们的笔下有着身着彩色汉服少女，有人物众多的《夜宴奏乐图》，还有形象生动的《大禹治水图》等。学生们带着问题进行探究，不仅增加了研学的趣味性，也提高了深度思考的能力。

## “延”石记：走进“我从汉朝来”系列

儿童美育不在于教，而在于浸润。新教育的美育课程要求我们走出固有的教育场所，不断获取新的教育资源，探索符合学生审美感知发展的教育内容，达成“坚持以美育人，重视艺术体验，突出课程综合”的新课标理念。

汉画像石课程结束了，但我们的汉朝探索之旅才刚刚开始。以汉画像石课程为起点，我们开发了“我从汉朝来”系列课程，以及“墓木已拱”楚王陵研学计划、智“俑”双全的汉兵马俑研学计划、“千秋古彭”徐州博物馆研学计划等，让孩子们走出课堂，丰富感知，触摸历史。我们听“汉代三绝”，仙凡之间，大象其生；听云龙山水，青山隐隐水迢迢；听翟家大院，青砖伴瓦漆，白马踏新泥……在聆听窗外声音中，我们一起体验、探索，过幸福完整的教育生活，成为更好的自己。

# 因为爱，所以坚持

——卡梅拉教室的儿童瑜伽课程

河北省石家庄市桥西区红星小学 桑静

“一间教室能给孩子们带来什么，取决于课桌椅之外的空白处流动着什么。”空白处应该“流动”些什么，又该怎么“流动”？这是我一直在思考的问题。

一路走来，学习新教育课程、考取瑜伽教师资格证……学习的脚步从未停止；开设班级瑜伽课程、成立学校瑜伽社团、带动更多人爱上瑜伽……丰富学生童年生活的愿景从未停止。我始终相信，把世界带进教室的空白处，让心灵与世界相互碰撞，才能听到更多窗外的声音，点燃更多的梦想。于是，结合自己的爱好，我带着孩子们读书、学习儿童瑜伽，用热爱孩子写我和孩子们的的美好故事。

## 课程缘起：爱，一颗初心

从第一次走上讲台到现在，已经有15个年头了。这15年间，常有人问我：你不累吗？你哪儿来的这么多精力？我想，这份精气神来自我对教育的初心和对生活的热爱。

初次接触瑜伽，是出于喜欢，和对身体疼痛的惧怕。随着对瑜伽的深入学习，我发现它不仅能调整我的身体状态，更有助于提升自我的觉察和对世界的理解。于是，我冒出了一个强烈的念头：为什么不把瑜伽课程带给学生呢？从课余时间自费学习女性瑜伽、儿童瑜伽、亲子瑜伽等系列课程，到结识来自全国各地的瑜伽爱好者；从在卡梅拉教室里和孩子们一起上课瑜伽，到在学校里开设儿童瑜伽社团，我从瑜伽爱好者慢慢成为儿童瑜伽课程实践者。一路走来的瑜伽生活有料、有趣又有爱。

## 课程构建：爱，慢慢改变

孩子天生喜欢探索，尤其对自己的身体充满好奇。在卡梅拉教室里，我们用手指数学习乘法口诀，用身体认识各种图形，用瑜伽中的拜日

式学习时间；我们用蜂鸣式呼吸法放松自己，用樵夫式呼吸法释放压力；在“心脏怦怦跳”游戏中，体会生命的发动机需要自己用心启动；在“翻滚吧，少年”游戏中，感受脊柱的柔韧性与平衡感；在烛光凝视中，提升专注力；在一个个瑜伽哲学故事中，孩子们开始学会自我管理，成为更好的自己。

为了充实瑜伽课程，我们一起阅读专业书籍和瑜伽绘本，组建“酷跑团”，建立班级微信公众号，搭建家长运动、阅读沙龙平台，在街道、公园传递运动和读书的快乐。孩子们在课程中加深了自我认知，在运动与阅读中学会爱自己、爱他人、爱世界。

每周二是我们的瑜伽课程专注力训练。孩子们闭上眼睛，想象自己是一只小青蛙，安静地坐在池塘边。我们把专注力从大脑转向腹部，观察自己的小肚皮像青蛙的肚皮一样，随着吸气大大地鼓起来，又随着呼气一点点瘪下去。我引导孩子们把手掌相对放在面前，形成花的形状，吸气时小花开放，呼气时小花关闭，在一开一合间，把专注力放在自己的身体上。虽然有的孩子无法闭上双眼，但是我相信，随着时间的推移，他的专注力一定会有很大提高。一天，我和孩子们朗读《和大人一起读》时，我惊喜地发现，在经过一段时间的专注力训练后，大家的朗读时间逐渐变长了。

儿童瑜伽课程不只是专注力训练，我们还共读绘本《瓢虫姐姐教你如何放松》，学习认识自己的身体。科学研究发现，运动可以增加大脑的血流量，使神经细胞得到所需的氧气与养分，还可以活化大脑回馈系统，促进多巴胺的分泌，产生正面的情绪。孩子们惊讶于身体内部结构的神奇，惊讶于身体的每个部分都与人的大脑息息相关，更惊讶于精神与身体的内在联系。于是，在此基础上，



因为作者带领学生进行探索伸展

我们设计了以增强力量、平衡体式为主的儿童瑜伽练习。经过一段时间的练习，我发现孩子们的目光更加坚定，他们尝试着从静态专注走向动态转移目标的专注。

## 课程沉淀：爱，一起同行

从学校的心理咨询室到学校的瑜伽教室，从卡梅拉教室的儿童瑜伽课到红星小学瑜伽选修课，儿童瑜伽课程的场地和规模不断扩大，不变的是我们对教育的热爱和对孩子们的期盼。

慢慢地，家长们也加入到儿童瑜伽课程中。在家中、公园里，家长和孩子们一起做亲子瑜伽，我们从关注体式的练习到注重健康知识的普及，从传授正确的呼吸方法到学习饮食健康、身体保护等方面的知识，家长们通过亲子瑜伽帮助孩子养成健康的生活方式，学会用理解、包容、接纳联结彼此的情感。

## 课程发展：爱，扬帆起航

生命中的一切相遇，都是成长

# 我与学生的「石画石说」

江苏省徐州市铜山区新区实验小学 牛淑芬