

岐黄传薪火 文化润校园

中医药文化是中华优秀传统文化的璀璨瑰宝，凝结着中华民族数千年的健康智慧与人文精神。推动中医药文化进校园，是赓续岐黄文脉、厚植青少年文化自信的重要抓手，也是践行“健康第一”教育理念、落实立德树人根本任务的育人载体。河北经济日报推出“冀少年·健润韶华”系列专版，通过讲述各学校开展中医药教育的特色实践与典型经验，展现文化育人与健康育人的融合成效，推动岐黄薪火在菁菁校园接续传承，护航青少年身心健康、全面发展。

保定小学全链条打造中医药文化育人样板



保定小学

当传承千年的本草文化走进童真校园，寓教于乐便有了生动注脚。在保定小学，一处“本草种植园”格外醒目——紫苏、瞿麦、射干、艾草、百合、薄荷分区错落生长，从播种到收获，孩子们亲手参与、全程记录。这些鲜活的自然教材，既是学校开展劳动教育的实践载体，更是探索中医药文化启蒙教育的核心抓手。

近年来，保定小学坚持“五育并举”，践行“健康第一”教育理念，以中医药文化进校园为切入点，通过体系化课程建设、沉浸式实践育人、多维度资源协同，构建高质量健康学校建设工作体系，走出了一条贴合少年儿童成长规律的特色育人之路，全方位守护学生身心健康。

跨学科融合 筑牢育人根基

自2025年起，保定小学正式开设中医药文化课程，覆盖全校1至6年级1000余名学生，实现全员参与、全年级普及。学校采取“课堂渗透为主、活动拓展为辅、社团实践延伸”的立体化教学方式，推进跨学科融合教学，打造梯度化、多元化课程体系，实现中医药启蒙教育常态化、普惠化。

课程内容设置四大核心板块：一是二十四节气养生，结合四季更迭讲解时令饮食、作息调整与日常防病常识；二是药食同源科普，带领学生认识菊花、薄荷、艾草、山楂等常见本草，了解其外形特征与药用功效；三是中华名医故事，讲述扁鹊、华佗、李时珍等古代名医悬壶济世、刻苦钻研的事迹，厚植学生文化自信；四是“治未病”理念践行，引导学生养成科学护眼、端正坐姿、规律作息的健康生活习惯。2026年秋季学期，学校将正式成立中医药社团，结合时令开展驱蚊、除湿香囊制作等实践活动，进一步丰富课后服务供给。

跨学科融合让中医药课堂焕发全新活力。与美术学科结合，开展本草拓印、中草药

拼画、手抄报、黏土手工等创作活动，让药材的形态美与艺术美相得益彰；与音乐学科结合，编排学唱养生童谣、表演中医手势舞，在旋律中感受传统养生文化的独特韵律；与体育学科结合，录制《五禽拍拍操》创意视频，通过拍打身体特定部位疏通经络，将中医养生理念融入日常锻炼。“孩子们最喜欢的课程，偏重于实践类。”保定小学教师王陈菲表示，跨学科融合打破了学科壁垒，有助于实现文化传承、美育熏陶、健康促进等多重育人目标。

多场景打造 创新实践活动

中医药文化博大精深，如何让小学生听得懂、学得会、用得上，是课程落地的核心命题。该校立足学生成长规律与校本育人特色，创新打造校内校外联动的实践育人场景，让学生在沉浸式体验中感知中医药文化魅力。

在校内，三大阵地筑牢沉浸式育人空间。中医药文化长廊系统展示中医药发展历程、名医事迹、养生科普知识及五禽戏、八段锦图解，图文并茂传递中医智慧。中医药文化教室集科普展示、实物观摩、实践创作于一

体，墙面布设“望闻问切”诊疗知识展板，室内陈列药柜、捣药罐等仿真器具与中草药标本，展柜中收录复刻古籍《急救应验良方》，桌面还摆放着学生创作的中医药主题手工作品，营造出浓厚的文化氛围。本草种植园则把课堂搬进自然，实行分年级、分区域种植责任制，一、二年级观察植物形态，三年级探究生长周期，四年级挖掘民俗与药用价值，五年级学习药食同源知识，六年级开展综合性探究，学生在劳作、观察、记录中亲近本草、感知生长、收获喜悦。

在校外，研学实践进一步拓展育人边界。今年1月，三年级学生走出教室，开启安国药都研学之旅。在中医药文化博物馆，同学们化身“小小采药人”，俯身辨识药材、记录药性功效，品读传统医药的千年底蕴；走进数字中药都，在先进生产车间见证自动化分拣、智能检测的科技实力，感受传统中药的现代活力；在中药制作工坊，同学们亲手装填艾草、决明子制作养生锤，分组合作设计创意养生方案。行走的课堂中，历史文化、科学知识与劳动实践有机融合，中医药文化的种子在孩子们心中悄然生根。

大健康布局 织密防护网络

中医药文化教育保定小学大健康教育的重要组成部分。立足学生全面健康成长，学校深度整合医疗、教育、妇联、媒体、高校、社区等多方资源，打造“医教卫媒”融合的大健康课程体系，构建家校社协同育人的健康教育闭环。

心理健康教育持续深化。学校开展“润心护航 向阳成长”心理健康活动月，通过挫折教育主题班会、心理趣味实践活动滋养学生心灵；开设青春期健康科普，组织开展班主任心理危机干预培训，提升教师识别、处置学生心理问题的实务能力；分层面面向低中高段家长开展家庭教育专题指导，推动健康教育从校内向家庭延伸，形成家校育人合力；设立标准化心理辅导室，3至6年级每周开设一节心理健康课，全方位筑牢校园心理健康防护屏障。

五官健康防护精准发力。学校借力全国爱耳日、爱眼日等开展系列科普活动，邀请医学专家开展爱耳护耳公益宣讲，推动师生共同制定校园降噪公约；承办保定市爱眼日主

题活动，依托校内眼健康博物馆开展体验式科普，通过短视频大赛、护眼科普话剧等形式，普及近视防控知识。

应急保障能力全面升级。学校邀请专业医疗团队，为全体教师开展急救专项培训，围绕儿童惊厥处置、心肺复苏与AED使用、海姆立克急救法等内容开展理论教学与实操演练，进一步夯实校园安全急救防线，为在校学生的生命安全保驾护航。

跨学科康养课程创新开设。学校启动“保定责任”师生健康工程，开展《学古诗 知健康》主题宣讲，充分挖掘古典诗词中蕴藏的养生理念与生活智慧，推动临床医学、园林艺术、基础教育深度融合，让学生在品读传统文化的同时习得健康知识，不断拓展大健康教育的内涵与边界。

长效化深耕 锤炼示范品牌

经过持续建设与深耕，保定小学大健康与中医药文化教育的综合育人成效逐步显现。学生对中华优秀传统文化的认同感不断增强，文化自信与民族自豪感持续提升；健康素养显著提高，“治未病”的理念逐步转化为规律作息、健康饮食的自觉行动；各类实践活动也有效锻炼了学生的动手能力、观察能力与创新思维，有力推动五育并举落地见效。

保定小学党支部书记、校长高彦芹表示，下一步，保定小学将持续深耕中医药文化育人工作，不断打磨校本课程，完善梯度教学体系，丰富品牌活动、升级校园文化阵地，加强跨学科教研、拓展校外研学合作，全力打造区域中医药文化进校园示范品牌；同时持续深化“医教卫媒”多方联动机制，不断丰富大健康课程供给，推动中医药文化在青少年群体中的传承与创新，真正实现以文化人、以美育人，助力少年儿童全面健康成长。（王婕颖 董菲菲）

石家庄市藁城区廉州镇第一中学

分层搭建学生健康成长阶梯

为加强青少年健康教育，石家庄市藁城区廉州镇第一中学立足初中生认知发展规律，以“在初中生心中种下中医药文化种子”为核心思路，构建“初一启蒙、初二提升、初三辐射”的健康素养培育体系。

该校分层设计各年级培养目标，实现健康素养递进式培养。初一年级侧重启蒙引导，以兴趣激发为核心，帮助学生初步认识中医药文化，养成基础健康生活习惯；初二年级侧重知识深化，系统传授中医保健常识，让学生掌握实用的健康维护技能；初三年级侧重实践辐射，引导学生将所学健康知识向家庭传递，带动家人共同养成健康生活方式。三个年级衔接贯通、层层深入，推动健康教育从校园场景向家庭场景延伸，持续放大育人效应。

课程载体建设上，学校面向初一年级开设《中医文化健康启蒙课》校本课程，每周安排2个课时。课程涵盖五大板块：中医药基础知识板块，通过讲解中医药发展起源、历代名医经典故事，夯实学生的文化认

知基础；身边中草药辨识板块，引导学生观察识别校园及生活中常见的中草药，了解基础药材的性状与功用；中医疗文化板块，结合时令节气普及“药食同源”理念，讲解日常饮食中的养生常识；中医药传统技能板块，组织开展香囊制作、药茶调配等实践操作；经络歌谣书法板块，将中医经络知识与书法练习结合，实现文化与健康的双重培育。

为破解传统健康教育“重说教、轻体验”的问题，学校构建“四环节”标准化课堂流程。每节课以5分钟的情境导入开篇，通过中医小故事、节气养生话题调动学生兴趣；10分钟理论讲解环节，精简提炼核心知识点，避免晦涩专业术语，确保学生易懂易记；20分钟动手实践环节，学生通过制作、调配、体验等形式，将知识转化为直观感受；最后5分钟开展成果分享与交流反思，巩固学习成效。

此外，学校围绕“视力健康、口腔健康、骨骼体态、体重发育、心理健康”五大维度，



石家庄市藁城区廉州镇第一中学校长王利斌

常态化开展健康主题班会。课程设计上，学校将中医药文化与健康知识深度融合，如近视防控主题班会从中医“肝开窍于目”理论切入，讲解科学护眼方法，引导学生建立护眼意识；结合端午、重阳等传统节气及二十四节气节点，将口腔保健、脊柱侧弯预防、健康饮食、情绪调节等融入时令文化，

推动健康知识入脑入心。

石家庄市藁城区廉州镇第一中学校长王利斌表示，将持续完善健康育人体系，丰富课程内容与活动形式，让中医药文化种子在学生心中生根发芽，通过“小手拉大手”，带动更多家庭树立健康生活理念，为校园健康教育探索发展路径。（王婕颖 樊丽娟）

让中医药文化走进课堂

为普及中医药健康养生知识，守护青少年身心健康成长，石家庄市藁城区西关镇西关小学积极开展丰富多彩的中医药文化课堂活动。识本草、辨穴位、学养生，全校1100余名学生在趣味互动体验中感悟中医药文化的独特底蕴，推动中华优秀传统文化薪火相传。

今年以来，西关小学以课程创新为载体，将健康科普、文化传承与实践育人深度融合，推动中医药文化扎根校园，融入课堂、滋养童心。学校将中医药文化课程纳入常规教学体系，每班每周安排一节专门课程，目前已实现1至6年级全员覆盖、全年级普及，确保每名学生都能系统接触中医药文化基础知识，在寓教于乐中解锁健康养生小常识。

教学内容设计上，该校遵循小学生认知规律，以知识科普和实践体验为主，设置识中草药、识别常用穴位、四季保健养生等贴近生活的教学模块。教师团队依托《黄帝内经》中的《四气调神大论》《阴阳应象大论》等经典篇目，循循善诱、深入浅出，将中医理论转化为“大自然生活说明书”“阴阳小世界”等趣味主题，通过

谜语互动、情景模拟、动手体验等形式，把“春生夏长、秋收冬藏”的养生规律和“天人相应”的中医智慧融入课堂。

学生对课程参与热情高、兴趣浓厚，在传统文化认知、健康素养培育和良好行为习惯养成等方面均有明显提升。“学了穴位知识后，孩子回家会主动给我们按摩，还讲得头头是道。”不少家长向学校反馈，中医药课程不仅丰富了孩子的知识储备，更带动了家庭健康意识提升。学生在课堂上掌握的养生常识，正通过“小手拉大手”的方式走进千家万户，形成“教育一个孩子、带动一个家庭”的良好效应。

中医药文化课程的开设，是西关小学践行“让每个生命都出彩”办学理念的生动实践。近年来，该校在开足国家课程的基础上，持续打造科技教育、艺术教育、劳动教育、规范书写、生态悦读等特色品牌，全面提升学生综合素养。中医药文化课程的加入，进一步丰富了该校“出彩”文化的内涵，成为落实立德树人根本任务、传承中华优秀传统文化的重要载体。

西关小学校长张利红表示，下一步，西关小学将深化中医药文化教育，优化课程内容与教学形式，通过更多实践体验活动，引导学生树立健康观念、养成科学的生活方式，持续为中医药文化传承注入新生力量。（董菲菲 李杰）

邢台市中小学综合实践学校

深耕本土文脉推进实践教学

中医药文化是中华优秀传统文化的瑰宝。邢台市中小学综合实践学校将中医药文化与“健康第一”教育理念深度融合，通过创新式教学设计、沉浸式动手体验、本土化资源赋能，走出一条“文化传承+健康赋能+实践创新”的特色育人之路，让岐黄文化在校园落地生根。

创新课程体系 加强健康教育

该校立足校园教学主阵地，打破传统书本讲授模式，创新构建课程体系，开发多模块中医药实践课程，把健康教育、安全防护与动手探究能力培养融为一体。

作为教学核心板块，安全健康课程聚焦中医药知识的生活化应用，将传统医药智慧融入日常健康防护。课堂上，学生系统学习常用药材功效、适用场景及用药误区，掌握过期药品辨别方法，让千年中医药智慧转化为实用生活常识，牢固树立科

学安全用药意识。

聚焦实操体验 筑牢安全防线

该校坚持“做中学、学中悟”理念，创新打造动手探究项目，让学生在沉浸式课堂中深度感知中医药文化内涵。标本辨识课堂上，学生近距离观察中草药标本，对比识别药材外观性状，区分不同药材核心特点。创意实践环节，学生参与药材辨识、中药香囊制作等项目，亲身体验研磨、称量、分装的传统制药流程，感受传统医药的工匠精神。

为保障实践教学安全有序，该校建立健全课程安全操作规范。教学所用药材全部选用无毒、无刺激的常用品种，实操器具全面落实安全防护标准。教师在课前开展安全提示，明确操作规范；课中全程巡视，及时纠正不当操作。课堂配备完备应急物资，全方位筑牢实践教学安全防线。

深耕文化底色 拓宽育人边界

依托邢台“扁鹊故里、太行药库”的资源禀赋，该校深耕本地中医药文化底色，将邢州医学流派、本地民间药俗等特色文化融入课程体系，持续拓展实践教学的广度与深度。

课程重点围绕内丘扁鹊文化，系统讲述扁鹊发明“望闻问切”四诊法、悬壶济世的行医故事，梳理中医药在邢台的发展脉络与文化根脉。同时，该校紧扣传统节日与节气，打造特色主题实践。清明节开展“清明食养”活动，组织学生制作青团、认识春季养生食材；端午节开展“端午药香”活动，制作驱蚊香囊、学习端午药俗，切实推动中医药文化与传统民俗交融互鉴。

强化教研支撑 彰显育人成效

为持续提升课程品质，该校积极开展

中医药主题教研活动，组织教师外出参观学习，参加中医药教育培训与实践教学研讨会；鼓励教师开展课题研究、撰写教学论文、开发校本课程，为高质量实践教学提供坚实支撑。

系列实践课程实施以来，育人成效逐步显现。据该校问卷调查显示，92%的学生对中医药文化产生浓厚兴趣，87%的学生认可中医药文化价值。在种植、辨识、手工探究的过程中，学生的观察能力、动手能力与主动思考意识得到有效提升，健康防护观念真正入脑入心。

下一步，邢台市中小学综合实践学校将聚焦“五育并举”，立足实践育人初心，持续深耕课程建设，开发配套校本教学资源，增设特色实践项目，升级实践阵地建设，让岐黄文化的种子在青少年心中扎根生长，助力青少年涵养文化自信、树立科学健康观念。（王婕颖 金仲禹 朱亚鹏 王伊锐）