

## CBA新赛季周末开打

## “鲨鱼”蓄势待发 只等“弗神”归来

新赛季的CBA本周末就将重燃战火,在这个漫长的休赛期中,上海哔哩哔哩大鲨鱼经历了人员变化,以及全运会的磨练,随着新鲜血液的输入,以及整个团队磨合日趋完善,球队新赛季的目标将锁定在杀入季后赛,并希望比上赛季更进一步。弗雷戴特的伤势是上海男篮面对的一大难题,而即便“弗神”复出,领略了他强大得分能力的对手们新赛季也会对他照顾得更“贴心”。对此弗雷戴特也有充分的准备,他希望伤病完全恢复后尽快登场,并率领球队打出团队型的篮球,冲击新的目标。

青年报记者 张逸麟

## 新人加盟,旧人回归

在上周五球队新赛季的出征仪式上,被誉为“最会写字的篮球运动员”的罗汉琛当场泼墨,书写了一幅“上海哔哩哔哩”的卷轴,以展现球队的决心。而罗汉琛是这个休赛期新加盟上海男篮的7名球员之一,此外孟令源、颜鹏、约什·阿克格农、罗智、董瀚麟、尼克·明纳拉斯也加入了这个大家庭。

其中孟令源是上海球迷非常熟悉的旧将,在青岛效力了两个赛季后,回到上海的孟令源感觉非常亲切,他表示这个休赛期一直在上海训练,包括在上海男篮备战全运期间也随队一起练球。在失去了重要的控卫刘晓宇后,签下孟令源和罗汉琛将在一定程度上弥补控卫位置的缺损,“离开的这些日子,也一直和蔡亮等队友有交流,融入起来也比较快,跟大家相处得都特别好,毕竟在上海男篮太长时间了,对这支球队太熟悉了。”孟令源也表示,球队

这个休赛期在防守上练得很勤,球队的默契也越来越好,“新赛季很快就要开始了,我们回去抓紧时间进行技战术磨合。”

除了孟令源和蔡亮之外,张兆旭已经成为效力上海男篮时间最长的球员了,如今还成为了球队队长,谈到新赛季,张兆旭认为这个夏天球队表现得很不错,而且有不少团队型的球员加盟了球队,“无论是在打球还是生活上,队友之间都有着足够信任,大家也会互相帮助。教练也一直在队伍中强调球队团体意识,所以我在其中多数是队员的角色,球场上也会互相鼓励。”

主帅刘鹏也认为是,上赛季在季后赛首轮出局的结果让球队很不甘心,但他也表示上海男篮要成为一支有底蕴的强队,需要逐渐的沉淀和积累,前路依旧漫漫,“今年夏天球队经过一个换血之后,需要一些时间磨合,但我们的基本班底没有变化。”刘鹏也提到了球队新赛季的目标,“希望我们今年能像去年一样积极努力,

去冲击季后赛。一个球队的崛起需要底蕴,我们需要一步步把基础打扎实,向上去冲。”

## 归期未定,弗神期待满血复活

上赛季球队进攻核心弗雷戴特也出现在球队的出征仪式上,由于之前的伤病,新赛季的开局弗雷戴特将会缺席一些比赛,球队也为此引进了黑人后卫约什。约什是CBA的外援常客,有不俗的单打和组织能力,尽管之前膝盖也有些伤势,不过问题不大,并不会缺席周日对阵广州男篮的赛季揭幕战。另一方面弗雷戴特的伤势也恢复得不错,俱乐部总经理王群透露,弗雷戴特已经全程参加训练,并会在伤病评估之后再找一个合适、安全系数最高的时间点让他复出。

弗雷戴特自己也表示,目前伤势还在恢复中,并没有一个明确的复出时间表,“还是希望自己能够尽快回到球场,我对新赛季充满了期待,”弗雷戴特说,“去年我们有一个很完美

的赛季,希望今年能够继续。这个夏天球队都在非常努力训练,希望赛季开始我们的努力就能有收获。我们非常期待新赛季,希望大家继续支持我们,希望今年能在打进季后赛的基础上更进一步。”

谈到新赛季自己有可能面对强度更大、更有针对性的防守时,“弗神”则表示希望通过更多的团队配合去化解,“新加入的球员,我也一直在观看他们的训练,都是非常棒的球员。在过去几天,我已经参与到了球队的训练中,合作还是不错的,他们都是很棒的球员,打球很无私,并且希望去赢球,很高兴和他们一起合作。”

确实在明星球员刘晓宇、亚布莱塞离队,“弗神”被越来越被对手熟悉的情况下,球队将更多地依靠团队的协作,并且加强防守去迎接新的挑战。值得一提的是,董瀚麟的加盟将夯实球队的内线,与张兆旭、明纳拉斯一起组成上海男篮内线大闸。

## 校 园 讯 息

## 上海市金山区石化第五小学开展数学节系列活动



察能力、动手能力以及合作能力。

三~五年级的同学们有的通过将正方体展开图折一折来寻找正方体的三组对面,有的根据正方体特征自己动手制作正方体展开图。通过不断地尝试,积累经验,并在正方体展开图上展开想象找到正方体的三组对面……通过活动,学生的空间想象能力得到了提升。

此次数学节活动,从一年级的区分图形的形状、颜色、大小到二年级的动手折长方形、正方形以及三~五年级的自制正方体展开图并找出正方体的三组对面……学生玩的不亦乐乎。



本周数学节的活动围绕“走进图形世界”展开活动。一年级小朋友们通过观察自己手中的图形宝宝,对比房屋上的“图形门牌”来找到图形宝宝的,通过仔细地观察、比较,小朋友们正确地识别了各种图形的形状、颜色和大小,都将图形宝宝们正确地送回了家!活动中孩子们学会了用数学的眼光观察图形。

二年级开展了“趣味折纸”的活动。同学们根据已经掌握的长方形与正方形的相关特征,在不使用直尺与三角尺的情况下,通过尝试各种方法折长方形、正方形。活动过程中,同学们积极开动脑筋、协同合作、各展身手。此次的活动,培养了同学们的观

崇明区前哨学校举办  
“我是光荣的少先队员”纪念建队68周年主题活动

近期,崇明区前哨学校组织开展“我是光荣的少先队员”建队68周年纪念日主题队日活动,培养队员文明规范的仪式之礼。通过宣传表彰优秀队员,树立榜样,培养队员的社会主义观念和优秀品德;组织六年级少先队员佩戴大号红领巾,增强“领巾大责任大”的意识,让每一个少先队员都度过一个愉快、充实、难忘而有意义的建队日,使少先队活动更加规范,少先队组织更加具凝聚力。

活动早期,前哨学校大队部就进行了活动方案

的制定工作,并通过学校电子屏、国旗下讲话以及红领巾广播站进行宣传。

10月13日活动当天,伴随着《红领巾之歌》,在大队辅导员热情洋溢的欢迎词中拉开帷幕。规范的三级报告和庄严地出旗,在场的每个人都感受到少先队组织的独特魅力。随后,六年级少先队员们在辅导员老师的帮助下,戴上了鲜艳的大号红领巾。队员们取下小号红领巾,细心叠好并珍藏在自己的口袋中,留作纪念;当把大号红领巾佩戴在胸前的那一刻,队员们意识到人大领巾大、人大责任大。紧接着,少先队员们在大队辅导员的带领下宣誓。

随后,德育校长蔡永新表彰优秀队员,意在树立榜样,培养队员的社会主义观念和优秀品德。活动接近尾声,前哨学校校长崔淑杰作重要讲话,并向少先队员们提出几点要求。最后,由党支部书记范含信带领大家呼号,为本次活动画上圆满的句号。

仪式虽然简单,但极具意义。愿学校的少先队员继承和弘扬少先队员的光荣传统,增强自豪感和使命感,加深对祖国的认识和热爱。

## 奉贤区金阳幼儿园举行“我爱祖国”儿歌诵读乐舞台活动



为了增强幼儿自信,增进亲子之间的感情,给幼儿一个锻炼胆量、展示自我的平台,金阳幼儿园每月一次的“乐舞台”活动开始啦!近日,金阳幼儿园举行了“我爱……”儿歌诵读乐舞台活动。本次活动分为小、中、大三场,分别围绕“我爱幼儿园”、“我爱家乡”、“我爱祖国妈妈”三个主题进行。由陆华、张赫、董婷婷三位老师分别主持,小班、中班和大班的孩子参与了表演。

晶晶部的活动在星星一班的儿歌《我爱做早操》中拉开了序幕,小朋友们精神抖擞,不止声音响亮,还很有感情……接下来的《老师像妈妈》、《爱上幼儿园》、《好宝宝不要妈妈抱》、《我的朋友在哪里》、《幼儿园里真快乐》等儿歌朗朗上口,小朋友们那自信的神态、惟妙惟肖的表情、充满稚气的童真赢得了全体

老师和幼儿的阵阵掌声。

阳阳部的活动在多功能厅举行,大班段幼儿率先拉开儿歌诵读会的帷幕,选用优美的背景音乐,将朗诵与表演融为一体,句句铿锵有力,表演精彩纷呈,吸引和打动了在场的小朋友和老师们。老师用手机记录下了孩子们的童趣稚趣,一起见证了他们的成长和进步,孩子们的欢声笑语凝聚成了最温馨、难忘的瞬间!最后大班教师带来的诗朗诵《国家》,孩子们雷鸣般的掌声把活动推向了高潮。

中班段幼儿也不甘示弱,儿歌《家是什么》、《小风筝》、《忆家乡》、《我爱家乡我爱祖国》、《我爱我的家乡》、《我爱祖国》、《我爱我那美丽的家乡》7个节目精彩纷呈,高潮迭起。孩子们那自信、自强的表演,充分展示了幼儿健康活泼、蓬勃向上的精神风貌。中班组教师的集体朗诵也充分感染了幼儿,孩子们的掌声久久回荡在我们的耳畔。

这次儿歌诵读活动,不仅为幼儿提供了一个展示自我的平台,还提升幼儿的语言表达能力,更重要的是培养了幼儿的自信和勇气。让原本羞涩、胆小、不愿意在集体面前表现幼儿过渡到了说、能说、会说、敢说。同时增强幼儿“我是中国人”的自豪感,使幼儿潜移默化地受到一次生动的爱国主义教育,培养幼儿从小热爱祖国的美好情感。

上海市嘉定区外冈小学  
接受上海市“小学体育兴趣化”试点校评估验收

外冈小学是上海市“小学体育兴趣化”教学试点校,2017年10月10日下午,学校接受市体育评估专家组对“小学兴趣化”试点工作进行评估验收。

专家组严格根据评估流程,查看了学校的课改计划、实施方案、课程建设及校本特色等实践资料。

教师徐金珠对专家组展示了《投掷反弹球》三年級体育课。新奇的器材设计,主题式情境的创设,趣味盎然的教法,不仅激发学生的积极参与,

也深深吸引了专家的眼光。

专家们察看学校的基础体育设施以及全校课间跑、课间操和体育课。全校师生队列整齐,口号响亮;校本田径操动作设计中都注入了田径项目元素,颇具特色。活动课开始,各班按照划分的区域自主组织游戏,活动项目丰富多彩。

校长高红卫向专家组就外冈小学“小学体育兴趣化”试点建设工作进行详细汇报,具体介绍了校园体育设施建设、教学平台的搭建、校本课程的建设、“4+1”课程的安排等方面的实践做法,专家组对学校能把体育兴趣化的理念贯穿于体育健身全过程的做法表示非常赞同。高红卫表示,“小学体育学科兴趣化改革”没有现成路可走,也没有现成经验可以直接借用,在今后的教学工作中,学校将不断加强实践探索,进一步改进教学手段,丰富活动课程,提高教学效果,逐步形成具有外冈小学特色、又可供兄弟学校广泛借鉴的小学体育兴趣化改革课程和教学方法,让兴趣化体育带给学生一个快乐、多彩的童年。

区小学体育教研员李文峰全程参加了评估验收。