

抬头所见皆是美好

奚仲路小学开展“二月二，龙抬头”主题活动

春回大地，万物复苏，迎来了民谚所说的“二月二，龙抬头”的好日子，为弘扬中华传统文化，感受传统节日魅力，徐州市邳州市奚仲路小学开展了“二月二，龙抬头”主题活动。

春阳送暖，梅花吐蕊。午后的奚小校园热闹非凡，学校通过多形式的活动让孩子们体验传统民俗文化，校园里荡漾着孩子的欢声笑语，也充满了民俗风情。“咚咚，咚咚，咚咚……”伴随着铿锵的鼓点，一绿一蓝两条蛟龙气势如虹，时而飞腾入云，时而劈波斩浪……学校舞龙社团的孩子们挥舞着手中的“祥龙”，用龙之舞迎接希望，点燃美好，祈愿新的一年风调雨顺、生活平安！

过节日，当然少不了美食，看！随着“嘭”的一声响，香喷喷的爆米花出炉了！全校近二千名学生每人都领到了一桶爆米花，大家吃在嘴里，甜在心上！

龙，是中华民族图腾，是炎黄子孙的象征。龙到底是什么样子的？一年级的孩子们在家长的帮助下用废弃的塑料桶和画笔绘制出心中的龙，表达着对龙的喜爱和敬重。一条条五彩龙形态各异，栩栩如生，成为校园里一道独特的风景。

亲爱的奚宝们，你们知道春龙节的来历和习俗吗？

龙抬头，农历二月初二，又被称为“春耕节”“农事节”“春龙节”等。在民间传说里，龙会在这天苏醒，腾云驾雾，遨游九天，兴风布雨，降下甘霖，滋养世间良田，也护佑着一代代龙的传人。

大约从唐朝开始，中国人就有过“二月二”的习俗。中国民间认为，



学校舞龙社团表演舞龙

龙是吉祥之物，主管云雨，而农历“二月二”这天是龙欲升天的日子。从节气上说，农历二月初二，正处在“雨水”“惊蛰”和“春分”之间，我国很多地方已开始进入雨季，这是自然规律，但古人认为这是“龙”的功劳。而且，龙在中国人的心目中有极高的地位，不仅是祥瑞之物，更是和风化雨的主宰。因此，便有了“二月二，龙抬头”之说。其实，所谓“龙抬头”指的是经过冬眠，百虫开始苏醒。民间还有“二月二，龙抬头，蝎子、蜈蚣都露头”之说。

“二月二，龙抬头”还有古代天文学方面的解释，但往往被人忽略。

中国古代用二十八宿来表示日月星辰在天空的位置和判断季节。二十八宿中的角、亢、氐、房、心、尾、箕七宿组成一个完整的龙形星座，其中角宿恰似龙的角。每到二月春风以后，黄昏时“龙角星”（即角宿一星和角宿二星）就从东方地平线上出现，这时整个苍龙的身子还隐没在地平线以下，只是角宿初露，故称“龙抬头”。

二月二这天还有许多习俗呢。天上“龙抬头”的同时，春天也慢慢来到了人间。此时节，大地返青，春耕从南到北陆续开始。因此，二月二又被称为“春耕节”“农事节”，是汉

族民间传统节日。我国北方广泛流传着“二月二，龙抬头，大仓满，小仓流”的民谚。作为一个吉祥喜庆的日子，为取吉利，二月二这一天民间饮食多以“龙”为名，如吃水饺叫“吃龙耳”，吃米饭叫“吃龙子”，吃馄饨叫“吃龙眼”，吃面条叫“扶龙须”，蒸饼也在面上做出龙鳞状来，称“龙鳞饼”。这些习俗寄托了人们祈龙赐福、保佑风调雨顺、五谷丰登的美好愿望。

很多地方当天还有炒豆子、吃豆子的习俗，“二月二吃豆子，人不害病地丰收”，吃了各种炒制的豆子，意味着这个年就算过圆满了，一

年辛勤劳作又开始了。这天也是“中国传统理发日”！中国民间普遍认为在“二月二”剃头，会使人鸿运当头、福星高照。因此，民谚说“二月二剃龙头，一年都有精神头”。孩子要“剃喜头”，保佑健康，长大后出人头地。大人“剃龙头”，辞旧迎新，希望带来好运。每逢二月二这一天，家家理发店都是顾客盈门。

“二月二，龙抬头，大仓满，小仓流。”今年是双春年，闰二月让我们拥有了两个龙头节。预祝各位老师、全体同学们一年鸿运好兆头，来日更上一层楼！

吴荣刚

垃圾分类一小步，生态文明一大步

沛县汉兴小学开展垃圾分类宣传活动

2月23日，为全面培养学生垃圾分类的意识，树立“垃圾分类，从我做起”的理念，营造良好的校园环境，徐州市沛县汉兴小学积极开展“垃圾分类一小步，生态文明一大步”宣传活动，向学生们普及垃圾分类知识。

活动中，学校老师联合汉兴街道办对同学们进行宣教，围绕垃圾分类的方法、处理方式等方面，详细讲解了垃圾分类相关知识，使垃圾分类在学校中得到广泛普及。

开展“垃圾分类，从我做起”知识讲座，为学生更系统、更全面的普及垃圾分类知识，并帮助学生解答

日常生活垃圾分类时产生的疑问，提高学生参与垃圾分类的积极性。

活动结束后，学生们讲述了自己对垃圾分类的理解，纷纷表示垃圾分类要从自身做起，督促身边的同学养成分类投放的好习惯，保护好校园环境。

本次垃圾分类活动的开展和宣传，进一步引导学生建立起环保意识，了解“垃圾”对环境的危害，增强了学生对垃圾分类知识的认识，促使学生积极参与到实践垃圾分类的行动中来，从而更加珍爱地球，共建“绿色、低碳、环保”的家园。

张茜



学校老师对同学们进行垃圾分类宣教



学生了解垃圾分类相关知识

睢宁县第五小学“无作业日”——别样的星期三来啦！

全面贯彻落实“双减”政策，切实减轻学生过重课业负担，促进学生身心健康发展，给学生创造更多的自由支配时间，我校特规定每周三为“无作业日”。

自由安排，放飞心灵

实施无作业日，到底有什么好处呢？还学生充裕的时间和空间，培养学生自我规划，自主管理的能力，养成学生受益终身的良好习惯。还孩子亲情陪伴的快乐童年，引导孩子学习兴趣培养，探知发现，促进学生全面发展，培养新一代阳光少年儿童。还家长陪伴孩子长大的权利，实现家校沟通，共同承担培养孩子的责

任，以学校教育改革来推动家庭教育改革。

别样活动，涵养身心

实施无作业日，学生干什么？每周三晚上，三至六年级所有学科教师不布置任何书面作业，一、二年级继续坚持书面作业不出校。“无作业日”是指不布置书面作业，而不是无所事事，让孩子做自己喜欢的事，在“五个一”活动中让孩子拥有童真童趣。

1.阅读，让孩子有一段共同读书的时间。

阅读的重要性毋庸置疑，尤其给孩子从小培养起一种阅读习惯，

对他会终身受益。“无作业日”建议家长陪伴孩子阅读书籍半小时，朗诵一段美文并录制下来，建立家庭小书屋，营造家庭书香氛围。

2.运动，让孩子有一个喜爱的健身项目。

锻炼对于儿童来说至关重要，因为锻炼有助于保持身体和心理的健康，有助于提升孩子的自信心，保持良好的心理情感状态。“无作业日”建议家长周三陪同孩子进行一项健身项目，阳光锻炼一小时，如：打球、骑车、跳绳、散步等。

3.家务，让孩子有一次劳动体验。

家务劳动能切身体会到劳动是

生活的必需，是对家庭应尽的义务，学会体谅与感恩。建议家长指导学生周三完成一项家务劳动，如扫地、擦地板、洗碗、学习烹饪、做公益活动等。

4.兴趣，让孩子有一个特长培养的健康活动项目。

建议家长周三陪同孩子进行一项健康的活动。如学琴、绘画、书法、舞蹈、种植和棋类等各类活动。让孩子步入自然，融入现代生活，让活动成为孩子终身兴趣爱好的萌芽。近期可以制作树叶粘贴画，欢庆二十大手抄报等，学校有比赛哦。

5.聊天，让孩子有一次亲情的沟通。

家庭教育不是“正规教育”，而是一种生活教育，家长是孩子的“首任老师”。建议父母创造轻松愉快的聊天环境，从孩子在想什么、关心什么入手，和孩子有一次温暖的聊天。不是询问，不是板着脸教育，而是与孩子平等的聊天中守护孩子心理健康的成长。

这个周三，一定格外充实，因为学习不延误；这个“无作业日”一定格外有意义，因为跨界有收获；减轻学业负担，探究身边事物；丰富知识储备，汲取成长的力量，让我们在“无作业日”的创新管理中，真正做到“无”作业，“有”成长！“无”负担，“有”收获！