

校本研究

基于动态数据监测的小学生体质健康水平提升策略与实践

□天长市城南小学 苏克健

习近平总书记在全国教育大会上指出，要树立健康第一的教育理念，帮助学生享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。国家相关部门先后出台文件，提出完善立德树人体制机制，扭转不科学的教育评价导向。要以服务学生全面发展、增强综合素质为目标，坚持健康第一的教育理念，培养德智体美劳全面发展的社会主义接班人。

我校自2018年就开始系统推进学生体质提升工作，将推进学生体质提升行动放在重要位置，积极开展体育训练，认真组织达标检测，促进学生身心健康、体魄强健、全面发展。

一、积极宣传，营造氛围

每年秋季学期开学后，利用教师大会进行动员，将各个年级的测试项目、等级线、测试方法、具体要求、体检工作安排印发到每个班级，把《测试标准》制成图板张贴在运动场、走廊墙壁等醒目位置供师生对照参考。同时将《测试标准》各项目等级线发给家长，让学生对照练习。通过校讯通、微信、电子屏、广播等方式进行宣传，提高学生、家长和教师对学生体质健康测试工作重要性的认识。

二、成立组织，明确职责

学校成立体质健康测试工作领导小组，下设健康测试组、体检组、数据录入分析组、后勤安保组。领导小组由学校相关领导和年级主任、班主任组成，制订学生体质健康与体检实施方案，校长担任组长，分管体育工作的副校长具体负责实施，其它成员各负其责。

健康测试组：李晓东副校长和体育教研组长统筹安排测试工作，抽调体育教师担任测试员，做好人员分工和业务培训，以班级为单位，根据学生人数和测试项目合理安排每天的测试班级，如实记录测试成绩。

体检组：聘请社区医院医生来校对学生进行全面体质健康检查，如实填写学生体检档案。并对每年的体检情况进行统计分析，提交体检报告，对学校、家庭教育提出意见和建议。

数据录入分析组：由电教室牵头，学籍管理员编制测试表格，与班级核对人数，确保不遗漏任何一位应测学生，并将测试表格发放到班级，由班主任带队现场组织参加测试。测试完成后，组织相关教师如实录入电脑并做数据分析，确保数据真实、有效，最后上报数据。

后勤安保组：主要负责健康测试和体检之前的场地器材准备及测试过程中的安全应急救护工作。

三、制订方案，认真实施

（一）制作表格

教导处依据学籍系统制作测试表格，各班级依据测试表格组织参加测试，测试组依据表格记录成绩，确保数据的准确性、真实性。

（二）组织训练

9月份，各班自行组织训练，恢复体能，利用课间、活动课、体育课、下午放学后这些不同时段，掀起一场师生、家长共同参与的锻炼热潮。体育老师组织课堂练，班主任、辅导员及家长组织学生在校练、在家练。经过一段时间的恢复性训练，学生的体能状况有了很大的提高，尤其低年级学生的提高较明显。

（三）测试阶段

9月下旬进入测试阶段。安排每天下午为测试时段，每个项目安排一个测试组。以班级为单位，学生六人一组按事先打印好的学籍名册顺序进行测试，每班测完一个项目遂进入下一个项目，测试成绩作为原始数据保存。

（四）数据录入，完成上报

数据录入组实行谁录入谁负责的原则。将学生的原始测试数据录入电脑后汇总，按照上报要求对数据进行整理、核对，确保数据的准确性、真实性和完整性，通过电脑软件转化成对应的等级，将班级、年级、全校达标情况进行统计、分析，最后完成数据上报工作。

四、多措并举，不断提升学生体质健康水平

（一）开展多样化体育活动，在快乐中提升体质健康水平

我校一年一度的“小茉莉”体育节、“乐翻天”游戏节，都是学生们喜欢的盛大节日。活动项目设置丰富多彩、形式多样，让学生在玩中学、学中玩，在快乐的氛围中提升体质健康水平。

（二）建立各种联赛机制，以赛促练

根据学生年龄特征和身心发展规律，建立各种联赛制度。通过系列联赛，使学生掌握一到两项运动技能，养成参加体育活动的习惯。培养学生兴趣爱好的同时，增强了学生的集体荣誉感，使学生体质健康水平得到提高。

（三）实行家校联合，坚持开门办学的理念

广开渠道让家长了解并支持学校体育工作。引导家长利用业余时间陪学生进行锻炼。吸收有体育爱好与特长的学生家长担任班级体测项目副组长，协助班主任更好地开展此项工作，将参与锻炼常态化。同时，我们重视学生的体育安全风险防范，要求体育教师、教练员因材施教、科学训练，并为全校学生购买校方责任险，以防学生运动受伤。

（四）建立并完善考核机制，增强责任心

经过科学训练、精准测试、数据分析，按照各班学生体质健康测试成绩的合格率、良好率、优秀率，以年级为单位设置一、二、三等奖，分别给予单项奖励，作为学期班队工作考核和体育教师年度考核的重要依据。同时，将学生的个人成绩计入《国家学生体质健康标准》登记卡和素质报告单，建好健康档案，通过学校网站、班级公告、校讯通等渠道将学生的测试成绩和等级向全校师生、家长和社会公布。

五、数据真实，成绩喜人

近年来我校学生体质健康测试成绩喜人，体质健康水平逐年稳步上升。全校总合格率一直维持在98%以上，优秀率也在逐年上升。

教育感怀

生活即教育

□ 砀山县第五中学 张 朋

陶行知先生曾提出“生活即教育，社会即学校，教学做合一”的教育理念。可又有多少人能真正地读懂这句话的道理，能从生活中悟出教育的真谛，并在教育中去践行呢？

前不久，一位特级教师在分享自己的教育感悟时提及了一件有趣的事。八个月的小外孙总是不喜欢让爸爸抱。一天下班后爸爸像往常一样张开双臂向儿子说：“亨亨，爸爸抱抱。”孩子条件反射般地把头扭向了一边。那位教师在一旁给女婿支招，“你可以试着说‘亨亨，爸爸抱你看挖掘机’。”没想到这一招果然奏效，亨亨竟然喜出外望，迫不及待地扑在爸爸的背上。孩子态度的转变让爸爸十分惊讶，待在一旁的外婆却若有所思：“什么是最好的教育，八个月的孩子给了我们最好的答案。”

同样是想抱一抱孩子，对于爸爸不同的语言，孩子给出了截然不同的反应。由排斥到期待，变化之大，意料之外却是在情理之中。细思之，“亨亨，爸爸抱抱”，只是主观表达了爸爸的愿望，对于本就不喜欢被爸爸抱的孩子来说没有多少吸引力，孩子选择拒绝在情理之中。而“亨亨，爸爸抱你看挖掘机”则大不相同，当爸爸说抱他去看挖掘机时，孩子对看挖掘机的期待大大超出了给谁抱的敏感度，所以孩子欣然往之。

反观我们的教育工作何尝不是如此？教师如果采取单方面的讲解灌输方式，学生大多不会喜欢。如若结合学生感兴趣的方式，采取任务驱动，在任务中适当加入动手操作、互动游戏、成果展示等环节，则能够帮助学生变被动学习为主动学习，变“要我学”为“我要学”。这样一来，不仅学习效果会变得更理想，学生的学习能力也会大大增强，从而进一步推动学生核心素养的培养。

故事虽短，寓意深远。愿我们每一位教育工作者，都能用心着眼于生活，于细微处品读生活，感悟生活中蕴含的教育道理，并在教育学生的过程中积极践行。努力做到以学生喜欢的方式去施教，去引领学生的发展，真正做到寓教于乐，美美与共。

教学实践

品桂香 共成长

□ 铜陵师范附属幼儿园

一夜桂花雨，满城桂花香。一次户外活动时，中一班的小朋友们在桂花树下发现满地金黄，在阳光的照射下，它们好像在闪闪发光，幼儿们都不约而同地将掉落的桂花拾起放在手心。看着他们如获珍宝的模样，我忍不住和他们开启了一场关于桂花的甜蜜约会。

探花

幼儿园有不同品种的桂花树，幼儿在拾桂花的时候，发现花朵有不同的颜色，争先恐后地互相展示。回到教室查阅相关资料后，幼儿这才得知桂花的秘密，迫不及待地向我介绍。“我的这个很香，颜色黄黄的，是金桂。”“老师，我的颜色最深，应该是丹桂。”……“老师，我们还都能把它画下来呢！”于是在幼儿园的庭院里，一群拿着画笔认真临摹桂花的小可爱们在树影的映衬下显得格外耀眼。

留花

在讨论并了解了桂花的用途后，中一班的幼儿们准备尝试一起收集桂花。一阵风吹过，桂花

也随之落下，就像下了一场桂花雨。桂花落在地上，落在幼儿的头发上、衣服上。“哇！我的头发、小手都变香啦！”掉落下的桂花全都被幼儿用布袋兜起来了，仿佛他们兜住的是整个秋天。随后幼儿们开始洗、晒、筛，迫不及待地要开启一场美食盛宴。

制花

“桂花可以做成桂花冻、桂花茶、桂花蜜……”幼儿们激情高涨，兴趣盎然地讨论着。在大家的共同商定下，我们决定做桂花茶。了解了基本的制作工序，幼儿们开始投入其中。从洗桂花开始，将已经摘下来的干净桂花放在盘子里，加点水，搓一搓，搅一搅，桂花就洗干净了。随后就是晒桂花，铺平，分开，晾干。桂花晒干后变得有点黑黑的，在老师的帮助下，加入热水，时间一点一滴过去，茶壶里的水渐渐显出颜色，桂花茶泡好了，幼儿们等不及想赶紧尝一尝。起初不敢尝试的幼儿问道：“桂花茶苦不苦？好不好喝？”在听到其他幼儿的好评后，他们也勇敢尝试了一下——有点甜又有点香。幼儿们嘴巴里都是桂花的香味，整个教室也变得香喷喷的了。

共赴一场桂花诗歌会

桂花树下，幼儿们身着汉服，一边吟诗诵曲，一边品桂花香茶，吃桂花美食，享用着自己的劳动成果，校园里回荡着幼儿们一阵阵开心的谈笑声。

特别推荐

浅谈托班幼儿自理能力的培养

□合肥经开区绿城育华蒙泰幼儿园 程姗姗

《幼儿园教育指导纲要》（试行）中明确指出要培养幼儿基本的生活自理能力。2~3岁是幼儿生长发育的关键期，帮助幼儿尽快适应幼儿园的生活，提高幼儿生活自理能力是摆在我们托班教师面前的重要任务。

一、影响幼儿自理能力发展的主要原因

（一）重智力轻能力

不能输在起跑线上，这已经是家长们的共识，从幼儿会说话、会走路开始，各种辅导班接踵而来，却忽略了幼儿生活自理能力的培养。

（二）家长的溺爱

家长溺爱孩子，提前把事情安排好，根本不需要也不舍得让孩子动手。有些幼儿可以自己进食，只是他们的手部精细度发育缓慢，勺子拿不稳，速度很慢，而且会吃得一片狼藉。有些家长性格比较急躁，索性就自己喂，不给幼儿自主进餐的机会。包办代替的做法，伤害了幼儿的自信心和自尊心，幼儿会渐渐养成依赖心理，从而妨碍了能力和独立性的发展。

（三）家长不放心

三岁左右幼儿正处于培养自理能力的关键时期。在生活中，我们常常会听到幼儿的这些请求：“我来洗”“我自己来”……但家长往往会否定：“不行，你还小……”许多家长认为孩子到了一定年龄，自然而然地就学会做事，不急于让他们自己动手，幼儿自理能力得不到发展。

二、幼儿自理能力的培养途径

在班级一日生活中，严格遵循幼儿身心发展的规律，注重个体差异，我们三位教师协同配合，采用多样方法，对幼儿进行自理能力的培养。

（一）营造宽松、安全、温馨的学习氛围

幼儿们一下子来到陌生的环境，对他们来说这是一个重大的转变，他们往往会在心理上产生恐慌和不安全感。每天周而复始的“吃、喝、拉、撒、睡”，对于成人来说是“小菜一碟”，但对于幼儿来讲，这正是他们学习和发展的重要课堂。每天幼儿们入园时，我总会微笑着拥抱每一个幼儿，蹲下来和他们说“早上好”，拉近和幼儿之间的距离。有意识地创造一个与家庭氛围相似的环境显得尤为重要。

（二）在游戏中培养幼儿的生活自理能力

刚入园的幼儿自理能力较差，但有初步的模仿能力。我们通过示范，让幼儿了解正确方法，掌握基本动作的要领，让幼儿去模仿、练习。例如洗手这件事，班级规则是饭前便后要洗手，要求幼儿独立自觉地完成这些基本动作显然很难。后来我们通过“七步洗手法”儿歌使得幼儿乐意主动去洗手，幼儿们兴趣很高，不仅学习了正确的洗手方法，语言能力也得到了很好的发展。通过训练，大部分幼儿能掌握洗手的基本方法。针对能力弱的幼儿，我们进行个别辅导，一对一地带幼儿正确洗手。幼儿喜欢玩桌面和区域游戏，我们在区角里添置了衣架，挂了一些衣物，让幼儿自己尝试叠衣服。

（三）教师树立榜样

教师是幼儿主要的交往者，与幼儿朝夕相处，教师的言行举止对幼儿有着巨大的、潜移默化的影响。儿童的天性越是得到充分的尊重，他们就越能健康快乐地成长。每天中午起床时间，我会当着幼儿的面排着队去喝水，让幼儿们也跟着我排队，培养规则意识。我也常常请家长们在家里时经常在孩子面前多劳动，让孩子们亲眼目睹劳动的过程，他们也享受到了和爸爸妈妈一起做事的乐趣。

（四）合理利用家长资源

在日常生活中，我们教师始终在强调幼儿自己的事情自己做，但仍然有个别家长缺乏这方面的教育意识。在刚开学的家长会上，我们就向幼儿家长提了一个要求，请家长们配合教师的工作，在幼儿园或在家里，凡是幼儿能独立完成的事情，家长一律不要帮他们做，或者由家长给予幼儿一部分帮助，剩下的部分让幼儿自己做。

家长是幼儿的第一位老师，要做好幼儿自理能力的培养和训练，离不开家长的配合。家园共育是针对幼儿教育的最佳途径，在让家长了解入园初期幼儿可能发生的种种表现，明白教师的教育目标之后，有针对性地配合教师共同教育。我们利用家长会、家园联系栏、电话、微信的方式与家长进行日常交流。学期末，将成长记录册发放给幼儿，让家长能够更直观地了解到自家孩子在园表现，以便更好地与幼儿园配合，从而使幼儿更快更好地达成自理能力的提升目标。

三、小结

幼儿自理能力培养的研究与实施过程中，我们为幼儿组织了各种有益的教育和游戏活动，促进了幼儿自理能力水平的提高。当然，培养幼儿的自理能力是一个漫长的过程，家长、教师需要有足够的耐心，慢慢来，为幼儿创造更多的锻炼机会。