

这所学校体教相长 人人都有技能

刚刚闭幕的上海市第16届运动会上,松江七中收获满满,获得28块金牌,共计82块奖牌,金牌数在松江区占比四成。松江七中校园里,有一句耳熟能详的流行语——“让运动员去读书,让读书人去运动”。体教相长,不仅成为学校发展的双翼,也让学校成为百姓口口相传的家门口的好学校。

记者 朱筱丽



每个学生至少掌握三项体育技能

前不久,松江七中学生夏奕炜从众多候选人中脱颖而出,荣获2018上海市年度最佳体育达人奖。足球赛场上,这位阳光少年是对手眼中敢于拼搏、从不言弃的优秀球员。夏奕炜不仅多才多艺,成绩优异,还热衷参与公益活动,是小伙伴眼中的“足球队长”“体育部长”“飞机迷”。足球占据了夏奕炜学习生活中很大一部分时间,踢足球会影响学习吗?如何做到平衡学习和兴趣?夏奕炜说:“在日积月累的实践和摸索中,我找到了一个高效的学习方法——与时间‘竞赛’。”

在校长刘琳看来,体育运动不但能强壮学生身体,还使他们精力更充沛,提高学习效率。所有的压力都能在运动中得到释放,学生既富有竞争精神,又具备抗挫能力。为了提高体育运动的受益面,松江七中还要求每个学生至少掌握三项体育技能:预备年级人人要学游泳,初一年级学武术,初二年级学打羽毛球。

天天有体育课,周周有体育赛

为了保证学生每天一节体育课,学校开发了一系列受学生欢迎的特色课程,让所有学生走出教室,走进运动场,真正实现自主发展。学校体育组和教练组共同合作,实现了跳绳、游泳、健美操、跆拳道和啦啦操等课程的开发和实施,保证学生人人能动起来,都有机会参与表现。全校每个班级以班为单位,选择一项学生们最喜爱或最擅长的体育运动,作为班级特色体育运动,了解运动项目的文化底蕴和比赛规则。

如今,松江七中体育教学已从服务体育后备人才的“少数人”,转变为服务在校每一位学生。学校在这些课程普及的基础上组建了运动队,代表松江区参加上海市乃至全国的各级各类比赛,均取得优异的成绩。

把体育精神运用到学习生活中

日常训练不但没有影响体训班学生的学习,反而让他们学得更轻松、更有效。

松江七中体训班田径运动员邢智凯初一时,学习成绩出现了严重退步。他的教练石会找他谈心,分析原因,鼓励他努力学习。“学习不能落后,否则受到停训处理,是最难接受的。突破自我,才是运动员应有的品质。”邢智凯说。

虽然训练很辛苦,但学习上他一点也不敢放松,经常课后找老师释疑。2018年中考时,邢智凯以中考成绩590.5分被松江二中录取,同时被评为松江区“三好学生”。今年上海市第16届运动会上,他在男子甲组4x400米接力中获得亚军,打破了上海市少年组纪录。

学生运动员首先是学生,其次才是运动员,学习是首要任务。围绕体教结合特色,学校开发了20多门校本课程,以读书节、体育节、艺术节、科技节和学科节为抓手,开设了几十个兴趣小组和社团。

虹口中小学串起育人“同心圆”

记者 朱筱丽

作为虹口教育“十三五”规划的重点项目,区教育局制订的《虹口区中小学培育和践行社会主义核心价值观五年行动计划(2016-2020)》成为全区中小学在过去两年间探索特色育人的“指南针”。

去年一年,虹口区所有中小学均参与了子项目的申报,其中14个项目已经孵化为市德育协会课题。通过这一计划的实施,全区在课程育人、文化育人、活动

育人、实践育人、管理育人、协同育人方面逐渐形成了以深化课程教学改革为“内圈”,以整合校内及网络育人资源为“中圈”,以构建家庭、学校、政府、社会协同育人机制为“外圈”的育人“同心圆”。

据了解,通过“彩虹计划”七大工程的实施,具有虹口特色的五育并举培育模式正在满足广大学生成长中的多元需求。下一阶段,除了持续推进“彩虹计划”外,虹口区将持续落实学生综合素质评价,尤其是

充分利用区内丰富的历史文化资源,开发各类型教育实践基地,通过社会考察、研学旅行、职业体验、志愿者服务,引导学生学以致用,了解社会、规划人生。

同时,将在全区中小学校中建立“1+N”携手共建机制,充分发挥家庭教育示范校、基地校引领辐射作用,其他各校与先行校牵手,形成“互助学习、共建共享”的学校家庭教育指导工作氛围。