

# 中医、剪纸排进课程表

## 历下实验小学17门校本课程“走班选课”



► 中医课上,老师正教学生推拿手法。

### 中医课上学推拿

12月11日下午,在济南市历下实验小学六年级3班教室,一堂别开生面的课正在进行。讲台的多媒体屏幕上打出《中医——发热推拿疗法》,原来这是一节中医课,台下坐满了学生,主讲人吕梦老师正在给他们演示手指推摸和开天门的手法。

吕梦老师并不是医生,而是该校二年级2班的语文老师。她告诉记者,中医课是从本学期开始的。自己对中医尤其是推拿一直很感兴趣,一直使用推拿疗法帮孩子治疗发烧感冒。

吕梦说自己的孩子快4岁了,发烧感冒时她发现中医推拿不仅没有痛苦,而且效果也好。每次带孩子推拿,她都仔细观察大夫的推拿手法,并进行请教。后来,她又从网上学习,还去书店买了有关中医的书。“到现在为止,孩子没打过针,感冒发烧全是通过推拿治疗,再配合吃点中药。”吕梦说。

每个星期四下午的第二节和第三节课,吕梦的中医课准时开课,面对这门新鲜的课程,学生们乐在其中,也学到了不少小本领。六年级4班

的王可心同学告诉记者,她喜欢中医课,学会了多种推拿手法,感冒了,自己给自己推拿,效果不错。“有一次妈妈感冒了,我还帮她推拿,她也觉得挺管用的。”

与此同时,在该校一楼多功能厅教室,另外一门别具特色的课也在进行,这就是形体舞蹈课,也是校本课。“抬头挺胸收腹,一、二、三、四……”该校体育老师刘秀丽正带着三年级的学生练习,伴着音乐,她们跳了一套完整的少儿一级健美操。形体舞蹈课开进课堂,这在省城中小学中并不多见。

刘秀丽本科时练健美操,学校开形体课,正好派上了用场。“形体舞蹈课塑造学生的身体,训练正确的站姿和坐姿,让体形匀称,还有助于培养他们的性格和气质。”三年级4班的胡奕雪告诉记者,她原本是练田径的,但妈妈担心她练成“女汉子”,得知学校有了形体课后,让她改练舞蹈,培养淑女气质。“爸爸妈妈说练健美操还可以减肥,我学了以后回家教他们。”

文/片  
本报记者 李飞

中医课、形体舞蹈课进课堂,并且不是偶然为之。在济南市历下实验小学,中医课、形体课等17门特色课程还排进了学校课程表,成为校本课程。而且,从本学期起,这些校本课程全部实行“走班选课”,课堂流动起来,每名学生根据兴趣选修校本课,定制属于自己的课程表。



◀ 选修手绘海报课的同学在课堂上展示成果。

### “走班选课”让课堂流动起来

当日下午,除了中医课和形体课两门特色校本课程外,书法、剪纸、手绘海报、十字绣、围棋、京剧、茶艺等多门校本课程也同时在不同的教室进行。

校长郑晓云告诉记者,目前学校已经开发了17门校本课程,成为该校构建的课程体系的重要组成部分。而从本学期开始,这些校本课程全部实行“走班选课”,面向三至六年级学生,每周四下午开课,共两课时。

该校教科室主任邵巍介绍,“走班选课”的形式,突出活动性和趣味性,由学生自由选择,学校根据需要进行适当调配。“以年级为单位,每名学生选择一门校本课程。”课程的开设征求了学生的意见,授课老师绝大部分由学校有相关特长的老师兼任。由于喜欢学习中医的学生太多,学校分别在四五六六年级各开了一门中医课。

据悉,目前的校本课程此前多以“兴趣小组”或“社团”的形式开展,主要面向少部分的“拔尖学

生”。“现在成了校本课程,学生都要学,全面普及。”邵巍说。

对此,教六年级书法课的李颖老师深有感触,她说学校书法社团的成员主要是从各年级选拔的毛笔字写得好的学生,而现在的书法课则面向所有感兴趣的学生。尽管每个学生的书法基础不一样,但普及很有必要。“以前课外兴趣小组都是选精英,现在剪纸课排进了课程表,普及面更广,学生的自主性更强。”剪纸课老师刘倩表示。

而“走班选课”的实施,则将校本课程的课堂流动了起来,学生根据兴趣需要选修,定制属于自己的课程表。邵巍介绍,走班的形式让学生们很激动,每个星期四的下午,大家都背着小书包快快乐乐地去找属于自己的教室,上自己选择的课。

“单纯文化课的学习不足以表现学生的全面素质,‘走班选课’的校本课程无疑提供了一个平台,唤起了学生学习的内在需要和兴趣,让每一名学生都能从中收获自信,展现精彩。”邵巍说。

# 知蜂堂蜂胶 工厂老包装清仓钜惠

## 2015年1月1日全系列新包装上市, 15周年年终“工厂老包装”清仓大优惠!

### 知蜂堂全系列产品换新装

### 工厂老包装空前钜惠

为配合品牌形象的进一步升级,北京知蜂堂全系列产品全新包装2015年1月1日正式上市。15周年年终倾情回馈,工厂库存老包装全面清仓,空前大优惠——

- 优惠一:买蜂胶(或王浆),赠蜂胶(或王浆)。买7赠2,买12赠4,买20赠9,会员加送新年礼包;购买12盒以上再送200元知蜂堂产品(任选不设找零)。
- 优惠二:买蜂胶、王浆(或茶素),赠茶素。买7赠4,买12赠10,买20赠20,会员加送新年礼包;购买12盒以上再送200元知蜂堂产品(任选不设找零)。
- 优惠三:购买蜂胶、蜂王浆(或本草),赠本草。买7赠3,买12赠7,买20赠15,会员加送新年礼包;购买12盒以上再送200元知蜂堂产品(任选不设找零)。
- 优惠四:蜂蜜系列、花粉系列、日化系列买4赠1。

### 涨价通知:

由于原材料价格上涨等因素,2015年1月1日,知蜂堂将对部分产品价格进行上调:蜂王浆(包括冻干粉)由268元/瓶上调至298元/瓶;亚平宁胶囊由195元/瓶上调至260元/瓶;叶黄素蓝莓片、沙棘葛根片由175元/瓶上调至235元/瓶,特此通知。

活动时间:12月20日-31日 预售电话:0531-86990622

### 知蜂堂换新装

- 全新包装,形象更统一,更环保,更便携;
- 工艺不变,品质不变,15年健康承诺不变!

知蜂堂蜂胶,国家卫生部批准具有“调节血糖、调节血脂、免疫调节”三大作用。



### 济南26名消费者代表参观知蜂堂工厂

#### 北京知蜂堂,中国蜂胶行业的榜样!

近年来,蜂胶产品质量问题层出不穷,屡遭曝光:用树脂冒充蜂胶,非法添加糖皮质激素,芦丁等人为提高总黄酮含量;委托加工(没有原料提纯处理厂)无法去除蜂胶中的铅、汞等重金属,无法保留蜂胶中300多种有效成分;拉大旗做虎皮,以超低价吸引消费者(远低于蜂胶原料成本价)……大大伤害了用户的健康和信心。

在蜂胶市场混乱的当下,能主动邀请消费者参观,说明知蜂堂对自己的蜂胶有信心。知蜂堂董事长反复强调,维护消费者安全,不是喊口号,要的是实际行动。知蜂堂作为中国蜂胶行业的领军企业,邀请消费者参观工厂,把蜂胶生产过程原原本本地展示给用户,让消费者看看蜂胶储量、原料筛选、蜂胶提纯等环节,眼见为实,会更放心、更踏实。毫不夸张地讲,知蜂堂就是中国蜂胶行业的榜样!

● 原料真:常年储备160吨以上天然蜂胶原料,稳定生产。

蜂胶稀少,一个五六万只的蜂群一年只能采集100克左右的蜂胶,全国年产量300吨左右。由于蜂胶一年只能集中采集一到两次,知蜂堂每年都会大量储备优质蜂胶原料,只有这样才能保证生产供应。

● 提纯高:专业蜂胶提纯厂、国家专利提纯技术,品质保障!

### 15年坚守品质,成就中国蜂胶品牌!

1999年,北京知蜂堂建立了亚洲最大的专业蜂胶原料储备库和蜂胶提纯厂,第一个实现蜂胶产业化生产,第一个将蜂胶推荐给糖尿病患者,减轻患者经济负担,大大提高了生活质量。在中国蜂胶业内流传着这样一句话:“先有知蜂堂,后有蜂胶



2014年12月5日,来自济南的26名消费者代表,参观了北京中关村昌平科技园知蜂堂生产工厂(知蜂堂储存库、检验室、提纯过滤、灌装外包等多个标准化的生产车间);学习了如何识别真假蜂胶原料;了解了蜂胶提纯的重要意义;见证了蜂胶的生产全过程。

知蜂堂拥有专业的蜂胶提纯厂,提纯技术更是获得了国家专利(专利号:ZL200610078650.3);可以避免传统的热萃取对蜂胶营养的破坏,使蜂胶中300多种有效成分得以保留,并有效去除铅、汞等有害重金属!

● 生产严:GMP达标、严格标准造蜂胶,用户更放心!

ISO9001国际质量管理体系认证,HACCP食品安全管理体系认证,国家GMP认证;10万级空气净化化的生产环境,24项严格的生产工序,30项苛刻检验;国家15年上百次抽查,知蜂堂没有一粒蜂胶不合格!



黄冀东厂长讲解蜂胶原料鉴别



参观蜂胶新包装灌装生产线



走廊参观各标准化生产车间



请到济南以下指定专卖店购买,谨防假冒。 ● 大观园专卖店:经四纬二北100米路西 ● 东大街专卖店:东关派出所东50米路南 ● 堤口路专卖店:堤口路大润发院内西侧 ● 经七路专卖店:经七纬九北20米路西 ● 经十路专卖店:经十路体育中心对面(省电力医院东100米路北) ● 甸柳庄专卖店:二环东路长途汽车东站西门对面 ● 章丘市专卖店:汇泉路体育场东侧 ● 商河福寿康药店:青年路原如海超市路南 ● 济阳万荣药店:纬二路中医院对面 ● 长清康之源药店:清河街区人民法院斜对面 ● 平阴宏健堂大药房:龙山路原国税局对面 广告文号:京食健广审(文)第2013120247号