

浅谈食育与初中地理教学的融合教育

司马琴

江苏省溧阳市实验初级中学

摘要：食育是以食物为核心，以情感、文化、社会、科学等多种视角关注食物。食育与地理课程的融合教育，让学生在地理课堂中感受到食育的价值，提高食育的能力。通过对食育的现状、意义、内容等的分析，探讨食育与初中地理教学的融合教育，使食育课程能真正意义上落实到初中地理教学中，同时为更好地学习地理课程提供辅助。

关键词：食育；地理教学

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2024.01.089

一、什么是食育

食育即饮食行为教育，是指将科学的营养知识、健康策略、文明礼仪结合我国传统的饮食文化，通过中小学校课堂，让学生从平常饮食过程中受到健康教育。中小食育是指有关中小学生的饮食行为教育^[1]。食育是一种新的教育理念，认为食物除了满足营养需求，还在历史、文化和情感的传承方面发挥重大作用，倡导人们在享受食物的同时体验食物本身的营养价值及其他价值，从而发掘自我的快乐，开发健康的生活方式。

二、为何要推进食育

（一）食育的现状

司马迁认为“王者以民人为天，而民人以食为天。”可见人们很早就意识到粮食的重要性，随着时代的变迁，现在演化成对饮食的关注度越来越高，对学生而言，食育也成为德育、智育、体育的基础，而现在的学生更多的是关注后三者，“四体不勤，五谷不分”成为现代很多学生的真实写照，同时，食物的浪费、饮食礼仪的逐渐消失等现象较为普遍，而现在学校教育在食育方面普遍关注度不高，食育显得迫在眉睫。

（二）食育的意义

食育以食物为载体开展各种教育活动，以食育提升品德，以食育启发智力，以食育强健体魄，以食育培养美德，以食育促进劳动。食育比其他的教育更接近自然、接近土地、接近身体、接近人情、接近幸福。食育更是借食育人，让孩子在食育中养成良好的饮食习惯，传承中国优秀的饮食文化，也学会尊重自然，保护环

境^[2]。比如：提倡光盘行动，培养学生节约粮食、减少浪费的意识，养成节俭之美德；现在有些学校都开辟了农田，组织学生积极参与农业劳动，让学生意识到劳动的不易，体会农业收获的喜悦。

三、食育的内容

1. 食品安全知识：介绍食品安全的重要性和相关知识。
2. 膳食营养知识：讲授营养素的种类、作用及摄入量。
3. 食品文化教育：介绍不同地域、不同民族的饮食文化。
4. 厨房安全知识：介绍厨房的安全措施和注意事项。
5. 食品加工技能：教授一些简单的食品加工技能，如切菜、煮饭、蒸、煮、炒等。
6. 食品浪费问题：引导学生认识食品浪费的影响及对策，提倡节约使用食品，减少浪费。
7. 绿色饮食理念：介绍有机农业、环保食品、低碳饮食等绿色饮食理念。
8. 实践活动：组织学生参加实践活动，如食品制作实践等，更好巩固和应用所学知识。

四、食育与初中地理教学的融合

食育是德育、智育、体育的基础，但目前学校课程中没有单独开设食育课程，因此在平时的教学中，可以将食育渗透到其他学科教学中，与多门学科进行跨学科的融合教学，比如食育与语文、数学、政治、生物、化

学、地理等学科的融合教学。

地理教学涉及的知识面非常广泛，世界和中国地理，自然和人文地理，如何生动又有趣地把这些知识呈现出来，除了展示图片、视频等形式，还可以让学生参与到一些活动中来，比如动手做一些小实验，参与一些小游戏等，而亲自动手做一些美食，不仅让学生感受到世界的、中国的饮食文化，还能借助于这样的食育活动，更加深刻地理解地理方面的知识，开阔学生的视野，培养学生的合作意识，增强学生的环保意识，使学生形成尊重自然环境、尊重地域文化的理念，并形成

一定的地理思维，会用地理的眼光看待和欣赏我们这个世界。比如讲到秦岭—淮河一线以南和以北的地理现象对比，秦岭—淮河以北的糖料作物主要是甜菜，而位于南方的同学，几乎都没有见过这种食材，因此教师可以购买一些甜菜，向学生展示一下实物，并且可以作为奖品奖励给学生，让学生带回家，用多种烹饪加工方式来处理甜菜，并且让学生通过图片或视频的方式在班级分享，学生在享受美食的同时，体会到了生活的美好，同时也加深了对地理知识的认识。

部分食育与地理教学进行融合教育举例：

年级	章节	内容	食育与地理教学的融合
七年级	第一章第二节《地球的运动》	地球的公转	结合中国的“二十四节气”，让学生查找收集相关的中国的饮食风俗与习惯。
	第七章第三节《印度》	热带季风气候与粮食生产	学生自己在家制作手抓饭，并且亲自品尝，思考手抓饭对应的粮食作物的分布，以及影响粮食作物分布的地形和气候条件。
	第八章第二节《欧洲西部》	发达的畜牧业	学生自己在家制作煎制牛排，收集欧洲品牌的牛奶制品，分析欧洲西部畜牧业发达的原因。
八年级	第二章第二节《气候》	我国气候的主要特征	在班级组织学生制作果茶，分析水果的盛产地适宜水果生长的气候类型与特征。
	第四章第二节《农业》	我国农业的地区分布	通过图片展示我国多个省份的代表性美食，感受美食与当地主要农业部门的关系。
	第三章第一节《自然资源的基本特征》	节约和保护资源	在教室利用垃圾分类卡片进行垃圾分类游戏，知道就餐之后产生的垃圾属于厨余垃圾，并提倡减少使用一次性消费品，从身边的小事做起，节约和保护资源。

五、案例：制作果茶——八年级第二章第二节《气候》之我国气候的主要特征

（一）教学目标

1. 知识与技能

（1）掌握中国气候类型的分布，影响气候的因素

（2）掌握分析气候特征的方法

2. 过程与方法

通过查找专题地图，分析气候直方图，培养学生的读图用图能力。

3. 情感态度与价值观

培养学生综合分析问题的能力、学以致用能力。

（二）教学重难点

描述气候特征的方法，气候类型的分布

（三）教学过程

导入：同学们，喝过今年秋天的第一杯果茶吗？你知道这些果茶的品牌吗？

1. 果茶品牌举例

生：蜜雪冰城等。

师：这些果茶的原料分别盛产于以下哪个省份呢？

2. 果茶原料的部分盛产地

生：柑橘——江西，梨——山东，芒果、菠萝——海南，哈密瓜——新疆。

师：这些省份有怎样的气候条件来适合这些水果的生长呢？参考中国气候类型分布图，中国行政区划图，并在中国气候类型分布图中相应位置标出这四个省份，读出它们的气候类型分别是什么？

3. 盛产地的气候类型

生：新疆——温带大陆性气候，山东——温带季风气候，江西——亚热带季风气候，海南——热带季风气候。

师：通过气候类型分布图，可以看出：中国气候的主要特征是什么？

生：气候复杂多样，季风气候显著。

师：这些气候的特点分别是什么？我们该如何描述气候？

4. 描述气候特征的方法

师：步骤一：据月平均气温判别南北半球：6、7、8月平均气温高——北半球，12、1、2月平均气温高——南半球，以此确定夏季和冬季。

步骤二：套用描述气温和降水的形容词，描述气候特征。

降水	
月降水量>100mm	多雨
月降水量50~100mm	湿润
月降水量<50mm	少雨/干燥
气温	
全年最冷月平均气温>15℃	终年高温
月平均气温>20℃	高温/炎热
月平均气温0~20℃	温暖/温和
月平均气温<0℃	寒冷

学生根据四个城市的气候直方图，分组讨论，得出四个城市的气候特征。

城市	气候特征
山东济南	夏季高温多雨，冬季寒冷少雨
新疆吐鲁番	夏热冬冷，全年降水少
江西南昌	夏季高温多雨，冬季温暖少雨
海南海口	全年高温一年分为旱、雨两季

5. 影响气候的因素

纬度因素、海陆因素、地形因素。

序号	水果	温度带	气候	气候特征	寓意
1	山东苹果	暖温带	温带季风气候	夏季高温多雨冬季寒冷少雨	平平安安 一路平安
2	江西橙子	亚热带	亚热带季风气候	夏季高温多雨，冬季温暖少雨	称心如意

本活动通过让学生制作果茶，寓教于乐，不仅让学生知道了影响果树生长的气候条件，拉近了课堂与生活的距离，让学生感受到生活的滋味是有酸有甜，生活的色彩是五彩斑斓，我们用劳动创造美好，用心灵感受美好！

总之，在地理课堂中融入食育教育，让学生更好地掌握地理知识，开阔地理视野，感受美好生活！

6. 分组制作果茶

(1) 阐述：所选水果主要分布的温度带，当地的气候类型及特征，水果的寓意。

例如：山东苹果：①主要分布在暖温带；②温带季风气候；③气候特征：夏季高温多雨，冬季寒冷少雨；④寓意：平平安安、一路平安

(2) 设计：为自己的果茶设计一条广告语

例如：苹果：不走平凡路，注定不平凡等。

(四) 学生制作果茶整体安排计划

第一阶段：准备阶段

1. 分组：以4人为一小组。

2. 准备材料

(1) 教师准备：一次性杯子、吸管、塑料水果刀

(2) 学生准备：保鲜膜、垃圾袋、削皮刀、保鲜袋、矿泉水泡茶、手动榨汁机、砧板、白糖、蜂蜜、水果、餐巾纸等。

第二阶段：制作阶段（8分钟）

两张课桌并一起，学生4人为一组，共同制作果茶。

第三阶段：分享阶段（5分钟）

1. 请4位学生上台，阐述：所选水果主要分布的温度带，当地的气候类型及特征，水果的寓意。

2. 设计：为自己的果茶设计一条广告语

例如：苹果：不走平凡路，注定不平凡等。

参考文献

[1] 刘清法. 在高质量教育中引入食育理念[J]. 华人时刊(校长), 2022(10): 30-31.

[2] 沈立. 食育, 舌尖上的教育[J]. 父母必读, 2022(09): 32-35.

[3] 陈向荣. 基于中华优秀传统文化的幼儿园课程建构[J]. 学前教育研究, 2021(6): 89-92.