浅谈初中语文的口语交际教学

■ 山东省诸城市青少年科技创新教育实践基地 臧淑鑫

学生是学习和发展的主体，是语文学习的主人。语文教学应激发学生的学习兴趣，关注学生的个性差异和不同的学习需求。倡导自主、合作、探究的学习方式。教师不能“一堂言”，应该成为学习活动的组织者和引导者。

一、口语交际课中的口语交际训练

关于口语交际分两个系统安排，一是与阅读结合在一起，在部分课文后的“研讨与练习”中安排了近二十次口语交际练习，二是与综合性学习结合在一起，每册教材安排大小综合活动共六次，且都与本单元的主题和课文内容密切相关，其中都配置了关于口语交际方面的内容。教材为每次口语交际活动都提供了一个话题，综合性学习中的口语交际还设计了一定的情境，有的还给予了必要的示范和引导。语文教师应上好每一次的口语交际课。教师在口语交际课堂上既是组织者，更是参与者、引导者和促进者。教师要在明确口语交际目标的前提下，找准每次训练的重点、难点，合理选择训练方法，安排训练步骤，每次训练前，都必须向学生提出具体要求，组织学生精心策划，把具体的任务落实到每一个学生，并且注意口语交际方法的指导。

二、三分钟演讲

在每节语文课开始时，让学生发表三分钟演讲，每天一个学生，全班学生按组逐一上台，一个学期下来，每个学生都有两三次登台的机会。由于人人都上台，学生基本没有心理压力。不管是内向的学生还是平时不爱说话的学生，都敢于登台，有不少学生还有出色的发挥。这种方法对那些怯场的学生是一种有力地支持，随着了解的加深，那一部分学生也敢于在课堂上大胆阐述自己的意见。三分钟演讲法能够给学生创造一个轻松和谐的口语表达环境，学生在学习的过程中能够产生积极的思维情势。可以收到良好的效果。

三、阅读教学中的口语交际训练

在教学中可以穿插一系列的训练活动，如朗读、复述、讨论、讲解，培养学生口语交际能力。“新课标”注重鼓励学生在教学活动中锻炼说话能力，要求在阅读教学中，要充分调动学生去“说”，去“议”，真正体现学生的主体性。在感悟文本的过程中，有意识地培养学生的口语交际能力。在教朱自清的《春》中的“春之五图”时，我先示范讲解“春花图”。其它四幅图让学生到讲台上讲解。效果很好。在讲解中，既凸现了学生的主体意识，又培养了学生的口语交际能力。

总之，我们应该重视学生口语交际能力的培养，采取有效的训练方法和途径，让口语交际的学习过程，成为全面提高学生语文素养的过程。

初中美术教学的几点策略

■ 山东省诸城市青少年科技创新教育实践基地 代秋霞

作为美术教师，对处于性格叛逆期的初中生，不仅要做学生的人生导师，还要学会和学生交朋友，用自己的真诚来换取学生的真诚，用自己的魅力来感染学生。同时，做到以下几点。

一、教育观念与教学行为要鲜活

（一）多给学生一些提升学习兴趣的机会。教师应从学生立场出发，与生活实际、自身经验、科技发展相结合，设置趣味性课程主题及其教学内容，激发学生的美术学习活动参与欲。另外，教师要因地制宜开发课程资源，充分利用自然景物、石膏静物等实物，实现趣味性教学。

（二）多给学生一些欣赏感悟评述的机会。在初中美术教学中，如果通过角色扮演、创意临摹等方式学习美术知识，不仅能提高学生对作品的感悟能力，还能在观察、体验、鉴别中开展探究、讨论和交流，提高审美品位和审美判断能力。

（三）多给学生一些探究技能创新的机会。我们需要开展创造性的活动，让他们的观察、想象、创新和表达能力得到培养与发展，最终促进其心理成长、美感成长和创造性成长。

二、核心知识与价值取向要准确

（一）以发展审美判断能力和评述能力为目标。中外美术史上有许多杰出的美术家，我们在教学中引导学生去关注他们的思想、情感与艺术创新之举和艺术开拓精神，可以从多角度、多层面去欣赏、认识、分析、解读经典。这对初中学生学习美术有很大的好处，无论是从作品的表现语言，还是艺术家的感知角度、美术史的认知角度、艺术流派的演变以及美术文化现象等方面，都可以让学生在初中美术学习中提升审美判断能力和评述能力。

（二）以掌握造型表现能力和美术体验为目标。在初中美术学习中，最基本的技能培养还是造型表现能力，我们通过美术活动、绘画示范等教学手段，能够迅速让学生掌握对称与均衡、节奏与韵律、对比与和谐等最基本的造型表现方法。初中生在对各种美术媒材、技巧和制作过程的探索与实验中，很容易产生对美术学习的兴趣。因此，我们在关注学生美术作业的同时，更要重视学习过程，使他们的艺术感知力、想象力和造型能力得到提升。

（三）以提升综合创造能力和创新意识为目标。美术与生活密切相连，了解并掌握美术创意设计的基础知识和设计原理显得尤其重要。比如，在学习美术绘制草图时，不仅强调学生的动手参与和体验，还促进了独立思考、探究精神的培育，至于制作中根据设计意图去选择媒材，选择合理的工具和制作方法及对各种材料的感受，则进一步提升了初中学生学习美术的创造能力和创新意识。

糖尿病发病原因及治疗方法

■ 山东省安丘市市立医院 于桂美

糖尿病的发病原因较为复杂，以下是关于糖尿病引起的原因和治疗的介绍。

一、遗传因素

遗传因素是糖尿病发病的一个重要原因。一级亲属（如父母、兄弟姐妹）中有糖尿病的人群，患糖尿病的几率较高。研究发现，父母双方之一为糖尿病患者，遗传几率约为25%；父母双方均为糖尿病患者，遗传几率可达50%。

二、环境因素

1.饮食生活条件：高脂、高糖、高盐、低纤维的饮食习惯，以及饮食过量、营养过剩，容易导致肥胖和糖尿病。

2.肥胖：肥胖是糖尿病的一个重要危险因素。肥胖会导致脂肪组织产生大量的脂肪细胞因子，这些因子干扰胰岛素的作用，导致胰岛素抵抗。

3.缺乏体育锻炼：长期久坐、缺乏运动，会导致脂肪积累、肌肉萎缩，进而影响胰岛素敏感性和血糖代谢。

4.精神因素：长期的精神压力、焦虑、抑郁等情绪波动，可能导致内分泌紊乱，从而增加糖尿病的发病风险。

5.环境污染：空气污染、化学物质暴露等环境因素，可能影响胰岛细胞功能，导致糖尿病。

三、年龄因素

随着年龄的增长，器官功能逐渐减退，糖尿病患病几率增高。年龄越大，胰岛素分泌和胰岛素敏感性越低，容易导致血糖升高。

四、药物因素

某些药物可能导致糖尿病，如利尿剂、糖皮质激素、抗结核药物等。使用这些药物期间，需密切关注血糖变化。

五、自身免疫性破坏

部分糖尿病（尤其是一型糖尿病）是由于自身免疫系统错误地攻击和破坏胰岛细胞，导致胰岛素分泌严重不足，从而引起血糖升高

随着生活方式的变化和人口老龄化的加剧，糖尿病的患病率逐年上升，已成为全球性的健康问题。糖尿病的治疗方法有以下几个方面。

一、药物治疗。药物治疗是糖尿病治疗的重要手段之一。根据患者的具体情况，医生会选择适合的药物来降低血糖水平。常用的降糖药物包括胰岛素促分泌剂、胰岛素增敏剂、双胍类药物、α-糖苷酶抑制剂等。这些药物的作用机制各不相同，有的促进胰岛素的分泌，有的提高胰岛素的敏感性，有的抑制葡萄糖的吸收等。

二、饮食治疗。饮食治疗是糖尿病治疗的基础。患者需要通过合理的饮食搭配，控制热量摄入，保持营养均衡。建议糖尿病患者选择低糖、低脂、高纤维的食物，如蔬菜、水果、全谷类食品等。同时，要限制高糖、高脂、高盐食物的摄入，如糖果、油炸食品、腌制食品等。

三、运动治疗。适量的运动可以帮助患者降低血糖水平，提高胰岛素的敏感性，增强身体素质。建议糖尿病患者选择适合自己的运动方式，如散步、慢跑、游泳等有氧运动。

四、心理治疗。心理治疗在糖尿病治疗中同样不可忽视。常用的心理治疗方法包括认知行为疗法、放松训练等。通过心理治疗，患者可以更好地应对疾病带来的挑战，提高自我管理能力。

故园树依依

■ 李月

虽然十岁就离开了故乡，四十年来，老家院子内外的那些树却时常出现在我的梦里，偶尔也会浮现在眼前……

最让我难忘的算是那三株苦楝树了，它虽然没有屋后那棵大枣树让我馋涎，也没有花椒树令我又爱又怕，但是它却令我苦苦思念……或许是因为其他的树种虽然不是故园的，但是之后的生活中还是能常常见到，而苦楝树却是一直没能再见到类似的身影。

每年的春末夏初，它们翠绿的叶子间开出串串小小的紫色花朵，那抹神秘的蓝紫色充满了我的梦境……

年少的我生活在河南新乡长垣县的一个小乡村里，物质极为匮乏的年代，我和小伙伴们也会把紫楝花串成花环戴在手腕上，美滋滋地欣赏一整天。我已经不记得花的味道了，甚至何时开花也是从网上搜到的。只记得那三棵树大约在院子中央，生得比较近，小小的我可以自己在两棵之间绑了绳子荡秋千。人多的时候，我们会撺掇邻居家人高马大的傻力儿哥为我们在屋后的几棵大树间把秋千绳绑得高高的，那些是什么树我都记不太清楚了。

冬天的时候，石榴树呀，枣树呀，柳树，槐树和花椒树都掉光了叶子，光秃秃的没了风景，只有这苦楝树上结满了土黄色的豆豆，招引得喜鹊喳喳地叫着来抢食……我就泡着树干向上望着，想着它们明年什么时候再开出美丽的紫花。

没有花和叶，花椒树上的刺格外扎眼，我们会小心地拔下来钉在麻做的毽子上。毽子是我们自己都会做的，用一两枚铜钱将麻穿过去，然后用花椒刺钉紧固牢，将麻分缕留出一定长度剪齐用篦子梳通，为了美观还可以用红蓝墨水染个头儿，蓬松松的像是一朵绒花。

我家的院子里挨着苦楝树不远还种了一红一白两棵石榴树，好像是从姥姥家移来的呢。

记得有年石榴树开花的时候，我和弟弟还在树前合影，照片好像还是黑白的，因为彩照贵，那时都是用胶卷还要冲洗，那张照片应该是我小时候照得最好看的一张了，眼睛黑黑大大的，有点像《城南旧事》里的小明星呢！

我家堂屋后边有一片小树林，那里除了挨着屋子不远的枣树就是下面起上而成的坑边的柳树了，好多棵，它们于我而言最大的贡献就是我在它们身上摸到好多的爬插猴（知了幼虫）。

夏天天一黑下来，我和姐姐就拿着手电筒去找，有时会找到很多，回来就用碗扣起来。第二天早上，爬插猴就变成了知了，嫩嫩的，有的翅膀还没完全出来，用盐一腌然后一炸，那个背部的肉最好吃了！虽然现在饭店里经常可以吃到，但再也没有小时的美味了。

故园的那些树呀，时常出现在我的梦境里，尤其是那开着紫花的苦楝树……

翠叶对生轻舞风，
枝间时见紫玲珑。
少年一别再难觅，
岁岁花开记忆中！

关于中小学体育教育的几点思考

■ 湖北省荆门市沙洋县曾集镇中心小学 李桂林

一、现状

目前的中小学体育教育工作困难主要原因有：片面追求升学率；忽视体育课，刻意的减少或取消教学课时；初中学生处于青春期抗拒体育课；教师授课内容陈旧等。而这些原因，导致了体育课一直处于一种“放羊”式的教学状态。

二、解决方案

为了满足新时期教育工作的需求，我国开展了基础教育的课程改革。作为教师应从根本上贯彻体育教育，宣传体育教育的积极性，把中小学教育的概念提升为素质教育；开满体育课，正确掌握体育课改新要求，促进体育课程改革目标的实现；增加体育介绍与讲解，满足学生日常锻炼需求；以反思性教学法，提高体育课的科学性；完善教师的培训机制，定期对中小学体育教师进行培训；以兴趣教学为重点，调动学生积极性，增加游戏教学，切实保证学生体育锻炼达到一定的运动量和运动强度。

三、游戏教学在中学体育教育中的作用

体育学科中的游戏因其独有的紧张刺激等特点，满足了青少年活泼好动热爱自由的心理，可以有意识地引导学生积极主动飞地融入课堂实现教学意义。1.提高团队合作能力。2.养成遵守规则的习惯。3.提高学生思维逻辑性。

体育游戏，是进行体育活动的手段之一，是体育教学和训练的重要内容，是体力活动和智力活动的结合。它是富有浓厚的娱乐气息和鲜明的教育意义的活动。体育游戏内容丰富形式多样，趣味性浓厚，竞争性强，场面生动活泼，深受广大学生的欢迎。

炎热的夏天

■ 湖北省荆门市掇刀区江山小学六（1）班 张代鑫

夏天是一个炎热的季节，让我们走进夏天去看看吧！

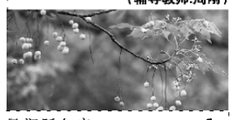
太阳闪耀着刺眼的光芒，照耀着大地，空气也变热了，暖暖的，风儿就更不用说了。

花丛中，有花凋谢，也有花盛开。原来五彩斑斓的春天不见了。本来勤劳的蜜蜂也变得懒惰了，躺在花朵上呼呼大睡。只有蝴蝶在花丛中翩翩起舞，一会儿转着圆圈，一会儿煽动着她美丽的翅膀，仿佛在跳芭蕾舞表演给花儿看呢！

草地上，小草变得更茂盛了，好似看惯了这美丽的世界，不要再做乖巧的孩子，已经迫不及待要做大人了，正在迅速长高。草地上早已没有小朋友平日的欢声笑语了，也许躲在家里享受着空调带来的清凉吧。

大树依旧高大挺拔，像一位站岗的士兵，不怕炎热。树叶长得非常茂盛，像一把绿色的大伞，成为人们乘凉的好去处。

（辅导教师：周刚）



文明宣

（外一首）

■ 卫宏图

一、惜河

亲青河，敬母仪。
勿弃遗，躬揖礼。
跃鱼欢，往来聚。
润花颜，笑语迷。
母子情，沁心脾。

二、护地

护大地，遵父律。
守土责，恩情理。
湿地存，飞鸟栖。
林木盛，云生雨。
父子义，邦腊语。

三、和谐

岭清泉，惜绿地。
老稚傍，儿孙依。
政商清，文娱喜。
目月明，山川丽。
和谐生，文明意。

裕州书韵

书声朗朗晴高空，
旭光融融紫气升。
吟哦诗书学高雅，
风和墨香飘摇同。
裕州满城圣贤语，
七峰广场激情宏。
一塘开来拂天晓，
万古长流春潮涌。

作者简介：卫宏图，河南方城人，南阳市作协会员，华人诗学会会员，澳门《快小说报》《当代文学·海外版》杂志编委，《云上方城》七峰文学编委，新西兰《澳纽网》文艺栏目编辑。