

劳动课写入新学期课表！

教什么？在哪上？

今年秋季开学，“劳动课”可谓最热门的话题之一。新学期开始，劳动课已经写入了不少学校的新课表，一些中小学还在“开学第一课”安排了种菜、收割、做饭……

开学第一课 从种菜、收割、做饭开始

8月29日，新华社以“劳动实践教育开启‘开学第一课’”为题，报道了浙江省湖州市吴兴区龙泉街道龙泉小学学生上“开学第一课”劳动实践教育课，内容包括学习种菜等。

报道称，新学期伊始，浙江省湖州市多所中小学把清洁卫生、农业生产劳动、公益志愿服务等形式多样的劳动实践教育作为开学第一课，培养学生正确的劳动价值观、良好的劳动品质以及基础的劳动技能。

根据教育部发布《义务教育劳动课程标准(2022年版)》。从今年秋季开学起，劳动课正式升级为义务教育阶段必修的课程。新学期正式开始，不少中小学的开学课表中“劳动课”正式入列，一些学校将“开学第一课”搬到农田里。

在贵州余庆，当地开学第一天，余庆县大乌江镇凉风小学把“开学第一课”搬到了稻田里。

按照余庆县融媒体中心“今日余庆”微信公众号的报道，当地农户为同学们讲解示范割稻谷、打谷子的步骤和技巧。同学们通过收割稻谷、打谷子、背稻谷、拾稻穗、晒谷子等实践，了解农民种粮的艰辛，感受“粒粒皆辛苦”的深刻含义。

8月30日，福建漳州还把部队野



退役军人服务站退役军人指导学生切菜。漳州市退役军人事务局供图

炊技能搬进校园进行“开学第一课”，身穿迷彩服的退役军人在漳州市龙海区程溪镇下庄小学，教同学们挖灶埋土、淘米煮饭、洗菜配菜、生火点灶等技能。

校园农田、烹饪教室、楼顶菜园

新学期有劳动课，还有劳动周、劳动月

2020年，国家层面就印发《关于全面加强新时代大中小学劳动教育的意见》，提出在大中小学设立劳动教育必修课程、每学年设立劳动周的明确要求。

那么，劳动课将教什么，又怎么上？开学前夕，一些地区就劳动教育的相关内容向社会公开征求意见。

8月初，广西南宁市教育局发布的《中小学劳动教育指导意见(征求意见稿)》提出，中小学劳动教育课平均每周不少于1课时，每学年设立劳

动周。中小学每周家庭生活劳动或校外公益活动时间，不少于1小时。另外，每年3月份为南宁市中小(职业)学劳动教育活动月。

劳动课成了必修课，课堂肯定不能只限于传统的教室。从各地的探索观察，不少学校在校园内开辟了小型菜地、稻田，有学校开设了烹饪教室等，还在教学楼楼顶开辟了“空中菜园”。

南京日报在8月31日报道，这个新学期，南京游府西街小学的校园里多了一块200平方米左右的农耕园。园内有果树，种上了大豆，并设计了印有各种瓜果蔬菜图片的铭牌。除了农耕园，学校还特别开辟出四间劳动教室，包括木工教室、编织教室、陶艺教室以及烹饪教室，每个教室都配备了各种工具。

当然，除了校内开辟劳动教育场地，不少学校还在校外选定劳动基地。

这里列出家庭劳动清单 三四年级会包饺子、五六年级会两菜一汤

关于劳动课，不同年龄的人有着不同的回忆，新的劳动课到底学点啥？

依照劳动课程标准，课程安排是渐进式的，即随学段晋升难度逐渐增加。比如，一二年级要能择菜洗菜，三四年级煮鸡蛋煮饺子，五六年级煎鸡蛋炖汤，初中设计三餐食谱等。

在地方，一些地区也列出了更详细的劳动技能清单。今年8月25日，浙江杭州市教育局出台《杭州市中小学生家庭劳动清单》，清单详细列出了从小学一年级到高中三年级的家庭劳动明细。

例如饮食方面，小学一二年级要学会刨水果皮、剥鸡蛋、剥虾壳等；三四年级会包馄饨、水饺、煮鸡蛋(羹)、水饺；五六年级会简单烘焙，以及烹制一荤一素一汤或两道当地传统菜肴、特色美食。

“劳动课程新标准强调实践性，要通过学生亲自去参与、体验。不是去学，而是要上手去做。”中国教育科学研究院研究员储朝晖表示，落实劳动课需要学校、家庭、社会多方协调。

储朝晖称，劳动课本身要和生活密切结合，包括生产劳动、生活劳动、为他人服务等，范围很广，落实劳动课程要与生活密切结合，劳动主要价值是一个人正常成长，通过劳动教育使人获得正确的劳动观，中小学生劳动课教育要准确定义劳动的价值。

据中新网

们就能更好地融入学习。”

如何更好教育孩子？专家支招！

杨元魁给出了十点建议：

一是正确认识并理解孩子的各种所谓的“问题”，做“成长型”父母。

二是保证孩子有充足的睡眠时间。尽可能保证每晚有8-10小时睡眠时间，午休控制在30分钟内或90分钟左右。

三是让孩子多参加有氧运动。

四是帮助孩子学习时间和任务管理的方法。

五是帮助孩子学习科学的压力管理方法，找到最适合自己的压力缓解方法。此外，有必要在孩子进入青春期前，帮助孩子发展一两项兴趣爱好。

六是充分尊重孩子的兴趣。

七是尊重孩子自己的学习节奏。

八是为孩子营造宽松温暖的家庭氛围和积极的学习氛围。

九是关注孩子的情绪发展。

十是不能一味地回避竞争。这样既可以培养孩子的竞争意识，又可以培养孩子的合作精神。

据扬子晚报

孩子“越骂越笨”，是真的！

脑科学研究表明，不当教育对孩子大脑“有毒”

为何“吼”娃写作业时，他却半天不动？就算动了，为啥明明会做的题目也会做错？为啥家长老师苦口婆心，孩子却左耳朵进、右耳朵出？为什么学习越辛苦，成绩越糟糕？东南大学生物科学与医学工程学院、儿童发展与学习科学教育部重点实验室儿童情感研究室负责人杨元魁博士长期通过脑科学、心理学、教育学、生物学和医学的跨学科方式研究儿童青少年的情绪发展和压力管理，他多年的研究表明：孩子确实可能会“越骂越笨”，不当的教育方式对孩子大脑“有毒”。

孩子“越骂越笨”，是真的！

杨元魁告诉扬子晚报记者，额叶(尤其是前额叶)是人脑的控制中心，“但额叶有一个非常有意思的‘缺点’，它在情绪极度波动或受刺激很强的情况下会‘死机’，也就是暂时失去工作能力。”这种现象之所以存在，实际上是长期的生物进化留给人类的一种非常重要的自我保护能力：在危险的情况下如果避无可避，那就干脆装死，说不定能躲过危险。

杨元魁举了一个例子：很多老师

和父母会发现，自己对孩子较为严厉时，孩子有可能会呆住，让他写作业或做某件事情可能会半天不动。他解释说，这就是人面对恐惧刺激时除了“战”或“逃”之外的第三种反应：“呆”。“老师和父母很容易把这种情况归结为孩子的态度或习惯问题，但实际上是因为严厉的责备尤其是吼叫引发了孩子的恐惧反应，孩子的额叶暂时失活了，这也是为什么那些经常被吼的孩子其反应速度或处理事情的能力往往反而低下，越骂越笨。”

“切记不要突然声音提高八度，这对孩子的脑和行为的发展非常不利。”他建议老师和父母在教育孩子的时候，要尽可能“好好说话”，尽可能地做到“六个不”：不要急、不要吼、不要催、不主导、不打扰、不控制，学会非暴力沟通，避免由于“教而不当”在教育过程中给孩子造成过多的毒性压力。

学习越辛苦，成绩越糟糕？有可能！

不当教育真的对孩子大脑“有毒”。早期的长期忽视、身体虐待、情绪虐待等毒性压力经历会持续改变与儿童记忆、情绪调节等能力相关的大脑结构，对儿童的学习、行为乃至整个生命周期的身心健康造成难以逆转的损害。

“因此，对于学生来说，不适当的学习内容和方式、过重的学业负担都有可能致学习效率下降，引发‘学习越辛苦，成绩越糟糕’的恶性循环。”杨元魁告诉记者，像学习上的各种“抢跑”，严重违背了孩子的身心发展规律。

杨元魁也提醒家长们注意，睡眠不足已经成为我国青少年儿童面临的最大的“毒性压力”之一，“如果能让孩子每天多睡半个小时，他