**干干净净吃好饭 美言美行树文明**

重庆市渝北区龙山小学校 罗美莉

13708362119

【导读】古人言：民以食为天。可眼下独生子女众多，在物质充裕、食品种类繁多的现状下，不知“盘中餐，粒粒皆辛苦”的大有人在，挑食现象普遍，剩饭剩菜更是习以为常，造成严重的食品浪费。如何引导学生养成“吃得文明”，实现立德树人目标，是学校德育工作的一项长期任务。

一、背景

当前独生子女众多，他们在物质充裕、食品种类繁多的现状下，不知“盘中餐，粒粒皆辛苦” 的大有人在，挑食现象普遍，剩饭剩菜更是习以为常的不良习惯，造成严重的食品浪费。根据习近平新时代中国特色社会主义思想和党的十九大精神，贯彻落实习总书记对制止餐饮浪费行为、切实培养节约习惯的指示精神；重庆市多个部门联合发出“吃得文明”的倡议；结合我校“美言美行，美心美德”的德育目标，培养学生 “干干净净吃好饭”的良好习惯，以此弘扬中华名族勤俭节约的优良传统，树立以节约为荣的健康生活理念，让勤俭节约、反对浪费成为新时代好少年的行为习惯和生活方式。

1. 案例

午餐时间到了，同学们拿着自己的饭盒排着队伍，陆陆续续的来到食堂，在班主任和值周老师的组织带领下，有序的打餐用餐，在近40分钟的时间里，每天都周而复始的正常进行着。而作为一个德育管理者和学校普通一员，有一些不良现象看了让人心急如焚。

1.排队时插队：中午下课时，有个别学生因上厕所或洗手后，没跟上班级队伍，三三两两的就往井然有序的队伍里插队，后面的同学如果不乐意，就会发生吵闹，推推搡搡的现象，让原本安静整齐的队伍发生异动。

2.取餐时挑食：在低中年级较普遍，打餐窗口，听到最多的声音不是“谢谢阿姨！”而是“阿姨！这个给多打点，那个我不要。”声音此起彼伏，直到所有学生打完餐才会停止；有些学生用餐卫生习惯差。

3.用餐时喧闹：与同伴边吃边聊，得意忘形，将盘中的饭粒汤汁洒得桌上，地上到处都是，同学踩在湿漉漉，滑油油的地上很不安全，偶尔有个别同学因此摔跤而受伤。

4.餐后乱倒垃圾：把自己不喜欢吃的放在餐盒里，变成剩饭剩菜而倒掉，有的怕被值周老师和同学发现，把剩饭剩菜倒在渣盘、普通垃圾桶，甚至是厕所里，给厨房的叔叔阿姨造成了额外的负担。

为了掌握产生这些不良现象的原因，我经过长期观察，并向食堂工作人员、值周老师、班主任、学生和家长多方了解，原因主要有以下几个方面：

一是班级要求不统一。组织班级学生用餐排队的老师不固定，并且每个老师的要求不一样，甚至有老师会留下几位学生，或单独辅导作业，或做教室清洁等情形，再允许学生去用餐，导致学生不能一起排队用餐。

二是用餐礼仪不一致。在家用餐时，父母总是喜欢跟孩子聊一些话题，让孩子的意识就觉得吃饭是可以大声讲话的，没有区别在家用餐与学校等公共场所用餐时的不同礼仪标准。

三是营养意识没树立。低年级学生，习惯了父母精心为他们准备的饭菜，对于几千人共用的食堂饭菜还不习惯，挑食成为常态，没有树立营养比口味更重要的饮食意识。并且，很多孩子在家都没养成饭前洗手，饭后收桌子的习惯。

四是不知粮食得来苦。现在的学生，父母都尽其所能的提供最好的物质条件，绝大多数学生没体验过挨冻受饿是什么滋味，当然也无法体会 “粒粒皆辛苦”。

五是垃圾分类习惯没养成。觉得垃圾就是垃圾，倒哪儿都一个样，没充分认识到垃圾换个地方也会变成宝，垃圾分类就是新时尚，养成垃圾分类的习惯还需长时间的坚持与努力。

在掌握了这些基本信息之后，就为学校德育管理制度的制定提供了基础，使我们更能从现实出发，从学生角度考虑，制定出针对性强、趣味性高的措施。为了让全校学生养成“吃得文明”，我们采取了以下几方面措施。

第一、加强制度建设，让家长放心。学校建立以校长为组长，家委会代表为副组长，教师和家长代表组成的伙食管理委员会，每天对食品和卫生进行监督检查，及时反馈到家长群，每周营养食谱公示制度，推进“阳光餐饮”，打造“明厨亮灶”，从原材料到食品加工，都做到让家长放心。

第二、上好开学第一课，给新生立规。每年九月，龙山小学一年级学生，进校第一周要上好《梦想花开第一步》，学会五个规矩：如何排队、用餐、如厕、饮水和课间游戏？这些学会了，你才算是一个合格的龙山小学的学生了。

第三、抓好一日常规，促美行养成。“走路静悄悄，吃饭干干净”是我校美言美行常规训练点。班主任负责指导每个学生正确做到“三净一分”（手净、盒净、桌净和垃圾分类）。特别是2020年春，新冠肺炎疫情在全球的爆发，更促使我们要求用科学的“七步洗手法”（ 内外夹弓大立腕），指导学生饭前便后正确洗手，开展“小手拉大手”带动家人，使我校师生和家长零感染。

第四、营造良好氛围，助用餐礼仪。宽敞的食堂，整洁的餐桌椅，亲切的食堂阿姨，让学生拥有了健康用餐的良好环境；用餐时，食堂里萦绕着孩子们喜欢听的优美音乐和动听的故事，占据了孩子们无聊时的脑空间，偶尔播放的文明用餐小提醒，对用餐的文明礼仪习惯养成起到很好的促进作用。

三、总结

俗话说：病从口入。2020年，新冠肺炎疫情在全球疯狂肆虐，夺走了无数人的生命，控制病毒蔓延的最好方式，就是做好个人卫生。由此，我校开展“干干净净吃好饭”的德育活动，在长期坚持教育管理下，安静有序的队伍多了，打餐窗口“谢谢阿姨！的声音掩盖了其它声音，用餐过程中的“三净一分”，特别是食堂垃圾分类，厨余垃圾从以前的每天200百多斤减少到100斤左右。学校先后获得全国文明校园，重庆市美丽校园，重庆市家长示范学校，重庆市无废学校宣传示范岗，渝北区健康食堂，渝北区健康学校等多项荣誉称号。家长的满意度越来越高，学生用餐的美言美行进一步得到提升，相信只要我们坚持不懈，孩子们“干干净净吃好饭”不仅是常态，更成为他们一生的良好习惯。

**作者简介：**

**罗美莉，渝北区龙山小学副校长，高级教师，主持主研市、区级课题9个，在省市级杂志上发表论文6篇，有较强的德育教育管理经验。**