

体育运动：让学生从健康走向自信

——东至县至德小学发展纪实

“文明其精神，野蛮其体魄”，强壮健康的身体，是创造文明、改变世界的前提。东至县至德小学秉承“至德六年，受益终身”的办学理念，坚持“以文养德，厚德立人”的特色发展之路，努力培养学生“我努力，我快乐，我能行”自信品质，以“上下求索，止于至善”的追求打造至德特色体育教学文化。

厘清“准”的定位，在顶层设计上做文章

如果说教学质量是学校的生命线，那么学校的各项活动（必然包括体育运动）就是学校高质量发展的基石。

体育运动，学生怎么了？在教育部建立的全国学生体质健康监测网络中，监测结果表明：中国学生的体质在以惊人的速度下降。在国家体育总局发布的《2014年全民健身活动状况调查公报》中，有接近半数的青少年表示不参加体育锻炼是怕影响学习，每天运动时间少于1个小时的高达66.3%。甚至还有不少人表示自己“基本没有运动”。

小学生体质不强或没有时间参加运动，看上去是体育教育的问题，实际上是家庭、学校、社会共同“培养”出了问题。基于以上两个因素，一是学校发展的需要，二更是学生身体素质的需要。至德小学厘清“准”的定位，在顶层设计上做文章——解决“做什么”的问题，确定“做”的内容。依托舜德少年宫，以阅读、健体、艺术、科创为四大主旋律，开设了文学、音乐、书画、科技、体育、德育六大活动项目，成立了阅读、诵读、器乐、剪纸、版画、书法、乒乓球、门球、象棋、围棋等四十余个活动小组。

体育运动，学校怎么办？“少数在跑，多数人在晒太阳”，或是玩玩闹闹地开个不用锻炼的趣味运动会了事，或是上了几年的学都没有参加一项运动会的比赛，学生如何融入集体，适应团队，又如何适应社会，对自己的身体素质，又将有怎样的自我认识呢？

在成年人眼中的小学科，学校有责任让它发挥大作用。学校现有10个专职体育教师，5个专职美术教师，5个专职音乐教师，所以我们有底气说：让音、体、美跟语文、数学、外语一样成为必修课！既然是必修课，就该有基本的教学目标。这个“教学目标”只能是体育的知识和技能。学生运动技能的提高是学生从事体育活动的内生动力，学生通过掌握运动技能，激发对运动的热情，体质自然增强。

体育运动，教师怎么做？规范管理、科学施教。规范管理不是管理教师的教案是否写得漂亮等。规范体育课堂最重要的目的是促进体育教学真正有效，促进学生能学懂、学会和乐学，而学懂、学会和乐学都必须有清晰的学习对象。必须要有内容丰富、战术清晰、被学生喜爱的教学内容，保证整个操场活而不乱，训练有效果。

现在学校大力提倡践行“六礼规范”。这六礼规范中就有一项“仪式之礼”，怎么落地，体育教师把足球赛事当做一个很好的切入口。比如服从裁判的判罚，上下场要取得裁判的同意，这是一种礼节，是一种尊重，也是一种规则意识，让学生先有规则意识，才会去遵守规则，才会有承担责任意识、遇事有协商意识和技巧。

突出“特”的目标，在特色活动上求实效

“人无我有，人有我优，人优我特”，是学校体育活动遵循的基本要求。如何在体育活动方面推进特色活动？突出“特”的目标，在特色活动上求实效——解决“怎样做”的问题，明晰“做”的质量。

1. 用心做，让特色活动有质有味

学校努力发挥“一站式”学校的特色和优势，“一表双用”（既是正常教学课表，又是少年宫课表），“一师双用”（既是学科教学教师，又是社团课程教师），师资配备上基本以学校专任和兼职教师为主，社会专长自愿者为辅（学校10月份成立了首届校园足球家长志愿者协会就是一个很好的尝试，目前工作已正常运转），保证特色活动的正常化开展。

至德小学是全国足球示范学校，足球活动始终秉承“以球促德、以球促智、以球促体”的发展思路。组建男、女学生足球训练队，分成基础班和提高班两个教学模式班级。每年4月份开展三至五年级的足球联赛；5月份在二至四年级开展“阳光体育，快乐足球”的趣味足球赛事；举办足球演讲、足球绘画、足球征文、足球队徽设计等形式丰富的活动，让学生通过足球运动，真正地感受到运动的快乐。

2. 用情做，让特色活动有声有色

至德小学的特色体育活动不仅包含室内运动项目如跆拳道、乒乓球等，也包含室外活动如轮滑、门球、篮球、花样跳绳兼啦啦操。项目选择上不再局限于传统项目上，还引进社会体育项目活动。如在室内体育活动中，跆拳道项目从低段组队，每周三教学，学生学习的热情高涨，在县级大型的比赛中多次被邀请展演，亮相。

乒乓球项目的设立，在组队上分年级组队，分高、中、低段教学，专业教师相互对接，针对提升的学生可以提到高段学习；学生赶超自我意识增强，每节课中参加的学生自觉练习，相

互督促，相互帮助，在很大程度上提升学生的整体水平。

破解“做”的不足，在推进落实上下功夫

“做”然后知不足。至德小学深知“做”无止境，创新无止境。蓄积“做”的能量，突破“做”的瓶颈，破解“做”的不足，在推进落实上下功夫——解决“想法做”的问题，提升“做”的品质。

1. 与课堂教学相融合。围绕体育学科核心素养要求，构建该学科课堂建设的基本范式。打造“一科一品”，“品”在课堂，建模；“品”在活动，固化。促进各体育学科走个性化、特色化的内涵式发展之路。如在一、二年级体育课堂热身环节活动要求以跳绳运动为主，三、四年级以足球运动为主，五、六年级以篮球运动为主。

2. 与训练方式相融合。积极探索建立各项体育活动的考查、教学、训练和竞赛的路径，建立“集训”（集中某段时间训练）与“日训”（每日一训）相结合的模式，从而推动活动持续健康发展，促进学生身心健康，体魄强健，助力“健康至德”的建设。

3. 与大课间活动相融合。充实大课间自由活动环节内容，形式多样化，遵守有场地、有项目、有伙伴、有器材“四有”要求，提倡自制器材和开发利用体育资源，彰显班级特色。

“让每个学生享有自信和快乐”，体育运动，从儿童立场出发，让学生在运动中享受，在运动中感悟，在运动中成长，相信将会让学生从健康走向自信，学校也必将成为学生们自主发展的学园，自由拔节的乐园，和幸福成长的花园。

培养德慧兼备的阳光少年

——合肥市南园学校发展纪实

□胡玮玥 汪曙红

合肥市南园学校，是一所曾经培养出中考状元的学校，一所为清华、北大等知名高校输送过大批优秀毕业生的学校。南园学校是九年一贯制学校，分为南北两个校区，学校现有学生2000多人，南园学校充分融汇了“铁四精神”和“南园风范”，与时俱进确定了学校核心价值观“德慧终身·学行天下”。

浓厚文化承载两校融合精髓

2013年6月，由原铁四局中学、南园新村学校合并而成的一所九年一贯制学校——“合肥市南园学校”正式挂牌成立。两校合并后校名定为“南园学校”，“南园”二字包含了厚重的文化内涵及积极进取的精神。唐代著名诗人李贺《南园》诗云：“男儿何不带吴钩，收取关山五十州。”李贺身在南园，心系天下。中国古代常以“南园”为园林和书院名，融汇了丰富的文化教育内涵。

两校融合，优势互补，初中教育得到前所未有的充实加强，小学教育南北合璧，强势突破，发出九年一贯制教育改革的最强音。两所学校优良的传统和校风，在南园学校都得到融通弘扬，相得益彰。两校融合的过程中，南园学校延承历史文化，尊重两校过去的历程，弘扬传统精髓，确定了“德慧终身·学行天下”的南园学校校训，确立了“对每一位学生未来负责”的办学指导思想。

学校的教育核心包含德厚流光、播散仁爱的人文情怀和学会做事、愉快生活的人生智慧，以及勤学善思、学以致用学习品质。始终坚持砥砺品德与启迪智慧的统一、乐学善思与实践创新的统一，努力培养德慧兼备，学行统一的阳光少年，让生命的活力充分舒展，让年少的青春在南园和煦的朝阳中缤纷绽放。

小初衔接为学生打下坚实基础

九年一贯制学校与一般意义上的小学、初中相比具有独特的办学优势，可以在学段知识贯通、学习方法衔接、思维习惯一体上具有更加明显的效应，使有限的教育资源发挥出更大的教育效益。

南园学校实施从年级管理、班级管理向以学段为单位的教育教学组织管理模式转变，将一到九年级重新整合成四个学段，即：一、二年级为第一学段，培养学生的良好的生活习惯、学习习惯；三、四、五年级为第二学段，培养学生发现问题、分析问题、解决问题的能力；六、七年级为第三学段，在此阶段将小学“结业阶段”的“复习迎考”中的“简单重复”学习时间用来进行学科学习方法衔接、思维方式训练等，让小学段、初中段的教育教学理念得以向上或向下延伸；八、九年级为第四学段，遵循学生个体成长与整体发展的规律，为升入高级中学做好准备。

九年一贯的优势体现在学生身上，而关键却在教师身上。如在进行一至九年级的语文、数学等学科贯通的大教研时，南园学校把中小学的教育教学理念融为一体。小学教师了解了初中

教学的特点后，就会考虑自己的学生到初中后哪些知识和技能；而中学教师了解小学生的特点后，就会便于修正自己的教学方法，以适应学生，实现学有所教。所有教师不得不从只关注教法逐渐转变为关注学法、关注学生，转变教育观念，帮助学生实现学段之间特别是小初学段之间的无缝衔接。

德慧课程让学生爱上学习

南园学校不断优化读书成长、感悟自然、生活科技、艺术人生、走向社会五大活动，把学生培养成为具有“三爱”情感、“三有”品质、学行结合、德慧兼备的阳光少年。整合优化国家课程，建构学科专题类、学科拓展类、科学素养类、人文素养类、艺术欣赏类、身心健康类、学行天下类等校本课程体系，让学生学习、生活实践也成为课程资源，注重学生的长期发展，实现“国家课程校本化、校本课程南园化”。

每一个学科都有许多独特的、值得延伸的拓展内涵，都能生长出无数个妙趣横生的拓展课程。学科拓展课程一方面极大地丰富了学校的课程内涵；另一方面也给学生们更多的选择空间，更有利于因材施教培养出个性张扬的复合型人才。

同时，学校致力于构建“学思行课堂”模式：学生在教师智慧地引导下，主动自学、积极思考，在自主、合作、探究学习的过程中，在学会学习、学会交流的实践中，实现自我、完善自我、发展自我。“学、思、行”贯穿着学生学习、生活的全过程；“学”为本，“思”为要，“行”为旨，在这样以生为本的课堂中，学生乐学、善思，高质量的学习能力、实践技能全面提升。

“新颖的学习方式、创新的活动设计”，这样的课堂激发了学生的学习兴趣。例如以“春天”主题欣赏为主线的学科教学，教师就将不同体裁、不同风格、不同专家、不同历史时期同主题优秀作品，由教师与学生共同呈现在课堂上，甚至将学生的习作也一并作为课程资源，让学生真切感受：用自己发现的资源教育自己，用自己学习的过程教育自己，有同学的学习成效教育自己，这样的学科教学，我们最喜欢，如此的学科教学，我们最受益。正如，学生诵读的《南园赋》：为学者，银杏吐绿，蓬勃竞上惜晨光。勤学切问，清风晓露声琅琅；善思笃行，车盖擎天品端方。尚美真，根植南园；健体魄，纬地经天。