

行走课堂润童心 食育铸魂育新人

——宁安市朝鲜族小学（含幼儿园部）全域原创食育实践探索

金 姬 曾 敏

[摘 要] 食育是融合劳动启蒙、生态科普、非遗传承、民族团结教育与家校协同育人的综合载体，贯通幼儿园至小学完整学段。本文以宁安市朝鲜族小学（含幼儿园部）为例，系统阐述了学校立足本地朝鲜族聚居地域特色，依托生态稻田资源与渤海镇江西村省级非物质文化遗产“朝鲜族流头节”，自主研发“一粒米的旅行”全链条研学课程的实践探索。该课程完整覆盖水稻育苗、鸭稻虾稻生态种养、水田实践、秋收劳作、稻作馆研学、江西村流头节沉浸式非遗体验，最终衔接校园日常餐桌。校内常态化开设端午松饼、中秋打糕亲子民俗工坊，打造走出教室的行走式实践课堂，全程嵌入亲子互动，打通校园、田野、非遗村落、文化展馆、家庭五大育人阵地。课程始终将铸牢中华民族共同体意识贯穿全程，以稻米为纽带、以民俗为桥梁，推动各民族幼儿、学生共劳作、共体验、共分享，构建幼小一体化特色食育体系。本文全部课程方案、活动设计均为学校原创，为县域民族学校“食育+非遗+民族团结”融合育人提供本土化实践范本。

[关键词] 宁安市朝鲜族小学；幼小一体化；食育；稻作研学；渤海镇江西村流头节；非物质文化遗产；铸牢中华民族共同体意识；家校共育

Walking Classroom Nourishes Hearts, Food Education Forges New Talents

——A Holistic Original Food Education Practice at Ning'an Korean Ethnic Minority Primary School (Including Kindergarten Division)

Ji Jin, Min Zeng

Abstract: Food education serves as a comprehensive carrier integrating labor enlightenment, ecological science popularization, intangible cultural heritage inheritance, ethnic unity education, and home-school collaborative parenting, spanning the entire learning stage from kindergarten to primary school. This paper systematically elaborates on the practical exploration of Ning'an Korean Ethnic Minority Primary School (including its kindergarten division). Rooted in the local Korean ethnic settlement characteristics, the school has independently developed a full-chain research-based curriculum titled "The Journey of a Grain of Rice," leveraging local ecological paddy field resources and the provincial-level intangible cultural heritage "Liutou Festival" of Jiangxi Village in Bohai Town. The curriculum comprehensively covers rice seedling cultivation, duck-rice and shrimp-rice ecological farming, paddy field practice, autumn harvesting, rice culture museum study, immersive intangible cultural heritage experiences of the Liutou Festival in Jiangxi Village, and ultimately connects to daily campus dining. On-campus regular activities include parent-child folk workshops for making pine-flavored rice cakes during the Dragon Boat Festival and rice cakes during the Mid-Autumn Festival. The program creates a walking practice classroom beyond traditional walls, embedding parent-child interaction throughout, and connecting five major educational fronts: campus, fields, intangible cultural heritage villages, cultural

作者简介: 金姬（1977—），女，高级教师，宁安市朝鲜族小学（幼儿园）党支部书记兼校长；

曾敏（1971—），女，黑龙江省宁安市教育发展服务中心主任，副高级职称。

exhibition halls, and families. The curriculum consistently weaves the sense of community for the Chinese nation throughout the entire process, using rice as a bond and folk customs as a bridge to promote shared labor, shared experiences, and shared enjoyment among children and students of all ethnic groups, thereby constructing an integrated food education system for kindergartens and primary schools. All curriculum plans and activity designs presented in this paper are original creations of the school, providing a localized practical model for county-level ethnic schools seeking integrated education through “food education + intangible cultural heritage + ethnic unity”.

Keywords: Ning'an Korean Ethnic Minority Primary School; Kindergarten-Primary Integration; Food Education; Rice Cultivation Study Tour; Bohai Jiangxi Village Liutou Festival; Intangible Cultural Heritage; Forging the Sense of Community for the Chinese Nation; Home-School Co-education

一、引言：深耕本土资源，以食育厚植共同体意识

新时代教育明确要求，将铸牢中华民族共同体意识融入立德树人全过程^[1]。当前校园劳动教育、传统文化教育普遍存在短板：课堂教学脱离自然实践，节约粮食教育流于说教；本土朝鲜族流头节等非遗资源未能常态化落地；幼儿园与小学缺少连贯的一体化食育课程，各民族学生缺少共参与、共交融的实践载体。

我校同步开办幼儿园部与小学部，多民族师生共同学习生活。水稻种植是宁安本地特色农耕产业，渤海镇江西村作为省级非遗朝鲜族流头节发源地，完整保留水田祭祀、东流水祈福、米食民俗宴等传统仪轨^[2]，稻米饮食是非遗文化核心载体，更是各民族群众共通的生活符号。

学校教研组独立打造原创主线课程“一粒米的旅行”，分设幼儿园趣味体验、小学深度探究两套研学方案，将江西村流头节非遗研学、民族团结实践作为核心模块。整套课程形成闭环育人路径：春日大棚育苗识稻种，夏季赴江西村参与完整流头节民俗活动、开展水田生态种植，秋日收割稻谷走进稻作馆溯源农耕文明，师生自产稻米供给校园食堂；校内配套节庆米食手工课堂。课程坚持实地研学、亲子同行、多民族共参与，让一粒米完成从田野、非遗村落走向餐桌的完整旅程，在农耕劳作、非遗体验、美食共享中拉近各民族师生距离，润物无声铸牢中华民族共同体意识^[3]。

二、“一粒米的旅行”全周期生态稻米研学课程

学校联动生态稻田基地、稻作馆、渤海镇江西村流头节非遗传承基地，按照春、夏、秋时序设计六段分层行走课堂，所有流程、探究任务、互动活动均为校内原创，全程融入民族团结教育。

（一）春日育苗：共观稻种生长，树立劳动共识

每年四月春耕时节，分批次组织多民族师生走进育苗大棚分层开展体验活动。幼儿园以游戏化感知为主，各族幼儿结伴观察饱满稻种，共同开展种子吸水小实验，认领迷你稻苗盆栽，在班级自然角协作记录秧苗生长变化；小学生以多民族混合小组为单位，共同记录温湿度对秧苗长势的影响，一同学习朝鲜族传统盐水选种技艺，合作填写原创研学手册，在协作探究中懂得各民族农耕智慧互通互鉴。

（二）水田插秧：生态种养共实践，亲子同乐促交融

五月插秧季，各族师生共同踏入水田劳作。基地讲解员统一讲解鸭稻、虾稻共生生态模式：稻田养鸭除虫肥田、稻田虾疏松水土，全程不施用化肥农药，培育绿色生态大米。各族幼儿结伴观察水田小动物、合作完成水田绘画；多民族小学生组队绘制生态循环示意图，交流各自家庭农耕生活见闻。

配套原创亲子水田摸鱼游戏，不同民族家庭自由组队协作捕鱼，在趣味互动中消解隔阂，共同体会水田物产丰饶，也为后续学习江西村流头节水田祭祀、亲水民俗做好认知铺垫。

（三）夏日非遗研学：渤海江西村共赴流头盛会，传承共享民族非遗

农历六月十五朝鲜族流头节，是我校落实非遗传承、促进各民族交往交流交融的核心实践活动，整套研学方案由本校教师原创。

活动前期开设校内专题课，朝鲜族教师面向全体多民族学生讲解非遗渊源：流头节又称东流水沐浴节，先民以溪水祈福、新米祭祀农神祈求五谷丰登^[3]，江西村自2005年常态化举办节庆活动，2007年列入黑龙江省省级非物

质文化遗产名录^[2]。课堂鼓励各族学生互相提问、分享本民族丰收祈福习俗，搭建文化交流桥梁。

抵达江西村后，多民族亲子统一更换朝鲜族传统服饰，跟随非遗传承人共同完成全套仪式：一是流头荐新农神祭祀，各族孩子合作摆放自制米团供奉农神，读懂稻米承载各民族共同的丰收祈愿；二是东流溪水简化祈福，幼儿结伴轻拍溪水体验传统习俗，小学生对比各民族亲水祈福文化；三是各族亲子协同制作流头宴打糕、米团，非遗传承人现场展示古法捶打技艺，讲解稻米饮食是各民族共通的美食载体。

仪式结束后，各族师生共同参与跳板、秋千、掷筛等传统民俗竞技，全员共享流头宴，一同品尝稻田自产米食。研学尾声，各族学生结伴访谈非遗传承人，小学生联合撰写研学报告，幼儿合作绘制民俗主题画作，在共参与、共创中凝聚民族情感，夯实中华民族共同体意识。

(四) 秋日秋收：同收一季稻谷，共惜劳动成果

金秋收割季分层设置劳动任务，全部采用多民族混合小组模式。幼儿园孩子结伴观摩、捡拾稻穗、轻敲稻谷；小学生跨民族组队完成割稻、捆稻、脱粒、扬谷全流程劳作，在汗水之中真切体会粮食来之不易。

学校独创稻谷循环使用模式：各族亲子小组共同收获的稻米，一部分作为食堂主食、节庆手工原料，一部分留存次年江西村流头节祭祀供米，形成“各族共种、共收、共做、共食、共祭”的教育闭环。

(五) 稻作文化馆研学：共溯农耕文脉，互鉴多元文化

秋收后组织多民族师生一同前往稻作文化馆，依托原创探究任务单开展联合学习。展馆陈列历代农耕器具、碾米设备、流头节民俗展品，完整演示稻谷加工全过程。各族幼儿结伴借助绘本、模型认识各类米制品；小学生混合分组体验石磨舂米，共同梳理宁安朝鲜族稻作发展史，对比各民族稻米饮食文化，明白各民族农耕文明交流互鉴、一体共生。

(六) 回归校园餐桌：餐前共分享，文明共践行

研学收获的生态稻米设立专属窗口，供给全校多民族师生。各班常态化开设餐前分享会，各族学生轮流上台，讲述共同田间劳作、江西村共赴流头节的经历，分享不同民族爱惜粮食的生活传统，引导全体学生按需取餐、将劳动感悟、民族团结理念转化为日常餐桌文明习惯。

三、校内朝鲜族特色食育工坊：节庆共制米食，凝聚同心力量

依托稻作主线与江西村流头节非遗内涵，校内打造民俗食育工坊，端午、中秋两节亲子课程与校外研学形成互补，教学流程、文化讲解均为原创，以美食为载体铸牢中华民族共同体意识^[3]。

(一) 端午松饼亲子课堂

松饼是朝鲜族端午标志性米食，课前结合江西村流头节米食传统，对比讲解汉族粽子、朝鲜族松饼等各民族端午饮食习俗，引导学生理解中华传统节日多元一体的文化特质^[4]。活动采用跨民族亲子组队模式，家长与孩子分工揉面、包馅、捏制花纹，邀请民间传承人示范传统手法。成品蒸熟后各族家庭互相品尝、交换点心，配套发放家庭实践任务卡，鼓励学生居家复刻松饼，向家人讲述流头节稻米祭祀非遗故事，把民族团结教育延伸至家庭厨房。

(二) 中秋打糕非遗体验工坊

校内复刻江西村流头节祭祀打糕工坊，配备传统木槽、木槌。不同民族亲子两两组队捶打糯米，复刻非遗祭祀米糕制作流程。教师结合流头节完整仪式，讲解打糕承载的团圆、感恩内涵，解读各民族中秋阖家祈福的共同追求^[4]。低龄幼儿协作揉糕、撒黄豆粉，小学生共同完成捶打、分装。活动同步开展民族团结分享会，各族学生交换自制米食，结合江西村研学见闻交流民俗感悟，在美食分享中增进民族情感。

四、行走课堂分层设计，幼小一体推进民族团结教育

我校构建“稻田基地+江西村非遗村落+稻作馆+校园工坊+班级自然角+家庭餐桌”六元行走课堂，分学段梯度教学，完整衔接幼儿园与小学，同步推进共同体意识培育。

幼儿园部以游戏、感官协同体验为主：各族幼儿结伴观察田间动植物、共赴江西村观赏民族服饰与打糕表演、班级开展谷物协作小游戏，常态化开展米粒观察、跨民族民俗小故事分享，从小种下各民族一家亲的种子，亲子

活动侧重陪伴交融。

小学部打造跨学科融合课堂：农耕生长记录对接科学、联合研学日记对接语文、多民族民俗绘画对接美术，节约粮食、非遗共享、民族团结教育深度融入道德与法治课程。跨民族小组独立完成深度劳动与非遗调研，亲子双向交流农耕、民俗知识，同步更新家庭民族团结教育理念。

整套课堂立足宁安独有江西村非遗资源原创开发，打破书本说教，让各民族学生在实景协作中感悟中华民族多元一体格局。

五、五维协同共育机制，家校同心培育共同体意识

学校原创搭建“研学同行、非遗共游、节庆共做、餐桌共育、家长授课”家校协同模式，亲子互动、多民族交融贯穿食育全流程。

一是田间、江西村流头节研学全部开放亲子报名，鼓励不同民族家庭结伴组队，一同参与插秧、摸鱼、祭祀仪式，学生向家长传递生态农业、非遗与民族团结知识，统一家校育人认知。

二是端午、中秋工坊固定跨民族亲子协作环节，发放家庭实践任务，返校开展班级民族团结非遗分享会，把食育、民族交融延伸至家庭厨房。

三是发起“家庭餐桌食育行动”，倡导家长节约备餐、带领孩子参与家务，结合流头节研学讲解稻作文化与各民族共生历史；定期举办“非遗米食最美家庭餐桌”展示，征集多民族家庭共同劳作、制作美食的图文作品，树立家校共育、民族交融示范标杆。

四是组建食育非遗家长讲师团，吸纳江西村非遗传承人、各族农户、朝鲜族家长入校授课，参与田间指导、美食教学、膳食监督，形成家校共教、非遗共传、民族团结共培育的完整格局。

六、实践成效与优化方向

（一）育人成效

1. 劳动素养全面提升：幼儿自觉节约粮食，小学生熟知水稻完整生长周期，主动参与校内外劳动；鸭稻虾稻研学树立绿色生态观念。

2. 非遗活态传承落地生根：江西村流头节全套仪轨常态化进校园，各族学生熟练掌握特色米食技艺^[4]，主动传播本土非遗文化。

3. 中华民族共同体意识深入人心：各民族学生共劳作、共节庆、共分享，充分理解中华文化多元一体，交往交流交融成为校园常态^[5]。

4. 幼小课程连贯分层：低龄侧重协同感官游戏，小学侧重联合探究劳动，消除学前与小学劳动、民族团结教育断层。

5. 家校育人理念同频统一：亲子研学扭转家长重成绩、轻劳动、忽视民族团结教育的观念，居家劳动、跨民族民俗分享成为家庭常态。

（二）现存不足与优化规划

受季节限制，冬季缺少户外、村落实践，后续开发稻米深加工、朝鲜族发酵美食、流头节室内模拟仪式校本课程，实现全年食育与民族团结教育全覆盖；现有评价以活动展示为主，下一步研发分层食育、民族团结素养评价标准，覆盖劳动实践、非遗认知、民族交往、家庭共育四大维度；部分务工家庭难以线下参与江西村研学，计划录制云研学、线上手工短视频，保障全体各族学生平等参与非遗交融实践。

七、结语

食育扎根乡土田野，同心凝聚民族力量。宁安市朝鲜族小学（含幼儿园部）整套食育课程，结合本地渤海镇江西村省级非遗资源独立原创，以“一粒米的旅行”为主线，串联生态农耕研学、流头节非遗行走课堂、节庆米食工坊、全域行走课堂与五维家校共育体系，走出专属本校的幼小一体化“食育+非遗+铸牢中华民族共同体意识”融合育人路径^[5]。

从春日大棚育苗到秋日稻田丰收，从水田生态种养到江西村流头节各族群众共赴祭祀祈福，一粒稻米串联起劳动教育、生态科普、非遗活态传承、民族团结亲子德育多重育人内核^[4]。行走课堂打破传统教室围墙，让各民族孩子携手亲近土地、共赏本土民俗；原创跨民族亲子互动模式，推动食育、文化交融走进千家万户，真正实现家

校同心共育。

未来,我校将持续深耕本土化原创食育课程,完善田间研学方案、丰富渤海镇江西村流头节多民族共参与实践内容、深化家校协同育人机制,始终坚持以食润心、以劳树德、以文化根、以同心铸魂,把勤劳、感恩、包容、各民族手足相亲的种子根植在每一名幼儿与小学生心中,打造县域民族校园特色原创食育品牌,培育兼具劳动实践能力、非遗文化自信、铸牢中华民族共同体意识与宏大家国情怀的新时代少年儿童。

参考文献:

- [1] 中华人民共和国教育部. 中小学德育工作指南[Z]. 2017-08-22.
- [2] 黑龙江省人民政府. 黑龙江省省级非物质文化遗产名录[EB/OL]. (2007-04-15)[2026-06-28].
- [3] 朴永焕. 中国朝鲜族流头节的文化内涵与社会功能[J]. 延边大学学报(社会科学版), 2019, 52(3): 87-93.
- [4] 李钟林. 朝鲜族传统饮食文化的教育价值与实践路径[J]. 民族教育研究, 2020, 31(5): 112-118.
- [5] 王鉴, 张海. 铸牢中华民族共同体意识的学校教育路径[J]. 教育研究, 2021, 42(10): 34-43.