

南阳日报小记者

全媒体记者 刘阳 古城 通讯员 罗岚 郑岚 文/图

市第五完全学校小学部

开展生命健康教育 传承中医药文化

天高云淡,阳光正好。初冬时节,市第五完全学校把中医药文化课堂搬进大自然。

学校百草园内,师生们共同播种的红花、板蓝根、麦冬长势喜人,金灿灿的野菊、怀菊竞相开放千姿百态。花丛中,同学们拿着簸箕正在采摘菊花,还争相背诵有关菊花的诗词;老师现场讲解菊花的药性、特征。采摘完毕,师生们还做了菊花茶饮,用花瓣、叶、茎制作了手工美术作品。

仅仅一味中草药菊花,师生们就共同参与了种植、记录生长、采摘、晾晒、浸泡(蒸煮)、品尝全过程,涵盖了语文、美术、科学、音乐等学科。

市第五完全学校就是这样细致入微系统性把中医药知识植于同学们心中,增强文化自信、民族自信,传播生命健康教育——



采摘菊花

种子,在百草园生根

南都帝乡,仲景故里。市第五完全学校小学部建校之初,便勇担传承中医药文化、弘扬仲景精神的责任和义务,把中医药文化教育纳入学校发展总体规划,将传承民族文化瑰宝、传播生命健康教育作为学生快乐成长的有效保障。

在“向下扎根,向上生长”的办学理念引领下,学校提出以“生命观念、健康生活、科学思维、人文精神、责任担当”

为学生五大基本中医药核心素养,坚持五育融合、因材施教,让学生树立正确的生命观、健康观、价值观,养成积极健康的生活方式,增强文化自信、民族自信,成为传承和弘扬中华优秀传统文化的使者。

蓝图已绘就,奋进正当时。2022年春,在市、区政府和卧龙区教体局支持下,学校因地制宜在校园西侧建设了“百草园”。自此,小小少年识百草、学百草,传

承中医药文化的种子便在这片沃土扎根。

目前,7000余平方米的百草园内,红花、板蓝根、萱草、金银花等60多种中草药,四季芬芳。百草园被授予“卧龙区中医药文化宣传教育基地”“南阳日报小记者社会实践基地”,为更多中小學生提供丰富多彩的实践、研学课程。该校先后获得河南省课后服务示范校、南阳市首批美育示范校、南阳市义务教育课后服务优质特色社团一等奖等荣誉。

种子,在课堂上萌芽

润物无声,育人无痕。“我们常吃的饺子与医圣张仲景关系密切,又叫娇耳……”“红参党参西洋参,当归黄芪白芍药……”“我们今天实地观察了菊花,这节课就学习画菊花。”在这所美丽的校园里,语文、音乐、美术、体育、科学等课堂都有中医药的“影子”,语文课上仲景故事会,美术课上绘草药、制香囊,音乐课学唱草本谣,体育课上练习八段锦、仲景健脊操、仲景五步六穴操等。

“学校在各科课堂中寻找国家课程与中医药文化知识的结合点,发掘、

渗透、融合中医药文化知识,设计让学生趣味浓、听得懂、特色显的学科融合特色课程。”市第五完全学校小学部校长廖峰说,该校以国家课程为统领、聚焦校本课程、延伸实践课程,让中医药文化以润物细无声的方式植入学生的日常,使孩子们健康成长,学会健康生活。

学校以四季物候变化和二十四节气为引领,自主开发了主题校本教材:一年级《藏在二十四节气中的本草食》教学生辨识、制作健康有益的中医药零食,树立健康饮食观念;二年级《香

里闻四季》教学生闻香识药、学习香囊制作;三年级《茶与四季》引导学生品四季茶饮,学“治未病”智慧;四年级《身边的中草药》将学生带入大自然,辨识常见中草药的功效;五年级《药食同源的智慧》劳育结合,让学生制作、品尝养生菜肴;六年级《识八大宛药 传仲景精神》引导学生热爱家乡,弘扬传承科学求是、守正创新的仲景精神。系统的年级课程把传统文化与生命体验相结合,将防治未病与提升素养相结合,助力学生练就强健体魄,快乐成长。

种子,在实践中生长

笃行致远,惟实励新。“快来看,这是山茱萸。”“原来刚采摘的山茱萸吃起来酸酸的、涩涩的,还有点儿苦。”该校把中医药学习融入大自然,组织学生们登上医圣山识百草。同学们的兴趣被当季红彤彤的山茱萸吸引,他们禁不住采摘、品尝,认真记录。

无论是企业还是田间、博物馆、养生基地,都成了行走的课堂、实践的营地。中医药知识专家讲座、中医家长进

课堂、小手拉大手中医药实践科普活动;中医药文化“游园会”、中医药主题故事会演讲比赛、传统健身操比赛等活动,更使同学们在沉浸式体验、实践中学习感悟,传承中医药文化,立志成为中医药文化传播者。

初冬的校园格外美丽,金灿灿的银杏叶闪闪发光;绿茵场上,舒缓的音乐声中,师生共习八段锦,整齐划一;知行大道的中医药文化手绘长廊、教学区的中医药故事长廊、餐厅的健康食育知识

墙,形式多样内容丰富,整个校园充盈着浓厚的中医药文化氛围。

在这里,中医药文化教育从课堂走向社会实践、走进大自然,优秀传统文化的种子已根植学生心中,悄悄萌芽,茁壮成长,仲景精神正被广泛传播弘扬。

“红参党参西洋参,当归黄芪白芍药……”百草园里,菊花丛中,清脆嘹亮的歌声再次响起,穿过校园飘向远方……③⑥



师生练习八段锦

