



建构“邮乐”体育落地“双减”服务

□ 市秦邮初中 俞爱民

市秦邮初中贯彻落实《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》精神,近年大力实施“邮乐体育”课程改革,追求“让每一个生命绽放乐学的色彩”的价值取向,2022年4月被评为江苏省体育课程基地学校(高邮市唯一一所学校)。

“邮乐体育”的“邮乐”有两层含义:1.取校名中的“邮”字,以“秦邮初中、快乐体育”打造我校特色体育文化。2.“邮乐”谐音“游乐”“有乐”,也就是游玩有快乐的意思,追求体育教育的真谛。

“邮乐体育”课程项目成立后,开展了一系列课程建设实践活动,取得显著成效。具体做法如下:

1.“邮乐体育”校本化,精彩呈现趣味运动

学校创新体育课堂教学,突出“乐学课堂五环节”,即:情境创设——趣动探究——交流互助——训练体悟——拓展积累。积极开发符合现行教材、符合校情学情的“邮乐体育”校本课程,如:《趣味田径》《健美体操》《邮乐足球》《合力篮球》等。我校在每天“阳光体育一小时”活动中,组织学生参加“邮乐体育”

活动与竞赛,如师生趣味田径赛、健身操比赛、篮球足球艺术节以及篮足球师生联谊赛等,内容丰富、精彩纷呈,全员参与、增进友谊,丰富校园生活、形成学校特色。

2.“邮乐体育”项目化,自主选择爱上运动

学校执行课后延时服务政策,秉承让学生“快乐健康动起来”的理念,设置包含趣味田径、足球、篮球、体操、乒乓球、羽毛球、排球等二十多个体育项目,超市式呈现,学生根据自己的兴趣爱好和特长,自主选择,快乐运动,自由发展。在乐学体育课堂教学中,让学生在玩中学,在学中玩,爱上体育,爱上运动,促进学生在情感、体能、认知、品质、能力等方面健康发展,逐步树立并养成良好的锻炼习惯。

3.“邮乐体育”数字化,丰富资源趣享运动

学校不仅创造良好的体育健身环境,还建立数字化的“邮乐体育”课程资源中心,打造了体育共享平台,即:(1)建设“邮乐体育”创意体操活动中心,感受运动之美;(2)建设“邮乐体育”足球实践体验中心,感受运动之强;(3)建设“邮乐体育”篮球专项训练中心,感受运动之力;(4)建设“邮乐体育”趣味田

径训练中心,感受运动之趣。

4.“邮乐体育”竞技化,拼搏进取屡创佳绩

秦邮初中“邮乐体育”如火如荼地开展,学生综合素养不断提升,大大促进竞技体育成绩节节攀升。学校各运动队在省、市级大赛中多次摘金夺银创佳绩。王长婷同学在江苏省第19届运动会上夺得3km和5km竞走冠军,王景同学于2021年4月获得省中学生田径运动会女子跳高第三名;2017—2019年我校田径队连续三年获得高邮市中小学生田径运动会初中组团体冠军,多次代表高邮参加扬州市及省比赛,取得省团体第八名,扬州市团体第三名的佳绩,期间涌现出一大批优秀选手:如晏文婧(国家竞走二级运动员)、于孙峰(国家100米二级)、王亮、周佳乐、庞昊、李佳欣等;2021年11月我校男女足球队参加高邮“市长杯”足球赛双双获得亚军;男子篮球也获得高邮市第四名的好成绩。学校的体操更是连续四届获得高邮市初中广播操比赛团体第一名,多次参加市级开幕式团体操表演,被誉为“扬州第一操”。

建构“邮乐体育”,落地“双减”课后服务。秦邮初中实现了“邮乐体育”课程教学的重重价值——潜能激活、素养建构、愉悦个性,形成师生自我追求、自我运动、自我健康的自驱动的生动局面。“邮乐体育”正引领秦邮初中由体育强校向体育名校迈进,从学校特色向特色学校迈进。

暑假小记

□ 瞿毓灿

爸爸妈妈一起来到了扬州梦幻之城,虽然占地面积不大,布置得很精致,各种游乐项目应有尽有。其中,令我印象最深刻的就是一进大门便映入眼帘的旋转大滑板了。在家里玩手指小滑板,这个大滑板一下子就吸引了我的注意力,看起来也不是特别惊险,好奇心驱使着我不由自主地向前走去。我站好位置,待工作人员按下“开始”按钮后,滑板便开始缓缓滑行。刚开始我十分轻松,微风拂面,欣赏着风景,真是惬意极了。随着速度的加快,我的眉毛也随之紧皱,不由自主地绷紧了身子,不过我很快就适应了,悬着的心也慢慢放松下来,反而觉得特别爽快。体验结束后,我开始忽悠妈妈,说:“这个项目一点也不令人害怕,也不是特别刺激,还挺有意思的,特别适合你,要不我陪你上去玩一次?”妈妈听后有些犹豫不决,我不管三七二十一,软磨硬泡拽着她上。很快,滑板又开始缓缓运作,妈妈却面色凝重,眉头紧皱,露出恐慌的神色。随着速度加快,妈妈眼睛紧闭,情不自禁地大声尖叫,甚至直接坐在了地

上,令人哭笑不得。大型“社死”现场,我只能用大笑缓解场面的尴尬。当然,除此之外还有许多项目,如碰碰车、旋转飞椅等,每一个项目都十分有趣,令我流连忘返,回味无穷。

走进“大运馆”,探访大运河“前世今生”。大运河博物馆位于扬州三湾古运河畔,外形犹如一艘扬帆起航的巨轮。而“中国大运河博物馆”这八个字可是由唐代书法大家颜真卿“题写”的哦,不过是在他的作品中收集了这八个字而组成的。馆内一共有十三个展厅,我最喜欢第三和第八展厅。第三展厅是大运河古街印象。这个展厅还原了一个真实的历史场景模样。在这里,我仿佛置身于历史中,古代广陵街道的繁华热闹尽览无遗。第八展厅主题是“河之恋”,360度全息投影,席地而坐,感受四季变化,沉浸式的体验,令人震撼。其他展厅也都各有特色,从历史文化的变迁中感受到大运河的魅力。

当然,暑假里还有许多有趣的事情,看有趣的电影,吃美味的大餐,做适当的运动,读自己喜欢的书……

明天,我就要踏进初中的大门,对于初中生活颇有些兴奋,却又带着一丝紧张。我要给自己鼓鼓劲——瞿毓灿,加油!

一片的火烧云,仿佛玉皇大帝的金銮殿一样,富丽堂皇。水面上镶嵌了橙色和金色,日光闪耀,波光粼粼。

不一会儿,火烧云开始卷起来了,像翻腾的海面,或深或浅,呈粉色、紫色和蓝色,在空中变化,让人心旷神怡。过了一会儿,天空变得红彤彤的,似火一般。再看下方,湖堤旁碧绿碧绿的小草被染成了红色,蓝色的野花变成了紫色。在湖堤上玩耍的孩子,身上也镀上了一层金黄,仿佛穿上了金色的盔甲一样。

火烧云是个魔术师,变化可真多。一会儿出现一个城堡,一会儿远处飞来几匹骏马,一会儿近处又升起几座佛像……我正陶醉其中,工作人员叫我,我恋恋不舍、小心翼翼地顺着陡峭的木梯,扶着木栏杆下了塔。

指导老师 赵明星

老家的绿色

□ 市汪曾祺学校九(13)班 姜亦杨

总能创造出许多美味。每当我狼吞虎咽的时候,奶奶总在一旁微笑着看着,额头上布满了刚才在厨房忙碌的汗水。

奶奶比我整整大50岁,在我10岁生日宴上还被戏称为“非常6+1”组合。她整天乐呵呵的,午后总喜欢去老年中心搓一搓麻将。用爷爷的话说,奶奶是去发展自己的“事业”。的确,每次回来后,奶奶心情更好了,看上去也更加年轻,就像盛夏里的黄瓜,郁郁葱葱,生机勃勃。

在我的记忆里,我的童年是在奶奶家中,在一阵阵欢笑中度过的。后园是我的“百草园”。每当奶奶在厨房里忙活着时,我总会抱着“小卡车”,溜到“百草园”里,铲一铲瘦弱的小草小花,经常弄得满手是泥。很快,那熟悉

一、区角游戏的定义与教学价值

区角游戏是根据幼儿的成长规律和心理需求而开展的趣味游戏活动,儿童可以在经过精心布置的区角空间中自主游戏、学习、社交、探索,区角游戏提供了一个自由玩耍的趣味空间,以游戏代替学习,孩子们在游戏过程中会逐渐形成认知,大脑、肢体、思维、想象、表达等方面的能力都在无形中得到了锻炼。

二、区角游戏中幼儿自主游戏环境创设方向

(一)开放自主

为了充分挖掘出幼儿的自主学习潜能,有效推动他们全面发展,在区角游戏空间中尽可能保持充足的流动性和开放性,孩子们在区角游戏区内玩耍时,可自由探索、穿梭、走动,寻找自己最喜欢的游戏区域玩耍。

(二)选择多样

幼儿的个性、需求、喜好都有着差异性,为了让幼儿能够自主参与区角游戏,就要给他们提供足够丰富的选择。例如,性格安静、内敛的幼儿偏好建构、手工、绘画等游戏,而另外一些孩子则较为好动活泼、喜欢探索,那么区角游戏的环境就应当包含不同功能的活动区域。

(三)行为疏导

在幼儿自主游戏过程中,教师可作为孩子们的指导员和领航员,在他们需要帮助的时候伸出援手,或给予意见、建议、示范。如此一来,幼儿自主游戏会进行得更加顺利,遇到困难可以找老师,有利于增强幼儿自主玩耍的积极性。

三、区角游戏中幼儿自主游戏环境创设策略

(一)提供丰富游戏材料,激活游戏兴趣

构建适合幼儿自主游戏的区角活动环境时,应当在各个区角空间中放置与主题相关的材料、玩具、辅助工具,种类齐全丰富,色彩鲜艳,富有童趣,以此来吸引幼儿的关注和兴趣。

以幼儿园建构区角环境为例,在布置和规划此类区域时,不仅要给予幼儿充足的活动、玩耍空间,地面应当以软垫、泡沫垫、榻榻米铺设,以免幼儿跪、坐、躺、爬时受伤。建构材料可分层摆放,或围绕整个区角的周边,围成半圈的形式摆放材料框。另外,教师还可利用生活消费品制作一些建构材料,打造出有趣、多元的区角游戏环境。

(二)打造开放自主环境,引导幼儿互动

可将有着共通性的区角游戏区划分在一起,或邻近,动静分离,这样幼儿在自由玩耍的时候对其他区域孩子的影响较少,同时也满足了儿童想要走动、探索的好奇心。

例如,在布置区角游戏环境时避免使用严密封闭的栏杆、隔板,可半开放地将不同区角空间分割开来,如低矮的成排木凳、可以透过视线的大格储物柜或是不同色彩的地面软垫。

(三)创设主题区角空间,满足幼儿需求

除了上述两点策略之外,可为每一个区角空间制定主题,以主题为核心去设计和布置区角环境,增加空间的趣味性和独特性,主题鲜明,乐趣无穷。以《童话小屋》区角手工游戏为例,教师可将整个区角分为上中下三层,以绿色塑料草坪为底,上方可挂上吊篮、挂钟、树干、树枝,将整个区域打造成为一个充满自然气息的树屋,中间摆放树桩形的圆形桌椅以及白色的栏杆。在椅子旁边有数个篮筐,幼儿可自由选择材料制作一个属于自己的童话小屋。

当幼儿完成自己的手工、积木、绘画作品后,教师应当及时表扬和鼓励他们,帮助幼儿建立自信心和成就感,有效推动幼儿身心健康成长。

小区角游戏中幼儿自主游戏环境的创设

□ 市实验小学附属幼儿园时宏宇

颠球

□ 市汪曾祺学校小学部三(2)班 陈冯翼

一次体育课,我从体育器材室里拿了一副球拍,两个乒乓球,对好朋友张桐桐说:“桐桐,我们来颠球吧!”说完,我就迫不及待地连续颠了7个。我旁边的张桐桐却低下了头,吞吞吐吐地说:“我……很久没练了,我……我怕……颠不好,你还是去找别人颠吧!”

“不要担心,咱们是朋友,你不会,我可以教你呀!你先颠给我看一下,然后我再指导你。”

她听了我的话,抬起头,似乎充满了信心。她握着球拍开始颠球,“啪”的一声,乒乓球腾空而起,打在了天花板上。

“哈哈,大家快来看呀,张桐桐太厉害了,把球颠到了天花板上!”一边的朱皓晨看见了,忍不住大笑起来。冯洋也在一边大喊:“张桐桐,颠球不会颠,球飞天花板。陈冯翼,你不要教她了!”我听了,生气地喊道:“安静!张桐桐不会,打在了天花板上又怎么啦?张桐桐,我们走,不理他们!”

我把她带到了一个空地。“我刚才看了,你颠球的时候过于用力,可以当球在空中的时候,用眼睛看一下球大约落在什么地方,然后轻轻一颠,不要用太大的力气。”我重新颠了一下给她看。她又开始练习颠球,“1、2、3。”这次,她颠了3个。

“陈冯翼,我怎么还是这么少啊?”

“已经进步了,别灰心!你刚才颠得还是有些高了,要再低一点。”

经过我的多次指导,张桐桐慢慢掌握了诀窍,从原来颠3个变成了6个,6个又变成10个……

看着她终于会颠球了,我心里甜津津的。