

# 让残健学生同在蓝天下成长

在石景山区36所随班就读学校中,有136名残疾学生在学校教师们的精心呵护下,与健全的学生一样在和煦的阳光下,坐在宽敞明亮的教室里认字、读书,接受9年义务教育。日前,笔者来到我区的教育分院附小、古二小、实验小学和师范附小,感受了这些孩子和教师的心路历程。

## 凝心聚力抓落实

随班就读是残疾儿童少年接受义务教育的主要形式,也是残疾学生与健全学生一起学习,进行融合教育的重要途径。在区委区政府的领导下,我区成立了由主管区长负责,区残联、区教委、民政、财政等单位共同参加的区特殊教育领导小组,统筹协调特殊教育规划、管理、保障、监督等工作。区残联为搞好此项工作,由主管领导牵头,每年将特教工作纳入整体工作计划,指定专人负责,与区教委进行对接,做好协调工作。配合教委做好残疾儿童少年的筛查、监测统计,提供资助、帮助和服务。对义务教育阶段适龄残疾儿童少年的就学情况,适时监控残疾人教育发展的需求。

为了保证特殊教育,特别是随班就读的开展,区残联与区教委制定了定期会商、研讨、调查统计制度;形成了教师编制、培训保障、经费保障和教师激励机制。区残联向区财政申请了14万元的专项资金,提供专项教育服务,区教委投入114万元专门用于为随班就读学校建立资源教室,切实维护了残疾儿童少年教育的合法权益。

## 消障碍促融合

“嗷、嗷”“嘿、嘿”,在师范附小五年级一班的课堂上,坐在轮椅上

的小力经常发出怪叫,引得同学哄堂大笑,使得老师不得不中断讲课,维持秩序……上课不敢发言、下课孤零零的一个人坐着,没有丰富的表情变化、不善于和别人沟通。这是随班就读学生经常有的表现。

如何让这些残疾学生与健全学生融合在一起,校领导和班主任是想尽了办法。为了让他们感受到温暖,三个学校都在门口设立了老师迎送岗,通过打招呼,问寒问暖,使他们一进学校就沐浴春风。古二小还专门招聘了一名心理学研究生对他们进行心理疏导。

在每个学生心中最隐秘的一角,都有一根独特的琴弦,拨动它就会发出特有的音响。针对小力的表现,班主任佟宝萍老师一方面在小力不在时,向全班同学介绍他的情况,让大家理解、关心他,关爱他,并选出了助学伙伴;另一方面,抓住小力爱上学、爱与同学玩的心理,对他进行教育和约束,让他逐步改正不好的习惯。开学第二周是小力的生日,全班同学给他唱生日歌;更让小力和家长感动的是,学校为他安排了生活老师。当他一进入学校,这位老师就背他上下楼,解决他如厕等生活问题。一系列的做法使他与同学开始融和在一起。古二小的张某手腿协调不好,但学校一有课外活动不仅有助学伙伴帮助他参加,而且请他母亲免费参与照顾他,使他尽快与健全学生融合在一起。

“对随班就读的残疾学生要有信心、耐心,培养的是学生积极乐观的态度和成就自我的自信心,日久才能有收获。”分院附小的心理教师张东红向笔者谈了她的体会。为了



图为随班就读的残疾学生在老师指导下读书识字。刘会生摄

尊重孩子的隐私,提高资源教室的利用效率,学校在这里为他们上康复课,进行个别辅导。用表扬卡让他们感觉到:他们不比健全学生差。只要加倍努力,也一定能成为社会有用,自食其力的劳动者。

## 爱心滋润共成长

随班就读的学生不仅残疾类别不同,思维能力、动手能力都与健全学生存在很大差别。如何对他们因材施教,各学校都进行了有益的探索,使他们在不同程度上都有了进步。

听障学生罗某先天听力缺陷,只能借助双耳戴助听器上课。上课时,经常无法跟上教学节奏,语文老师董晓雪就根据他的情况,每堂课都站在他的面前,面朝向他,让他能够看到口型。先按正常语速读词,然后再放慢速度,夸大口形地读。为了让他能说出来,只要他举手,董老师就第一个叫他来回答问题,通过多多参与来提高他的听说能力,

以便其能尽快融入到课堂中来,最终实现能与普通学生同堂教学。

智障学生苏某不与同学交流,上课不说话,不回答问题,不会读,不会写,张志昆老师就从生活点滴入手,接近她,与之交流,让她开口说话。一次她肚子痛,张老师就关心地问她能否坚持上课,是否让母亲将她接回家,在问她母亲电话时她终于开口说话。“你说话的声音真好听,希望你在课堂上也大胆发言。”在张老师的关怀、鼓励和激励下,课上她已能回答简单问题,能与同学交流学习了。通过两年的不懈努力,在老师、家长共同努力下,小苏二年级第一学期的数学、语文成绩都及格了。

为了让残疾学生健康成长,在抓学习的同时,抓品德和体育、美学的发展同样列入了教学计划。师范学校附属小学发挥团队作用,通过“文明班级”、“每周之星”、“进步之星”、“学习标兵”评比活动,对特殊

学生的文明礼仪、清洁卫生等方面做出有针对性的具体要求。通过强化以上常规管理,加大优秀特殊学生的宣传力度,来强化特殊儿童日常行为规范培养和良好行为习惯的养成。小力在这样向上的环境下,也主动坐在轮椅上参加简单的体育活动,参加社区学雷锋擦橱窗活动,使他与健全的孩子一起享受健身的快乐,享受助人为乐的乐趣。

在随班就读教学工作的探索中,分院附小62位一线老师中有44位参与其中,并已形成了一整套工作流程。从资源教师、班主任的选配到教学计划的制订,到召开开学初计划交流会、家长会,班主任及资源教师家长访谈都有了工作规范;通过根据残障学生需要设置座次表、课堂关注、学科补救、感统训练、发放表扬卡等手段促进残疾学生与健全孩子一起成长;学期末,通过召开研讨会、举办评优活动,总结、研究随班就读学生教学方法,指导下学期更好开展随班就读教学工作,促进随班就读工作的开展。

谈到下一步工作,区残联和区教委的领导表示:今后的随班就读工作要结合我区实际,进一步完善区域融合教育工作方案,制定随班就读具体实施细则,确定我区融合教育示范校评选标准,举办残疾人融合教育研讨会,从制度上保障残疾儿童少年平等接受教育的权利。同时,对随班就读班级班主任进行定期走访,加大对学校干部教师的培训与指导,给予精神嘉奖;定期开展“小手拉大手,健全儿童走进残疾人家庭”主题活动,促进健全儿童与残疾儿童互相理解、互相帮助,促进随班就读工作的开展。刘会生

## 北京市为学生开出首份“健康食谱”

五个中小學生中,就有一个“小胖墩”。记者日前从北京市卫计委、北京市教委处获悉,北京市中小學生肥胖率逐年上升,2013年已达到21.46%。3月18日,两委联合启动北京市平衡膳食校园健康促进行动,首次发布《北京市中小學生健康膳食指引》,为中小學生开出首份“健康食谱”。

### “小胖墩”使慢性病检出率上升

2005至2006学年,本市中小學生肥胖率是14.10%,而到了2012至2013学年,已经飙升到了21.46%。其中男生肥胖率高于女生,中学生高于小学生,郊区学生呈上升趋势。值得注意的是,初一学生的肥胖检出率比小学一年级多了11.79%。

“小胖墩”的增多使得中小學生中,与生活方式相关的慢性病包括糖尿病、血脂异常和代谢综合征等的检出率均呈上升趋势。相关调查显示本市中小學生膳食结构不合理——谷薯类、蔬菜水果类、奶类摄入量不足,而油脂、盐等摄入量过多。专家表示,如果不加强干预,中小學生将会成为慢性病发生的潜在人群。

据统计,目前全市中小學生共130万名,义务教育阶段中小學生为110万名,其中在校就餐人数占三分之二。

### “健康食谱”精确到“克”

本市组织国家疾控中心、北京大学医学部及其附属医院和北京市教育卫生部门的学生营养专家,编写并正式出版了《北京市中小學生健康膳食指引》。《指引》对中小學生每日摄入的食物量和种类进行了要求,摄入量精确到“克”。例如一至三年级的小學生每天吃的蔬菜应该在300克至350克、奶和奶制品300克等。

为方便学生家长记忆,专家参照国外方

法,教家长用“十个拳头原则”来记忆膳食方式,“肉:粮:奶豆:菜果=1:2:2:5”,即中小學生每天食物摄入量,禽畜肉不超过一个拳头大小,主食两个拳头大小,奶制品和豆类两个拳头大小,蔬果五个拳头大小。“拳头指的是孩子拳头的大小。”营养专家说。

### 家长可免费下载食谱

膳食指引如何从纸上走到餐桌?市卫生计生委负责人表示,此书将向学校发放,用于指导学校做好健康膳食,此外,家长可从市疾病预防控制中心网站上免费下载。

市教委相关负责人也表示,学校要建立营养师队伍。从本周起,首批200家学校的食堂负责人要接受为期一周的膳食营养培训。

孩子的零食也被标注“可经常食用”或“适当食用”。《指引》中提到,学校若设有小卖部,应优先售卖“可经常食用”的零食,对“适当食用”的零食应作出明确标示。“可经常食用”为鼓励多吃的零食,如燕麦、酸奶等。而“适当食用”为尽量少吃和限量食用的食物,如炒饭、拌有沙拉酱的水果、乳酸菌饮料等。

据介绍,市卫生计生委和市教委联合启动的北京市平衡膳食校园健康促进行动的目标是到2018年,中小學生的肥胖率能够下降到15%以下。

### 链接

※ 每天应摄入的食物量。谷类薯类及杂豆:300克~600克;水:1200毫升;蔬菜类:300克~600克;水果类:150克~400克;畜禽肉类:50克~75克;鱼虾类:75克~100克;蛋类:50克;奶类及奶制品:300克;大豆类及坚果:30克~50克;油:25克;盐:6克。

### ※ 鼓励多吃的食物

以下食物每天食用,并采用蒸、煮、炖、凉拌等低盐少油的烹调方式。

粮谷类:小学生每天吃粗杂粮不少于25克、中学生每天不少于50克。

新鲜蔬菜水果:一半以上应为深绿色、红色、橙黄色、紫色的蔬果,要吃整个的蔬菜水果而不是榨汁喝。

奶及奶制品:建议每天喝鲜奶至少300ml,也可用300ml酸奶或45g奶粉替换着喝。

水产品(如鱼、虾、贝类等):建议每周至少吃3次。

蛋类:建议每天1个。

大豆及其制品(如豆腐、豆腐干、千张、豆浆等):建议每天都吃豆制品。

□ ※ 尽量少吃的食物

有些食物本身含有或在加工中加入了中等量的油脂、盐或糖,应尽量少吃,每周要少于3次。

添加油脂的谷类,如炒饭、炒面等。

含脂肪较多的肉类或带皮的禽肉,如五花肉、带皮鸡肉等。

加工或腌制的肉、蛋、蔬果类制品,如腊肉、咸鸭蛋、水果(蔬菜)沙拉、盐焗花生等。

含一定量糖,且含有奶、果汁、蔬菜汁的饮料,如杏仁露、核桃露、乳酸菌饮料等。

※ 限量食用的食物

下列食物本身含有或在加工过程中加入了大量的油脂、盐或糖,这些食物尽量做到每周不超过1次,超重或肥胖的学生更应该严格控制摄入量这些食物。

油炸食品、烧烤食品;

含动物脂肪或饱和脂肪酸高的食品,如肥肉、动物脑、黄油、炼乳、油炸方便面等;

添加了氢化植物油或含反式脂肪酸的食品,如奶油蛋糕、起酥饼干、人造黄油等;

含糖量高的食品,如糖豆、果冻、含糖碳酸饮料(如橘子味汽水、橙汁汽水)、风味饮料(如果味饮料、茶味饮料)等;

高盐分或者高糖分的蔬果类制品,如酱菜、蜜饯等。

区疾控中心供稿

## “祥云行动”项目组校长走进九中

本报讯 日前,“祥云行动”——北京高中校长办学特色实施项目组(2013年度)走进北京九中,该项目的“学校特色提炼班”班主任石英德老师与12位区县高中校长共同听取了有关九中办学特色的介绍,现场感受观摩公开课,并就学校特色发展进行了交流。

“祥云行动”是2007年正式实施高中新课程改革以来,作为高中新课程改革的配套支撑性项目。该项目密切关注、研究北京市高中在推进高中新课程改革中需要迫切解决的问题,为问题的解决提供政策指导、理论与方法指导、经验与案例支撑。

### 何英茹 曾凡姿

●近日,京源学校在体育馆大礼堂举行初三年级誓师大会,初三年级师生、家长等500余人参加了活动。宣誓时刻,台下全年级学生集体起立,右手紧握成拳,跟着领誓同学庄严宣誓:珍惜百日,奋斗百日,瞄准目标,全力以赴,精益求精,超越自我,坚持到底,永不放弃!

### 徐继伟

●3月21日,日本广岛修道大学师生一行12人在日籍华裔春贵教授带领下到访京源学校,双方围绕2011年“日本大地震”进行了交流。京源学校学生和来访的日本学生还就两国的国民素质、文化等进行探讨,大家认为只有合作才能共同发展。

### 徐继伟

●日前,古城中学高一、高二年级49名于假期前往海南游学的师生举行了一场汇报交流会。大家将游学中的点滴制作成海报、展板,将游学中采集的植物、岩石制成标本进行展示,同时,学生还为老师设计了一份海南游学问答的试卷,以此来展示自己海南游学的收获。

### 黑远智