



北京启喑实验学校

校刊

2018 年 9 月刊

北京启喑实验学校《校刊》编辑部

主 编：谢爱明 于文红

常务主编：李智玲

目录

一、 校园之声	2
北京启喑实验学校举行新学期开学典礼暨《国歌》国家通用手语推广启动仪式	2
庆祝第 34 个教师节表彰大会	4
二、 启喑故事	7
浅谈听障幼儿的数学教学方法	7
三、 特教理论	15
《聋校义务教育语文课程标准》解读	15
四、 他山之石	21
北师大教授顾明远：教师成长有三个境界	21
五、 美文欣赏	23
母亲（文）	23
母亲（诗）	27
六、 开心驿站	28
不客气	28
真倒霉	28
到底是谁瘦了	28
4 张 500 元	28
七、 奇趣荟萃	29
17 个成语，带你走近魏晋风骨	29
八、 健康随行	31
秋天肝火旺，这四种食材可帮您祛火	32
九、 心灵小憩	34
犯错	34



一、校园之声

北京启喑实验学校举行新学期开学典礼暨

《国歌》国家通用手语推广启动仪式

2018 年 9 月 1 日是新学期的开始。中国残联、教育部、国家语委在北京启喑实验学校举行

《中华人民共和国国歌》国家通用手语推广启动仪式，《国歌》国家通用手语版正式发布。当天，中残联副理事长程凯同志，西城区委常委、区委组织部长程昌宏同志，中残联教就部副主任李东梅同志，教育部基础教育司特教处处长陈东升同志，北京市教委代表梁华培校长，华夏出版社社长总编辑黄金山同志，北师大手语盲文研究中心主任顾定倩教授，中国残疾人艺术团团长邰丽华同志，北京市残联副理事长欧玲同志，中国残疾人艺术团副团长李琳同志，新街口街道办事处书记何焕平同志，中国聋协副主席徐聪同志，以及残联系统、教育系统、各级聋协、兄弟学校的领导出席了仪式。



出席仪式的领导嘉宾



打手语、唱国歌

上午 9 时许，全体与会人员观看了《国歌》国家通用手语版视频，北京启喑实验学校作为通用手语试点校，全体师生和来宾一起在雄壮的义勇军进行曲奏起、国旗冉冉升起的过程中首次整齐庄重地使用国家通用手语表达《国歌》。

升旗仪式后谢爱明校长为开学典礼致辞，学生代表用国家通用手语演绎了诵读表演《争做新时代好少年》。



于文红书记宣读了上学期“三好”学生和优秀班集体名单，领导来宾为获奖学生颁发了奖状。



学生诵读《争做新时代好少年》



领导为学生颁奖

华夏出版社向学校赠送了《国歌》国家通用手语挂图。最后西城区委、区委组织部长程昌宏同志和中残联副理事长程凯同志分别讲话，祝贺《国歌》国家通用手语全国首次发布，并祝全体学生学业进步、健康成长，祝老师身体健康、工作顺利，顺祝第 34 个教师节节日快乐。



程昌宏部长讲话



程凯副理事长讲话

《国歌》国家通用手语版的正式发布和使用，实现了长期以来广大听力残疾人、特别是特教学校师生使用国家通用手语迎着国旗、统一规范奏唱表达国歌的心愿，必然能够更好地表达出听力残疾人爱国情怀、激励报国之志。根据部署，《国歌》国家通用手语版未来将在全国范围内有听力残疾人参与的重大活动和场合中推广使用。

今年 3 月，经教育部、国家语委和中国残联共同发布，《国家通用手语常用词表》《国家通用盲文方案》成为服务听力和视力残疾人的国家语言文字规范。

《国歌》国家通用手语版是根据《国家通用语言文字法》《国歌法》有关规定，在教育部和国家语委大力支持下，中国残联组织中国聋人协会、华夏出版社、国家手语和盲文研究中心等组织和机构，在充分尊重听力残疾人和手语使用者意见的基础上研制而成的，自 2018 年 9 月 1 日起正式发布使用。





庆祝第 34 个教师节表彰大会

2018 年 9 月 10 日下午，北京启喑实验学校隆重举行主题为《弘扬高尚师德 潜心立德树人》教师节表彰大会。

校长贺词

初秋时节，
鲜花烂漫，
庆祝第 34 个教师节，
我们欢聚一堂把优秀先进表彰。

厚德博爱，
潜心育人，
做新时代“四有”好老师，
颂高尚师德 扬优良风尚。

崇高的事业，
辛勤的园丁，
把大爱洒向孩子们，
我们默默耕耘在特教战线上。

用仁爱之心，
践行核心价值观，
奏响无声世界的最强音，
“尚德、尚学、自砺、自强”。

把艰辛藏起，
给聋童希望，
让孩子闪光，
梦想写在听障儿童的脸上。

为自己骄傲，
为自己鼓掌，
祝老师们“教师节”节日快乐！
工作顺利、永远幸福安康！

一生秉烛，
三尺讲台，
做“四个”引路人，
相伴每一个听障儿童健康成长。

2018 年 9 月 10 日



学生舞蹈表演



教师小组唱《我喜欢》





于文红书记宣读“教师节”获奖名单



优秀教师



优秀教育工作者



优秀集体



我心中的好老师



优秀班主任



“启喑杯”一等奖



“启喑杯”二等奖





“文昌奖”个人奖



“文昌奖”集体奖



教师代表讲述“我的教育故事”

表彰名单

一、西城区教育系统教师节表彰名单

优秀教师：张春东 柯劲鸿 胡江琳 李文艳 刘舒

优秀教育工作者：谢爱明 陈一

优秀集体：小学组

二、我心中的好老师：

尹引 尚美玲 张春东 吴洪英 魏涛 刘洋（女） 刘鹏程 李志英
游宏娟 高战荣 王秋阳

三、西城区优秀班主任：

陈凌云 李立艳

四、2018年“启喑杯”课堂教学评比

一等奖：房彪 胡江琳 张育芬 王楠（大） 胡素梅 杨书霞

二等奖：柯劲鸿 尹引 张春东 尚美玲 刘可研 高向昱 黄晨 刘喆

五、北京启喑实验学校第二届“文昌奖”

个人：胡静 路俊峰 陈怡 杨书霞 赵锦艳 高向昱 时伟

集体：职业课组





二、启喑故事

➡ 教师篇

浅谈听障幼儿的数学教学方法

胡静

摘要：针对听障幼儿在学习数学中出现的困难，分析听障幼儿的现状特点及学习规律，依据幼儿数学教学理论基础，采用操作性教学、生活性教学、游戏性教学、多媒体教学及语言康复的教学方法全面促进听障幼儿的数学思维发展。

关键词：听障幼儿 数学 教学方法

一、听障幼儿学习数学面临的困难

普通幼儿学习数学的过程中会出现对数学不感兴趣，甚至有畏难情绪，对老师所讲的内容难以理解，无法在生活中正确运用等问题，对于听障幼儿来说不仅存在同样的问题，而且由于听力障碍影响其接收数字、空间顺序等有关数学的信息，由听力障碍引发的语言障碍又严重影响了他们对数学语言的理解，再加上听障幼儿的家长往往偏重于孩子语言的发展而忽视了对孩子数学认知的早期开发，因此进入幼儿园的听障幼儿无任何生活中的数学经验，给数学的教育教学带来了极大的挑战。

二、听障幼儿的现状特点及学习规律

尽管大多数的听障幼儿已经佩戴了助听器或人工耳蜗，但助听效果参差不齐，与健听幼儿还是有一定的差距，接收到的数学信息很有限，且因听觉理解能力较差，已接收到的数学信息又不能全部理解，再加上语言的贫乏，很难将已接收的数学信息串连起来形成稳定的数学思维；同时由于语言表达能力的欠缺，造成了不理解的不能及时问老师，老师若不细心观察也不易找到幼儿的不懂之处，难点越积越多，以至于听障幼儿逐渐对数学产生畏难情绪。但是，听障幼儿也有其优势，他们的观察力和感知力较强，形象思维更敏锐，更愿意用眼睛看，用手去操作。根据皮亚杰的心理运算发展理论，儿童从两岁左右开始一直到七、八岁这个阶段是处于前运算阶段，在这个阶段幼儿是通过感知觉及象征性游戏去学习和发展的，因此应充分利用听障幼儿的优势并依据此理论进行听障幼儿的数学教学工



作。

三、听障幼儿的数学教学方法

（一）操作性教学

儿童在最早的阶段更多的是通过行动去学习，而不是通过思维去学习的，为这种行动提供作为原料之用的那种合适的学校设备比最好的书本，乃至语言本身更容易增进儿童的知识，因此在听障幼儿的数学教学中应充分利用各种数学教具，长、短、轻、重、多、少等有关数学的概念存在于感知教育配用的教学用具中。其中深得幼儿喜欢的蒙氏教具不仅让幼儿通过操作教具学到了数学知识而且教具本身就具有自我纠错功能，比如蒙氏教具中的圆柱体插座，它可以让幼儿学习一一对应、排序、比较大小高矮粗细，幼儿对此教具表现出极大的热情，若出现错误，最后的一个圆柱体就没有办法放到相应的插座中，教具本身就促使幼儿自己去寻找错误并改正错误。另外，蒙氏教具中的粉红塔、棕色棱柱、长棒、数棒等教具都可以让幼儿在进行操作时进行自我培养，学习数学的初步概念。操作分为老师操作和幼儿操作，老师的操作只是起到了演示和提示的作用，皮亚杰说，当着儿童的面做实验而不让儿童自己去做实验，就消失了由动作本身所提供的那种提供知识与培养性格的价值，因此在教学中应该更注重幼儿自己去操作。同时在对教具的操作中也可以培养幼儿正确的操作习惯，比如正确的掌握教具，用完教具及时归位等，为他们今后形成良好的学习习惯打下基础。

由于数学的灵活性，现成的教具未必能够满足教师的教学需求，因此教师还可以根据学习目的的不同自制教具。比如在《5 以内数的加法》的教学中，自制数字卡片及算式卡片，让幼儿通过看图意摆放算式的方法，积极参与到教学中，既能提高他们的兴趣，又有助于他们的理解；在进行长方形和梯形的讲解中，自制长方形、梯形卡片，让他们利用各种形状去组合图形，即发挥了幼儿的想象力又让他们对形状有了更深刻的掌握。

（二）多媒体教学

1. 利用多媒体课件的导入，有利于集中幼儿的注意力

当代认知心理学家布鲁纳说：“最好的学习动机乃是对学习材料本身发生兴趣”。“兴趣是最好的教师。”多媒体教学综合运用形、色、声、光的效果，创设出各种形象生动的学习情境和教学情境，可极大地调动听障幼儿的学习兴趣，使幼



儿在不知不觉中全身心的投入到教学活动中，长时间以来，我发现一些纪律差的孩子，在采用多媒体课件教学时，他们很快就能安静下来眼睛注视着多媒体课件，显得格外的认真。由于听障幼儿受听力的限制，对教师单调的说教，不仅不易理解，而且容易疲劳，最终影响教育效果，课件的参与帮助解决了这一难题。幼儿期的思维主要借助于具体形象来进行的，而不是以概念判断推理来进行。所以以多媒体动画形式来讲述故事，多媒体课件能将较为抽象的道理或要求，借助画面表达出来，非常具体，不仅有鲜艳的色彩、生动的形象，而且还配有悦耳的音乐和富有感染力的音响，可以说是集形、声、色为一体，幼儿可以边听、边看、边娱、边想，极易调动听障幼儿的学习兴趣，从而激发幼儿的学习热情。

2. 运用多媒体课件巧设游戏情境，有利于鼓励幼儿探索新知

著名的教育学家陈鹤琴曾经说过：“游戏是孩子的生命”。幼儿尤其喜欢游戏，而数学由于其学科特点，相对而言比较抽象和枯燥，如果将数学知识融入游戏中，让幼儿在玩中学，这样就既可满足幼儿的游戏需要，又可很好地达到数学教学目标。运用多媒体课件中的游戏，恰恰还能将娱乐和教育有机结合，融为一体。整个过程清晰、生动、形象、逼真，有效地刺激幼儿的听觉、视听，使幼儿产生浓厚的学习兴趣和强烈的探究欲望，为完成活动目标奠定良好的基础。

3. 运用多媒体互动系统，实现人机互动

多媒体互动系统以其本身的直观形象性特点而具备了最佳的视听觉效果，它提供的许多可能性往往是我们普通教学手段所难以企及的，它会把无声的教材内容变得有声有色，使课堂生动活泼，并带领幼儿进入教学创设的特有情境之中，让听障幼儿通过直接的视听感官作用，对多媒体中提出的问题及要求积极的回应，多媒体互动系统也可以对幼儿的答案及时做出正确或错误的判断，从而能让幼儿对枯燥、抽象的数学内容产生浓厚的兴趣，能让幼儿对感知的事物、现象、数概念等进行积极地思考、操作、比较、发现它们之间的规律，发展孩子的创造性思维，还可使幼儿学得主动、学得轻松、学得灵活，并给幼儿带来无限的乐趣。

（三）生活性教学

1. 教育内容紧密联系幼儿的生活

数学知识是非常抽象的，而现实生活为幼儿提供了通向抽象概念的桥梁。幼儿的数学教育内容与幼儿的生活紧密相联，可以借助幼儿已有的生活经验，来帮



助幼儿理解抽象的数学概念。比如幼儿生活中经常接触到钟表、人民币、轻重、长短、多少等都可以作为听障幼儿的数学教学内容。

2. 从现实生活中选择相关的操作材料

教学中更多地运用日常生活中的各种物品,这样可以让幼儿真切地体会到“数学就在身边”,增加幼儿对学习数学的兴趣。例如:认识人民币的教学,可以设计超市购物的游戏,选择各种各样的商品,通过看价签上的价格,认识不同面值的人民币,幼儿在模仿购物的过程中正确运用人民币。认识钟表整点,让幼儿通过拨钟表时针、分针认识钟表的整点、半点。在学习平均分时,就运用孩子们经常吃到的糖果、饼干当作操作材料进行实物操作。

3. 在生活中运用数学

数学教育不仅要联系儿童生活,还要引导幼儿用数学,让幼儿感受到数学作为一种工具在实际生活中的应用和作用,只有在运用过程中才可以为幼儿理解科学对人们生活的实际意义提供直接经验和实际背景。可以将数学渗透到幼儿的一日生活当中,如学习了得数是8的加减法,在加餐时,让幼儿数一数一共有多少块饼干,自己吃了几块,还剩几块;在上课时请幼儿观察来了几个小朋友,几个男孩几个女孩;学了平均分,在老师分糖果时,让幼儿想一想如何分才是平均分;学会了看时钟,在上课下课时让幼儿观察一下时钟现在是几点了,并且让幼儿初步具有时间观念,懂得自己掌握时间。

总之,在幼儿数学教育中,树立现实生活是幼儿数学概念形成的源泉的基本观点,贯彻数学教育联系儿童生活的原则,并抓住教育内容、活动目标、操作材料、活动情境和实施途径等几个关键点将数学教育生活化真正落到实处,使幼儿喜欢学习数学并体验数学对其生活的重要性。

（四）游戏性教学

皮亚杰指出游戏是幼童学习过程中强有力的一個杠杆,听障幼儿首先是幼儿,他们跟普通幼儿一样喜欢游戏,乐于从游戏中学习数学知识,因此可以根据听障幼儿听力受损、语言表达能力弱及喜欢进行肢体活动的特点及现有认知水平创编出语言简洁、易于理解、调动多种感观参与的数学游戏来完成每一个教学目标。与此同时,通过在游戏中渗透思想品德教育,还可培养幼儿良好的学习习惯和心理素质,使智力和非智力品质同步协调发展,数学游戏可以分为假扮游戏,竞赛游戏,



情景游戏等。

例如，在学习 6 以内数的点数时，可以设计小熊过生日的游戏，通过小熊的小伙伴给小熊送不同数量的生日礼物练习点数，小熊给每位小伙伴发水杯倒水巩固一一对应，帮小熊插 6 根生日蜡烛学习手眼口协调的进行点数。在课堂中幼儿兴趣盎然，不仅在不知不觉中学会了点数而且还感受到了同伴之间的友爱，真正达到了寓教于乐。

再如，在学习序数时，可以设计坐公交车的游戏，给孩子们制作公交卡，设置刷卡机，并且把排队上车做为重点内容教授，让他们在排队过程中学习第 1、第 2、第 3、第 4 的序数概念，并且让他们真的上车刷卡，下车刷卡，这个游戏尽管简单，但孩子们循环排队上车下车，乐此不疲，通过此游戏不仅能够顺利的掌握序数的含义，而且也是一堂很成功的社会规则学习的课程。

通过创编数学游戏，不仅可以促使幼儿收获数学知识，还能在游戏中促使他们发展语言，学到很多生活常识和规则。

（五）数学教学中进行语言康复

语言是思维的工具和外壳，古人云：“言为心声，言乃说，心乃思。”没有语言，思维很难实现，因此在听障幼儿的数学教学中不仅要进行数学知识的教授，而且也要对其进行语言康复，数学教学中的语言康复可以运用如下策略。

儿歌策略，如儿歌《手指变变变》的内容为“一根手指变变变，变成毛毛虫爬爬爬，两根手指变变变，变成小剪刀嚓嚓嚓，三根手指变变变，变成小花猫喵喵喵，四根手指变变变，变成小花狗汪汪汪，五根手指变变变，变成花蝴蝶飞飞飞”，幼儿通过学习这首儿歌，既初步理解了 5 以内数字的手指表示方法，学会了说长句，又提高了语言的节奏感。

游戏策略，好的数学游戏不仅可以充实听障幼儿的游戏生活，激发他们学习数学的兴趣，而且可以刺激他们运用语言，提高思维想象能力。教师应根据幼儿的年龄特点，因地制宜的创设游戏条件，根据幼儿的实际经验和兴趣，在游戏过程中给予适当指导。例如：在教“8 的分解组合”中，让幼儿戴上小猫的头饰钓鱼，钓上 8 条鱼后，把鱼分到两个盘子里，一戴上小猫的头饰，孩子们就自发的“喵喵”的叫，开始分鱼时，一条鱼两条鱼的数，通过此游戏，使教学趣味盎然，充分吸引了幼儿的注意力，也调动了听障幼儿用语言表达的积极性。



抓住可以利用数学知识的生活环节策略，例如加餐中的吃饼干，引出加减法应用题的语言如“老师给了我几块饼干，我吃了几块饼干，还剩几块饼干”，让幼儿在每次加餐时反复表达，直至可以灵活运用。

在数学教学中教师应该充分发挥示范作用，说话时要语法规范，用词恰当，言简意明，让幼儿在潜移默化中习得语言。

四、听障幼儿数学教学的最终目的

总之，在听障幼儿的数学教学中要坚持愉快性教学，若幼儿出现不懂的现象一定不能轻易的批评幼儿，要以鼓励为主，对幼儿的点滴进步要及时给予肯定使听障幼儿对数学产生浓厚的兴趣，在一次次的教具操作中领悟到数学知识，在多媒体课件中学习数学知识，在游戏中巩固数学知识，在生活实践中运用数学知识，正符合了皮亚杰所说的兴趣的规律乃是“整个体系随之运转的唯一轴心”，同时也在数学学习过程中对听障幼儿的语言进行康复，使得听障幼儿的语言和认知同步发展，促进其更快的融入主流社会。

参考文献：

[1] 让·皮亚杰. 教育科学与儿童心理学[M]. 文化教育出版社. 1981

[2] 玛利亚·蒙台梭利. 蒙台梭利儿童教育手册[M]. 中国发展出版社. 2006



胡静老师在教听障幼儿数学



➡ 学生篇

高考后的雯雯，怀念启喑的五味生活

有人说，大多数人都是在快要毕业时才爱上学校，在高中生涯快要结束时才想要重新好好开始的，我就是个例外。

——题记

坐在电脑前，带着念旧的心情用指尖拨动鼠标滑轮，翻看着自高中以来所拍的相片。眼前的一张张相片飞过，四年的记忆在脑海里如潮水般涌现：多少次早晨在酣睡中被生活老师催促睁开惺忪的睡眼；多少次抱怨老师布置的数不清的作业；多少次与同学们忙里偷闲聊各种八卦谈人生理想；多少次在夕阳下的塑胶跑道上你追我赶；多少次期盼那年夏天能被心之所向的大学录取……

现在离高考已经过去一个多月了。记得在高考结束的那一刻，感觉一身包袱终于能全部卸下，可以回到属于自己的小小世界里过着随心所欲的生活。我在没有尽头的宇宙里凭着原来的轨迹一直打转着，欣赏着很多以往错失的风景，也偶尔留下挥之不去的回忆，可只有那段四年的生活一直令我念念不忘，因为那段漫长而又短暂的时光让我成长了很多。

若要问我四年高中生活是什么？我会脱口而出：高中生活就像一个五味瓶，让我尝尽酸甜苦辣。

她有时候像柠檬的天然酸味一样，让你大大吮吸一口汁水之后酸到掉牙。记得高二整个学期结束的最后一天，当我们埋着头收拾东西时，我们老班小李拿着一叠叠折好的信纸走进教室，把信发到我们每个人手中。当我读完信才知道，老班因为工作调整，不能再以班主任的身份陪我们走完高中最关键的一年。当时我震惊得不知道要说什么，剩下的只有带着抽噎声的眼泪。我记得她在信中对我说，她这两年最大的遗憾就是没能好好引导我养成读有价值的文学作品的习惯。记得两年间，老班亲自掏钱买那些名著作品给我们读，有时候还在微信里向我推荐读书群，可不知道为什么自己还是没有真正地爱上那些经典名著。也许在这方面我从未坚持过吧。我把大多数的时间都花在了学习，而没有很好地利用时间去读课外名著，满满的心酸填满了整个心房。我知道她是希望我能站在更高的思想层面去看世界。正因为有了那一句句老班的话语，还有那份无法忘记的心酸感觉，让我重拾书本细啃慢嚼，努力慢慢提升自己的思想境界，将自己渺小的身躯置身于知识的海洋。我希望以后会有那么一天，我能和老班一同坐在阳光下，与她共谈



书中的精髓，与她聊着生活的美学，分享人生的启示。也许，那份感觉就像加入蜂蜜的柠檬汁一样，口味正合。

她有时候像撒满彩色朱古力糖针的甜甜圈，让人咬一口后心情大好。在启喑这方小天地里，学校领导、老师，以及同学们提供了我很多展示自我的平台，炼就了现在如此多才的我：预科那年，在班主任和同学的极力推荐下，我提起勇气报名参加了学校“中国梦，我的梦”的演讲比赛，在老师的帮助下经过三番五次的改稿，自己努力将稿子滚瓜熟练地背下来，在同学的帮助下将自己的手语打得更清晰、准确、形象。在比赛那天，我以自信的姿态流畅地脱稿演讲，赢得了校级二等奖。当我拿着沉甸甸的证书在闪光灯前微笑的那一刻，我知道，那次是我高中生活中第一次得到大大的“甜”；在每次的作文大赛中我踊跃参加，并多次获得市级一等奖；在学校每年的新年联欢会上，舞台上永远少不了我的身影：带有变幻多端节拍的踢踏舞，充满激情四射的《搏青春》舞蹈，还有温馨的手语歌《和你一样是大梦想家》。我作为校舞蹈队成员参加了为比利时王后和彭妈妈访问启喑时表演现代舞《美好的一天》。我永远忘不了那一天，我们以美丽的舞姿完美演绎了启喑校园的生活，赢得了彭妈妈和比利时女王的微笑、鼓掌和拥抱，我从未想到我会投身于彭妈妈的怀抱，那是我毕生的荣幸啊！在誓师大会以及毕业典礼上，作为手语主持的我能以坦然自若的姿态，流畅地进行手语翻译，我很惊讶自己没有因为如此庄重的场面而感到紧张。我知道，炼就了现在多才的我都离不开启喑，如果没有启喑，我也许不会站在任何一个舞台或平台上勇敢展现自己，也许我不会明白勇敢坚持的意义，也许不会尝到那份蜜甜，也许体会不到那一份份努力之后成功的自豪感，一次次机遇后的喜悦感。



雯雯和曾经高二的班主任李老师



雯雯在舞台上表演

（指导教师：李文艳）



三、特教理论

《聋校义务教育语文课程标准》解读

【摘要】《聋校义务教育语文课程标准》参照《义务教育语文课程标准》，并遵循聋生认知发展的特点规律，提出了具有聋教育特色的理念和要求，对语文课程的整体目标、课程内容以及教学建议等作了適切性的调整。

【关键词】聋校；语文；课程标准；解读

《聋校义务教育语文课程标准》（下文简称“《课程标准》”）的研制，依据《基础教育课程改革纲要》《聋校义务教育课程设置实验方案》确定的基础教育课程改革基本理念，从提高聋生的文化素质、提升他们生存和发展能力的高度着眼，参照《义务教育语文课程标准》（以下简称“《普校课标》”），遵循聋生认知发展的特点规律，致力于构建与现代社会发展和聋生发展需要相适应的语文课程，培养聋生的语言文字运用能力，以期为聋生的全面、可持续发展奠定基础。

一、《课程标准》研制遵循的基本原则

（一）体现语文课程的基础性

《课程标准》在课程目标、课程内容的设置等方面都是根据语文课程的特点，面向全体聋生，针对不同学段聋生发展的特殊需要，提出切实可行的目标和要求，期望通过教学，使每一位聋生获得基本的语文素养，促进聋生全面、主动、有个性的发展，为他们融入和适应社会以及终身学习与发展奠定坚实的基础。

（二）把握聋生语文学习的特殊性

我国台湾地区的聋教育专家林宝贵曾经说：“世界的聋教育，事实上就是一部语言沟通与语文教育的发展史。”聋校的语文教学是在多数聋生不具备基本的听、说能力基础上进行的，聋生在学习语文的过程中，发音说话（看话）、书面语、手语要同时学习。因此，《课程标准》的研制充分考虑了聋生语文学习的特殊性，在课程目标的定位上尽可能做到合理适度；在相关的实施建议中，提出了具有聋教育特点的教学和评价的建议。

（三）关注聋校语文教学对象的差异性

聋校学生的听力损失程度、语言基础和学习能力等方面存在着非常大的个体差异。因此，在《课程标准》的研制中，明确提出了“差异性教学”的课程理念，要求尊重聋生的个体差异，关注聋生的真实世界，并从其现状与需要出发设计课程目标和课程内容，根据聋生的听力差异选择适合聋生的沟通方式，大力推进个别化教学的实施，以促进聋生语文素养的形成与提高。同时鼓励教师在实践中创



造性地使用教材，从追求达成目标的统一性向尊重个体差异的多样性转变，最大限度地促进学生语文能力的发展，使他们的功能得到补偿，潜能得到开发。

二、《课程标准》与《普校课标》的关系

《课程标准》与《普校课标》相比，在体例结构、课程性质以及课程理念等方面基本保持一致。

（一）课程性质

相同《课程标准》在第一部分“课程性质”中开宗明义：“语文课程是一门学习语言文字运用的综合性、实践性课程。聋校义务教育阶段的语文课程，应使聋生初步学会运用祖国语言文字进行交流沟通，吸收古今中外优秀文化，提高思想文化修养，培养聋生自尊、自信、自强、自立的精神。工具性与人文性的统一，是语文课程的基本特点。”由此可见，《课程标准》与《普校课标》一样，都有其“工具性与人文性的统一”的共同性质：其一，规定了语文课程的核心任务是学习祖国语言文字的运用；其二，在这一核心任务要求下，明确指出了语文课程的核心目标是通过语言文字的学习，“吸收人类优秀文化的营养”；其三，为了完成核心任务，实现核心目标，必须加强语文实践，即运用语文实践这一方式指导学生学习语文。

（二）课程理念相同

1. 全面发展、德育优先的教育理念

《课程标准》与《普校课标》一样，以社会主义核心价值观作为最根本的指导思想，把坚持育人为本、德育为先作为课程的灵魂，都坚持素质教育的理念，强调“使每一位聋生获得基本的语文素养”。《课程标准》同样从知识与能力、过程与方法、情感态度与价值观三个方面设计课程目标和内容，目标是“在语文学习的过程中，培养热爱祖国、热爱中国共产党、拥护社会主义制度的思想感情，培养集体主义精神和民主、法治意识，培养创新精神、合作精神和诚信、友善的品格，发展个性，逐步形成健康的审美情趣、积极的人生态度、正确的世界观和价值观”；“认识中华民族文化的丰厚博大，汲取民族文化智慧”；“关心当代文化生活，吸收人类优秀文化的营养”。

2. 强调自主、引导实践的教学理念

《课程标准》建议聋校的语文课程应创设有效的教学情境，引导聋生开展自主、合作、探究学习；与《普校课标》一样，强调语文课程是实践性课程，应着重培养聋生的语文实践能力，让聋生多读多写，日积月累，在语文实践中学习语文，掌握语文学习的基本方法和语言运用的基本规律。

3. 全面多元、促进发展的评价理念

《课程标准》还提出了要改革传统的课程评价手段：“语文课程评价的主要目的是为了考察聋生实现学习目标的程度，检验和改进聋生的语文学习和教师的



教学，改进课程设计，完善教学过程。在语文课程评价的多种功能中，尤其应注意发挥其诊断、反馈和激励的功能，重在有效促进聋生的发展，不更多强调甄别、选拔的功能。”倡导语文课程的评价目的要着眼于发展性，评价内容要体现全面性，评价标准强调差异性，评价主体做到多元化，评价方式提倡多样化，努力促进聋生在原有水平上得到提高。

（三）体例结构相同

聋校的教育，尤其是一至九年的特殊教育同样属于义务教育范畴，因此聋校语文教育的目标和内容都必须设定在义务教育的要求和范围之内。所以《课程标准》的制订参照了《普校课标》，整体设计九年一贯的语文课程，由“前言”“课程目标与内容”“实施建议”三大部分组成，各部分的内容基本相同，如第二部分“课程目标与内容”中，除了设定“总体目标和内容”以外，也设定了“学段目标与内容”，其中每一学段都从“识字与写字”“阅读”“习作”“语言交往”“综合性学习”等五个方面设计了各个学段的学习目标和内容。这样的设计与普通教育的课程接轨，着眼于学生语文素养的整体提高。

三、《课程标准》的特点

（一）提出了具有聋教育特点的理念和要求

1. 强调以聋生发展为本的课程理念

聋校以往的语文课程与教学大都站在教师的角度设计课程内容，进行教学活动，聋生的学习需要和学习特点考虑得不多。《聋校义务教育课程设置实验方案》中提出聋校“课程设置要落实科学发展观，坚持以人为本，体现义务教育的基本性质，遵循聋生身心发展的特点和规律，适应社会、经济和科学技术发展的要求，为聋生的持续、全面发展奠定基础”。

因此，本次《课程标准》的研制，最突出的一个基本理念就是“以人为本”，即按照以人为本的科学发展观，从聋生发展的特点与规律出发设计和实施聋校的语文课程，不是让聋生适应课程，而是课程要适应聋生。

2. 提出了积极推进差异性教学的要求

由于聋生之间存在着非常大的个体差异。因此《课程标准》明确提出了“积极推进差异性教学”的课程理念：“语文课程的实施必须坚持因材施教的原则，尊重聋生的个体差异，从聋生的基础与发展需要出发，确定适合的教学目标、教学内容、教学组织形式和教学评价方式。鼓励教师在教学实践中创造性地使用教材，增强教学的针对性与有效性。”

在“实施建议”部分提出了许多明确具体的要求。如“语文课程评价既要体现对聋生的基本要求，又要关注聋生个体间的差异性。应根据聋生的学习能力和课程内容的特点，采用不同要求、不同程度、不同内容的操作、作业、试卷等方式进行评价，促进每个聋生在原有基础上得到提高”，要求教材编写“要有开放



性和弹性，教材内容应有必学部分和选学部分，给学校和师生留有自主选择的空间”等。

3. 更加强调实践性的学习方式

《课程标准》从聋生语文学习的特点出发，提出了独特的实践性教学的要求：“应着重培养聋生的语文实践能力”“聋校语文课程应注重认真观察、亲身体验、动手操作的过程，应该让聋生多读多写，日积月累，在语文实践中学习语文，掌握语文学习的基本方法和语言运用的基本规律。”

在“实施建议”中也提出：“重视聋生读书、写作、语言交往、搜集处理信息等语文实践，提倡多读多写，改变机械、粗糙、繁琐的作业方式，让聋生在语文实践中学习语文，学会学习。善于通过专题学习等方式，沟通课堂内外，沟通看（听）说读写，增加聋生语文实践的机会。充分利用学校、家庭和社区等教育资源，开展综合性学习活动，拓宽聋生的学习空间。”强调要在有实际内容的活动中培养聋生理解和运用语言的能力，让聋生在语言的实践中学习语言、在文字的运用中学习文字，提高运用语文的能力。

（二）提出了适当的语文课程目标和要求

《课程标准》依据《聋校义务教育课程设置实验方案》，在“总目标”之下，按 1~3 年级、4~6 年级、7~9 年级三个学段分别提出阶段目标，不仅涵盖了义务教育语文课程的全部内容，又从聋生的身心发展特点和语言发展水平出发，对语文课程的整体目标、课程内容以及教学建议等作了适切性的调整。

1. 调整了部分目标降低了识字和阅读量的要求

《课程标准》设定九年“累计认识常用汉字 3000 个左右，其中 2500 个会写”；九年累计阅读总量为 215 万字，略低于普通学校的要求。这是因为聋生没有较好的口语基础，发音识字学词教学所花费的时间需要成倍增加；对于不常用或理解得不够深的字词，他们很快会遗忘；再加上由于听力的限制，他们的生活经验范围相对狭窄，在理解基础上的阅读也较困难。

因此，《课程标准》要求聋生会认会写常见常用的文字，并建议选择更多的实用类、叙事类等应用性强的文本给聋生阅读。

《课程标准》提出了聋教育的特殊目标：“能选择比较适合的沟通方式，文明、主动地进行人际沟通和社会交往。了解口语、书面语与手语表达方式上的异同和进行转换的方法，不断提高人际沟通和融入社会的能力。”

2. 对课程内容做了较大的调整

调整或降低了《普校课标》里的“能用普通话正确、流利、有感情地朗读”“诵读古代诗文，能借助注释和工具书理解基本内容。注重积累、感悟和运用，提高自己的欣赏品位”“运用联想和想象，丰富表达的内容”等部分内容要求。



增加了一些适合聋生需求、与聋生关联度高的教学内容，如增加了“熟练地使用汉语拼音手指字母”“能看懂手指语，看（听）得懂口型简单的词语和句子”等。

调整了课程内容的表述方式。《课程标准》中将《普校课标》里的“口语交际”改为“语言交往”。因为聋生与他人的交往方式中，除了“口语交际”，他们还要运用手语、书面语等其他方式。

调整、降低了汉语拼音要求。改为“认识汉语拼音，基本掌握拼读方法，口形基本正确。尽可能读准声母、韵母、整体认读音节。认识大写字母，熟记《汉语拼音字母表》。熟练地使用汉语手指字母。了解拼音声调。正确书写声母、韵母、音节。能看懂手指语，看（听）得懂简单的词语和句子”。因为聋生不一定能读准汉语拼音，但要基本掌握拼读方法，口形基本正确。聋生还要看得懂简单的词语和句子，看话是聋生体会语言、学习语言的基础，培养看话能力有利于形成和提高语言能力，帮助聋生尽快融入社会语言环境之中，提高他们的社会交往能力。看话教学应是聋校语文教学的一个重要内容，贯穿在聋生学习语文的整个教学活动中，是聋校语文教学必须完成的基本任务之一。

适当调整了背诵古诗文的数量。长期的教学实践证明，聋生在阅读、理解古诗文方面受听觉语言障碍的限制，存在较大的困难，在其自身的语言表达中也很少涉及古诗文材料。而贴近聋生现实生活的儿歌、短文等现代题材的内容容易学习、理解和运用。

因此，《课程标准》既从传播中华优秀传统文化角度保留了“背诵优秀古诗文”的要求，又适度降低了背诵数量的要求；同时提出增加中外童谣、儿童诗歌以及残疾人励志作品等题材的背诵数量要求。

3. 提出了具有聋教育特点的教学和评价建议

在“教学建议”部分，提出了许多适合聋生学习的教学方法，如“汉语拼音教学要尽可能有趣味性，宜多采用活动和游戏的形式，将汉语拼音教学与学说话、汉语手指字母和识字教学有机结合。可适当延长汉语拼音的学习时间，应注意汉语拼音在现实语言生活中的运用”。

发音教学建议“使用发音图、发音镜、教学软件、口形舌位演示、触摸提示、言语呼吸训练等直观教学手段，让聋生了解发音器官部位和发音方法的不同特征，逐步懂得协同唇、齿、舌、颚等发音器官，摆正发音姿势，模仿发音方法，正确发音。教师要重视聋生发音器官神经肌群的控制训练，使之逐渐趋于协调、灵活、稳定”。

手指语教学“要求聋生打指语的指式、方向、方位正确，适度、美观，将手指语与拼音字母学习和拼读音节相结合，发挥其在学习和记忆字、词、句方面的作用，帮助理解语言”。



识字教学要求“注意儿童特点，将聋生熟识的语言因素作为主要材料，结合聋生的生活经验，引导他们利用各种机会主动识字，力求识用结合”。

另外，要“帮助聋生了解手语和书面语表达的异同，并在此过程中逐步完成手语和书面语的转换”；“低年级从写话入手，降低起始阶段的难度，重在帮助聋生掌握规范的书面语表达方式”等。

四、《课程标准》的实施要求

（一）充分认识课程标准的意义和作用

义务教育的课程标准规定了不同阶段学生在知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观等方面所应达到的基本要求，也就是说课程标准只是一个最低限度的要求，是让绝大多数学生经过努力都能达到的一个基本要求，是教学和评价的出发点与归宿。

毫无疑问，《课程标准》对聋校的教学和评价具有重要指导意义。

（二）依据课程标准开展聋校的语文教学工作

聋校教师必须在充分认识《课程标准》意义和作用的基础上，依据《课程标准》的要求，开展聋校语文课程的教学工作。

1. 准确把握聋生语文学习的目标和要求

聋校的语文教师首先要清楚《课程标准》对聋生的语文学习提出了什么样的总体目标和要求，并了解不同阶段的聋生在知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观等方面的基本要求，以确保自己的教学能全面落实课程目标，使聋生的语文学习达到《课程标准》规定的要求。

2. 科学运用教学方法

聋校的语文教学必须建立在聋生学习和教学心理学的科学基础上，以最少“付出”达到既定目标。教师的教学设计必须把握聋生的学习心理规律，从聋生的认知发展水平和已有知识经验出发，有效处理教学内容，设计教学活动，并加强师生间的沟通与交流，提高教学的效率。

（三）加强聋校语文教学的研究

提高聋校的语文教学质量是一个世界性的难题，而且社会的发展又对聋校的语文教学不断地提出新的需要研究的问题，我们必须通过扎实的研究，提高聋校语文教学的效率，使《课程标准》提出的目标真正变为聋校课堂的教学现实。





四、他山之石

北师大教授顾明远：教师成长有三个境界

摘自《中国教育报》

王国维在《人间词话》中说到做学问的三个境界：“昨夜西风凋碧树，独上高楼，望尽天涯路”“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴”“众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处”。我想，教师的成长也需要经过这三个境界。

第一个境界是对教育对教师职业的认识

教育是伟大的事业，从大处说，教育关系到民族的未来、国家的兴衰；从小处说，教育关系到一个人的成长、千万个家庭的幸福。所以说，教师是“太阳底下最光辉的职业”。教师面对的是生动活泼成长的儿童与青少年。习近平总书记说，教师是锤炼品格的引路人、学习知识的引路人、创新思维的引路人、奉献祖国的引路人。教师要认识自己职业的重要性，具有强烈的使命感，全身心投入到教书育人工作中。教师要像苏霍姆林斯基说的那样“把整个心灵献给孩子”。教师有了这样的认识、这样的信念，才能不断成长。

第二个境界是修炼

教师要不断学习，努力钻研，不断反思自己的教育行为，总结经验教训，逐步认识学生成长的规律、认知的规律，逐渐掌握教育规律，不断提升教书育人的专业水平。北京市丰台区一位初入职的年轻教师教一年级语文课，一堂“荷叶圆圆”的课，在专家的帮助下，经过三个月的磨炼才讲得比较满意成功。她后来说：“那三个月是我最痛苦的三个月，也是最幸福的三个月。”好似涅槃重生，有了一次飞跃。

教师的成长就在教育实践中，在日常的教育教学中。正如特级教师于漪所说的：“教师的成长和发展最重要的是内心的觉醒，就是把日常平凡琐碎的工作与我们未来的事业和千家万户紧密联系在一起，这样每件事情就会有育人的平凡意义。”于漪还说：“我这一辈子有两把尺，一把尺子量别人的长处，一把尺子量



自己的不足。”她就是这样做到“衣带渐宽终不悔”，不忘初心，在不断学习反思中磨炼成为我国著名的语文特级教师。

第三个境界是收获

教师的成长与学生的成长是同步发展的。教师在教育教学中引导帮助学生成长，自己也就成长起来。到时候，看到你教的学生一个个成才，你就会成就感油然而生，感到无比的幸福。正如于漪所说的：“教师的生命是在学生身上延续的，教师的价值是在学生身上实现的。”所以我常说，教师是最幸福的职业。

这三个境界是教师成长的路径。归纳起来无非三个词：理想信念、实践反思、学习提高。我要补充说明的是，学习要成为教师成长的必修课。教师要天天学习，向书本学习，向别的教师学习，更要向学生学习。向书本学习，不仅学自己所教的专业书籍，虽然不可能博览群书，也需要读点有别于自己专业的书，理科教师不妨读点文艺的书，文科教师也可以读点科普作品，以提高自己的学识和素养。向别的教师学习，学习他们的长处，比照自己的不足，不断改进。向学生学习，当今是信息时代，教师已经不是知识的唯一载体，更不是知识的权威，学生知道的东西可能比教师还要多。因此，教师要放下架子，与学生共同学习，把教学组成一个“学习共同体”，在学习中不断成长。

唯有如此，教师才能有真正的收获，真正的幸福。



五、美文欣赏

母亲



父亲去世10年后，在我的“软硬兼施”下，母亲终于同意来郑州跟着我——她最小的女儿一起生活。这一年，母亲70岁，我40岁。70岁的母亲瘦瘦的，原本只有一米五的身高，被岁月又缩减了几厘米，看起来更加瘦小，面容却仍然光洁，不见太多沧桑的痕迹，头发亦未全白，些许黑发倔强地生长着。

我们借了一辆车回去接她，她早把居住了几十年的老屋收拾妥当，整理好了自己的行李。那些行李中有两袋面，是她用家里的麦子专门为我们磨的，这种面有麦香。但那天，那两袋面我决定不带了，因为车的后备箱太小，我们要带的东西太多。母亲却坚持把面带着，一定要带，她说。

她这样说的时侯，我忽然愣了一下，看着她，便想明白了什么，示意先生把面搬到里屋，我伸手在外面试探着去摸。果然，在底部，软软的面里有一小团硬硬的东西。如果我没猜错，里面是母亲要给我们的钱。

把钱放在粮食里，是母亲很多年的秘密。十几年前，我刚刚结婚，在郑州租了很小的房子住，正是生活最拮据的时候。那时，我最想要的不是房子，不是一份更有前途的工作，只是一个像样的衣柜。就是那年冬天，母亲托人捎来半袋小米。后来先生将小米倒入米桶时，发现里面藏着500块钱，还有一张小字条，是父亲的笔迹：给梅买个衣柜。出嫁时，母亲给我的嫁妆中已有买衣柜的钱。后来她知道我将这笔钱挪做他用，便又补了过来。那天晚上，我拿着10元一张厚厚的一沓钱，哭了。那些年，母亲就是一次次把她节省下来的钱放在粮食里，让人带给我，带给大姐二姐，在我们都出嫁多年后，仍贴补着我们的生活。但那些钱，她是如何从那几亩田里攒出来的，我们都不得而知。这一次，即使她随我们同行，也还是将钱放到了面袋里，在她看来，那是最安全的。

面被带回来后，我把钱取出来交还母亲，母亲说，这是我给童童买车用的。童童是她的外孙，这段时间他一直想要辆赛车，因为贵，我没有给他买，上次回老家，他许是说给母亲听了，母亲便记下这件事。2000块，是她几亩地里一年的



收成吧，我们都不舍得，但她舍得。记忆中，母亲一直是个舍得的人，对我们，对亲戚，对左邻右舍，爱舍得付出，东西舍得给，钱舍得借，力气也舍得花。有时不知道她一个瘦小的农村妇人，为什么会这样舍得。母亲住下来，每天清晨，她早早起来做饭，小米粥、小包子、鸡蛋饼……变着花样儿。中午下班我们再也不用急赶着去买菜，所有家务母亲全部包揽。阳台上还新添了两盆绿莹莹的蒜苗，有了母亲的家，多了种说不出的安逸。

母亲带来的两袋面，一袋倒入桶里，另外一袋被先生放到了阳台上。过了几天，我却发现阳台地板上的那袋面被移到了高处的平台上晾晒。先生是个粗心的人，应该不会是他放的，我疑惑地问母亲，她说，啊，我放上去的，晒晒，别坏了。我一听就跟她急了，那平台，一米多高，那袋面，六七十斤，身高不足一米五，体重不足90斤的母亲，竟然自己把它搬了上去。我冲她大喊，你怎么弄上去的？那么沉，闪着腰怎么办？砸着你怎么办？出点儿什么事怎么办……一连串地凶她。她却只是笑，围着围裙站在那里，等我发完脾气，小声说，这不没事吗？有事就晚了！我还是后怕，但更多的是心疼。直到母亲向我保证，以后不再干任何重活，我才慢慢消了气。

母亲来后不久，有天对先生说，星期天你喊你那些同学回家来吃饭吧，我都来了大半个月了，没见他们来过呢。先生是在郑州读的大学，本市同学的确很多，关系也都不错，起初还会在各家之间串门，但现在，大家都已习惯了在饭店里聚会。城市生活就是这样繁华而淡漠，不是非常亲近的，一般不会在家里待客了。我便替先生解释，妈，他们经常在外面聚呢。母亲摇头，外面哪儿有家里好，外面饭菜贵不说，也不卫生。再说了，哪儿能不来家呢？来家才显得亲。然后，母亲态度坚决地让先生在周末把同学们带回家来聚一聚。我们拗不过她，答应了。

先生分别给同学中几个关系最亲近的老乡打了电话，邀请他们周末来我们家。周末一整天，母亲都在厨房忙碌。下午，先生的同学陆续过来了，象征性地提了些礼品。我将母亲做好的饭菜一端出，那几个事业有成、几乎天天在饭店应酬的男人，立刻被几盘小菜和几样面食小点吸引过去。其中一个忍不住伸手捏起一个菜饺，喃喃说，小时候最爱吃母亲做的菜饺，很多年没吃过了。母亲便把整盘菜饺端到他面前，说，喜欢就多吃，以后常来家里吃，我给你们做。那个男人点着头，眼圈忽然就红了，他的母亲已经去世多年，他也已经很久没回过家乡了。

那天晚上，大家酒喝得少，饭却吃得足，话也说得多。那话的内容，也不是平日在饭店里说的生意场或单位里、社会上的事。很少提及的家事，被慢慢聊起来，说到家乡，说到父母……竟是久违的亲近。那以后，家里空前热闹起来。母



亲说，这样才好，人活在世上，总要相互亲近的。

母亲来后的第三个月，一个周末的下午，有人敲门，是住在对面的女人，端着一盆洗干净的大樱桃。女人有点儿不好意思地说，送给大娘尝尝。我诧异不已，当初搬过来时，因为装修走线的问题，我们和她家闹了点儿矛盾。原本就不熟络，这样一来，关系更冷了下来，住了3年多，没有任何往来。连门前的楼道，都是各扫各的那一小块儿地方。她冷不丁送来刚刚上市的新鲜樱桃，我因摸不着头脑，一时竟不知该说什么好。她的脸就那样红着，有点儿语无伦次，大娘做的点心，孩子可爱吃呢……我才恍然明白过来，是母亲。母亲并不知道我们有点儿过节儿，其实即使知道了，她还是会那么做，在母亲看来，“远亲不如近邻”是句最有道理的话。所以她先敲了人家的门，给人家送小点心，送自己包的粽子，还送自己种的新鲜小蒜苗……诚恳地帮我们打开了邻居家的门。后来，我和那女人成了朋友，她的孩子也经常来我们家，奶奶长奶奶短地跟在母亲身后，亲好得犹如一家人。

邻居们，不仅仅是对门，前后左右，同一个社区住着的许多人，母亲都照着。她常在社区的花园和先生同事的父母聊天，帮他们照顾孙子。不仅如此，还有物质上的往来，母亲常常会自制一些风味小点，热情地送给街坊四邻，这也是母亲在农村生活时养成的习惯。小点心虽然并不贵重，却因有着外面买不到的醇香味道，充满了浓浓的人情味。

有一次，得知先生一个同事的孩子患了白血病，母亲要我们送些钱过去。因为是来往并不亲密的同事，我们只象征性地表示一下，母亲却坚决不答应，说，人这辈子，谁都可能碰到难事，你舍得帮人家，等你有事了，人家才会舍得帮你。孩子生病对人家是天大的难事，咱们碰上了，能帮的就得帮。我们听了母亲的。

在母亲过来半年后，先生竟然意外升职，在单位的推荐选举上，他的票数明显占了优势。先生回来笑着说，这次是妈的功劳呢，我这票是妈给拉来的。我们才发现，最近我们的人际关系竟然空前好起来，那种好，明显地少了客套多了真诚。一个字都不识的母亲，只是因为舍得，竟不动声色地为我们赢得了那么多，是我们曾经一直想要赢来却一直得不到的。再想她说过的话，你舍得对人家好，人家才会舍得对你好。于她，这是一个农村妇人最朴实本真的话；于我们，无疑是一个太过深刻的道理。

温煦的日子里，我很想带母亲到处走走。可母亲因为天生晕车，坐次车如生场大病，于是常拒绝出门。那个周末，我决定带她去动物园。母亲说，没有见过大象呢。动物园离家不远，几站路的样子。母亲说，走着去吧。我不同意，几站



路，对一个70岁的老人，还是太远了。可她又坚决不坐车，我灵机一动，妈，我骑车带你去。母亲笑着同意了。我推出车子，小心地将她抱到前面的横梁上，一只胳膊刚好揽住她。抱的时候，心里一疼，她竟然那么轻，蜷在我身前，像个孩子。

途中要经过两个路口，其中一个正好在闹市区。小心地骑到路口，是红灯，我轻轻下车，还未站稳，却有警察从人流中穿过来，走到我面前说，不许带人你不知道吗？还在前面带。说完，低头便开罚单。母亲愣了一下，攥着我的胳膊要下来，我赶忙扶稳她，跟那个年轻的警察说了声对不起，解释说，我母亲晕车，年纪大了，不能坐车，我想带她去动物园看看……

警察也愣了一下，这才看清我带的是一位老人，还不等他说什么，母亲责备我，你怎么不告诉我城里骑车不让带人呢？然后坚持要下来。我正不知所措，那个警察伸手一把搀住了母亲，大娘，对不起，是我没有看清楚，城里只是不让骑车带孩子，您坐好。然后他忽然抬起手，向我认认真真地敬了个礼。接着，他转身让前面的人给我腾出一个空间，打着手势，阻止了四面车辆的前行，招手示意我通过。我带着母亲，缓缓地穿过那个宽阔的路口，四面的车辆静止行人停步，只有我带着母亲在众人的目光里骄傲前行。

那是我有生以来第一次受到如此厚重的礼遇。因为母亲，因为舍得给予她一次小小的爱，一个萍水相逢的年轻警察，便舍得为我破例，舍得给我这样高的尊敬。这礼遇，是母亲送给我的。

母亲是在跟着我第三年时查出肺癌的。结果出来以后，有个做医生的朋友诚恳地对我说，如果为老太太好，不要做手术了，听天命尽人事吧。这是一个医生不该对患者家属说的话，却是真心话。和先生商议过后，决定听从医生的安排，把母亲带回了家。又决定不向母亲隐瞒，于是对她讲了实情。母亲很平静地听我们说完，点头，说，这就对了。然后，母亲提出要回老家。

母亲在世的最后一段时间，我陪在她身边。药物只是用来止疼，抵挡不了癌症的肆虐。她的身体飞快地憔悴下去，已经不能站立，天好的时候，我会抱她出来，小心地放在躺椅上，陪着她晒晒太阳。她渐渐吃不下饭去，喝口水都会吐出来，却从来没有流露过任何痛苦的神情，那些许黑发依旧倔强地蓬勃着，面容消瘦却光洁，只要醒着，脸上便漾着微微的笑容。那天，母亲对我说，你爸他想我了。妈，可是我舍不得。我握着她的手，握在掌心里，想握牢，又不敢用力，只能轻轻地。梅，这次，你得舍得。她笑起来，轻轻将手抽回，拍着我的手。但是这一次，母亲，我舍不得。我说不出来，心就那么疼啊疼得碎掉了。母亲走的那



天，送葬的队伍浩浩荡荡，从村头排到村尾，除了亲戚，还有我和先生的同学、朋友、同事，我们社区前后左右的邻居们……很多很多人，里面不仅有大人，还有孩子，是农村罕见的大场面。

队伍缓缓穿行，出了村，依稀听见围观的路人中有人议论，是个当官的吧？或者是孩子在外面当大官的……母亲这一生，育有一子三女，都是最普通的老百姓，不官不商。母亲本人，更是平凡如草芥，未见过大的世面，亦没有读过书，没有受过任何正规教育，她只是有一颗舍得爱人的心。而她人生最后的盛大场面，便是用她一生的舍得之心，无意间为自己赢得的。

母亲

洛夫

母亲卑微如青苔

庄严如晨曦

柔如江南的水声

坚如千年的韩玉

举目时

她是皓皓明月

垂首时

她是莽莽大地





六、开心驿站

不客气

爸爸正黑着脸教训贪玩的儿子：“下次再考试不及格，别怪我对你不客气。”刚上幼儿园的小妹妹听了，忙跑过来对爸爸说：“爸爸，哥哥要先说了谢谢您，您才能说不客气。”

真倒霉

初中时，跟同学偷偷去网吧打游戏。玩着玩着，同学那台电脑突然出问题死机了，游戏自然也掉线了，同学很气愤地摔了下鼠标，说：“今天真倒霉！”正在这时，忽地听到身后有人接话：“对，你今天的的确确倒霉得很！”同学一转身，这才发现他老爸不知道啥时候已经站在他身后……

到底是谁瘦了

某日在路上见到自己的老同学，她对我说：“老同学，瘦了啊！”我心里正在偷偷乐，谁知她有来了一句：“我说的是你的衣服！”

4 张 500 元

“我今天看到一个老大娘从口袋里掉出了 4 张 500 块钱。我马上捡起来还给老大娘。老大娘问我叫什么名字，我转身对老大娘说，我叫红领巾，雷锋叔叔是我的偶像。”

老师评语：4 张 500 块钱，下次带给老师看看。



七、奇趣荟萃

17 个成语，带你走近魏晋风骨

《世说新语》又名《世说》，内容记录着魏晋名士的情趣风骨和逸闻轶事，是中国魏晋南北朝时期“笔记小说”的代表作，是我国最早的一部文言志人小说集。

【望梅止渴】

比喻以空想安慰自己。《世说新语·假谲》：魏武行役，失汲道，军皆渴，乃令曰：“前有大梅林，饶子，甘酸可以解渴。”士卒闻之，口皆出水，乘此得及前源。

【二童一马】

指少年时代的好友。《世说新语·品藻》：殷侯既废，桓公语诸人曰：“少时与渊源共骑竹马，我弃去，已辄取之，故当出我下。”

【千里莼羹】

旧时多作思乡之辞。原为具有吴地风味的名菜，后泛指本乡特产，含思乡之意。《世说新语·言语》：陆机诣王武子，武子前置数斛羊酪，指以示陆曰：“卿江东何以敌此？”陆曰：“有千里莼羹，但未下盐豉耳！”

【千岩万壑】

形容峰峦与山谷极多。《世说新语·言语》：顾长康从会稽还，人问山川之美。顾云：“千岩竞秀，万壑争流，草木蒙笼其上，若云兴霞蔚。”

【不舞之鹤】

比喻名不副实。《世说新语·排调》：昔羊叔子有鹤善舞，尝向客称之。客试使驱来，氄氄不肯舞。

【相煎何急】

比喻自相残杀或迫害。《世说新语·文学》：文帝（曹丕）尝令东阿王（曹植）七步中作诗，不成者行大法。应声便为诗曰：“煮豆持作羹，漉菽以为汁。萁在釜下然，豆在釜中泣。本是同根生，相煎何太急！”

【竹头木屑】

比喻可供利用的废置之材。《世说新语·政事》：陶公性检厉，勤于事，作荆



州时，敕船官悉录锯木屑，不限多少。咸不解此意。后正会，值积雪始晴，听事前除雪后犹湿，于是悉用木屑覆之，都无所妨。官用竹皆令录厚头，积之如山，后桓宣武伐蜀，装船，悉以作钉。

【割席分坐】

谓不与志同道合者为友。《世说新语·德行》：管宁、华歆尝同席读书，有乘轩冕过门者，宁读如故，歆废书出看，宁割席分坐曰：“子非吾友也。”

【簸之扬之，糠粃在前】

谓扬米去糠，糠在米上。糠，同“糠”。本为调侃之词，谓位卑而居前列。后亦用为谦词，谓无才而居前。《世说新语·排调》：王文度、范荣期俱为简文所要，范年大而位小，王年小而位大，将前，更相推在前，既移久，王遂在范后。王因谓曰：“簸之扬之，糠粃在前。”范曰：“汰之汰之，沙砾在后。”

【华亭鹤唳】

为感慨生平，悔入仕途之典。《世说新语·尤悔》：陆平原河桥败，为卢志所讪，被诛，临刑叹曰：“欲闻华亭鹤唳，可复得乎？”

【蒹葭玉树】

蒹葭，指毛曾；玉树，指夏侯玄，谓两个品貌极不相称的人在一起。后以“蒹葭玉树”表示地位低的人仰攀、依附地位高贵的人。亦常用作谦辞。《世说新语·容止》：魏明帝使后弟毛曾与夏侯玄共坐，时人谓“蒹葭依玉树。”

【醉玉颓山】

形容男子风姿挺秀，酒后醉倒的风采。《世说新语·容止》：嵇康身長七尺八寸，风姿特秀，见者叹曰：“萧萧肃肃，爽朗清举。”或云：“肃肃如松下风，高而徐行。”山公曰：“嵇叔夜之为人也，岩岩若孤松之独立；其醉也，傀俄若玉山之将崩。”

【难兄难弟】

指兄弟两人才德俱佳，难分高下。《世说新语·德行》：陈元方子长文，有英才，与季方子孝先各论其父功德，争之不能决。咨之太丘。太丘曰：“元方难为兄，季方难为弟。”

【铜山西崩，洛钟东应】

比喻重大事件彼此互相影响。《世说新语·文学》：殷荊州曾问远公：“《易》以何为体？”答曰：“《易》以感为体。”殷曰：“铜山西崩，灵钟东应，便是《易》



耶？”

【颊上三毛】

比喻文章或图画的得神之处。《世说新语·巧艺》：顾长康画裴叔则，颊上益三毛。人问其故？顾曰：“裴楷俊朗有识具，正此是其识具。看画者寻之，定觉益三毛如有神明，殊胜未安时。”

【面如傅粉】

形容男子美貌。《世说新语·容止》：何平叔美姿仪，面至白；魏明帝疑其傅粉。正夏月，与热汤脰。既啖，大汗出，以朱衣自拭，色转皎然。

【食辨劳薪】

形容识见卓越。《世说新语·术解》：荀勖尝在晋武帝坐上食笋进饭，谓在坐人曰：“此是劳薪所炊也。”坐者未之信，密遣问之，实用故车脚。





八、健康随行

秋天肝火旺，这四种食材可帮您祛火

虽然说秋高气爽是人们最喜爱的季节，但是秋季由于气候的干燥，气温的改变，很多朋友会出现肝火旺盛的情况，而肝火旺盛的一个最明显的症状就是脾气大。我们日常生活中，要如何辨别肝火旺盛，并且如何通过饮食来进行调理和改善。



肝火旺的危害

肝失疏泄，气郁化火或肝热素盛所致，与情志激动过度也有一定关系。简单的说，导致肝火旺盛的原因是情绪抑郁，睡眠不足，五脏失调，气候干燥。

肝火旺盛的一般症状：脾气暴躁、心烦意乱、口苦、头痛、失眠、食欲下降。女性朋友还可能出现月经失调的症状，对健康有一定的危害。

4种效果超好的肝火旺食物

养护肝脏的方法有很多种，其中食疗方法是最有效、最简单的方法。

如果大家有肝火旺盛的情况，经常口苦，或者心情烦躁，好发脾气，可以多吃以下的食品，对降肝火效果非常的好。

1 绿豆汤

从古代开始，我们就有喝绿豆汤消暑的习惯。因为绿豆性寒凉有解毒作用，所以夏天有暗疮、痱子的朋友，喝一些绿豆汤，就可以消除问题。

而秋季，喝一些绿豆汤，也有非常好的降肝火的功效。不过大家在煮绿豆汤降火的时候，注意不要将绿豆煮到爆开，饮用浅绿色的清水，清火效果最好。





2 荸荠汁

中医认为，荸荠具有非常好的清热解毒的功效。适当的食用荸荠，不仅可以帮助人们生津、降火，祛除体内的火气，还可以温中益气。

荸荠还能促进体内糖、脂肪、蛋白质的代谢，调节人体的酸碱平衡。把荸荠榨成汁，有很好的降肝火功效。



3 苦瓜

在所有的食物中，“苦”是“火”的天敌，之所以这么说，是因为苦味食品中含有生物碱、尿素类等使人觉得苦的成分。

这些苦味成分，不仅对健康有益，而且可以有效的清热解毒，消除疲劳。而苦味食品中，人们最长吃的就是苦瓜。

出现肝火旺盛的情况，大家可以适当的食用一些苦瓜，清火效果非常好。还有其他的苦味食品，同样也有很好的清火效果，例如苦丁茶、杏仁、芥蓝等。



4 莲子百合汤

百合和莲子，是非常好的清热解毒的食品。百合，它的大部分成分都为淀粉和蛋白质，同时还含有大量的维生素和生物碱，也是非常好的滋补佳品。

在百合汤中加入适量的莲子，可以帮助我们清心安神，消除肝火，治疗失眠。





九、心灵小憩

犯错

在上海的一家餐馆里，负责为我们上菜的那位女侍，年轻得像是树上的一片嫩叶。

她捧上蒸鱼时，盘子倾斜。腥膻的鱼汁鲁鲁莽莽地直淋而下，泼洒在我搁于椅子的皮包上。我本能地跳了起来，阴霾的脸，变成欲雨的天。

可是，我还没有发作，我亲爱的女儿便以旋风般的速度站了起来，快步走到女侍身旁，露出了极为温柔的笑脸，拍了拍她的肩膀，说：“不碍事，没关系。”

女侍如受惊的小犬，手足无措地看着我的皮包，嗫嚅地说：“我，我去拿布来抹……”

万万想不到，女儿居然说道：“没事，回家洗洗就干净了。你去做事吧，真的，没关系的，不必放在心上。”

女儿的口气是那么的柔和，倒好似做错事的人是她。

我瞪着女儿，觉得自己像一只气球，气装得过满，要爆炸却又爆不了，不免辛苦。

女儿平静地看着我，在餐馆明亮的灯火下，我清清楚楚地看到，她大大的眸子里，竟然镀着一层薄薄的泪光。

当天晚上，返回旅馆之后，母女俩齐齐躺在床上，她这才亮出了葫芦里所卖的药：

女儿伦敦求学三年，为了训练她的独立性，我和先生在大学的假期里不让她回家，我们要她自行策划背包旅行，也希望她在英国试试兼职打工的滋味儿。

活泼外向的女儿，在家里十指不沾阳春水，粗工细活都轮不到她，然而来到人生地不熟的英国，却选择当女侍来体验生活。

第一天上工，便闯祸了。

她被分配到厨房去清洗酒杯，那些透亮细致的高脚玻璃杯，一只只薄如蝉翼，只要力道稍稍重一点，便会分崩离析，化成一堆晶亮的碎片。

女儿战战兢兢，如履薄冰，好不容易将那一大堆好似一辈子也洗不完的酒杯洗干净了，正松了一口气时，没有想到身子一歪，一个踉跄，撞倒了杯子，杯子应声倒地，“哐啷、哐啷”连续不断的一串串清脆响声过后，酒杯全化成了地上闪



闪烁烁的玻璃碎片。

“妈妈，那一刻，我真有堕入地狱的感觉。”女儿的声音还残存着些许惊悸。

“可是，您知道领班有什么反应吗？她不慌不忙地走了过来，搂住了我。说：亲爱的，你没事吧？”

接着，又转过头去吩咐其他员工：赶快把碎片打扫干净吧！

对我，她连一字半句责备的话都没有！”

又有一次，女儿在倒酒时，不小心把鲜红如血的葡萄酒倒在顾客乳白色的衣裙上，好似刻意为她衣裙上栽种了一季残缺的九重葛。

原以为顾客会大发雷霆，没想到她反而倒过来安慰女儿，说：“没关系，酒渍嘛，不难洗。”

说着，站起来，轻轻拍拍女儿的肩膀，便静悄悄地走进了洗手间，不张扬，更不叫嚣，把眼前这只惊弓之鸟安抚成梁上的小燕子。

女儿的声音，充满了感情：“妈妈，既然别人能原谅我的过失，您就把其他犯错的人当成是您的女儿，原谅她们吧！”

此刻，在这静谧的夜里，我眼眶全湿。

