

每天一节体育课 在校锻炼1.5个小时 这所中学是怎么做到的?

体育课不稀奇,可是“大体育”听上去很新鲜。近日,镇海区澥浦初级中学提出了“大体育”的概念,不但保证每天一节体育课,而且还开发中午的体育休闲时间,学生每天的体育锻炼达到1.5个小时。与此同时,澥浦中学还在体育教育上面采取分层模式。

□现代金报 | 甬上教育 记者 王伟 通讯员 沈玲平 钟双凤



学生在打篮球。通讯员供图

关键词:每天1.5小时

今年,澥浦中学实现每天一节体育课,在开足开齐各门学科课程的同时,全面整合学习时间,保障每个班每天有一节体育课时间。同时,根据学生需求,学校又开发中午的体育休闲时间,每个学生每天的体育锻炼时间达到1.5个小时,即每天一节40分钟的体育课、30分钟的体育大课间,以及中午20分钟的体育休闲时间。

这里值得一提的是中午20分钟的体育休闲时间,学校的篮球场、排球场、田径场、乒乓球台、体操器械区等遍布师生生活的身影,阳光下的校园充满健康的欢笑。

关键词:2+3模式

所谓2+3模式,“2”是指常规的体育课,课堂教学突出“学、练”,实现以学明练,以练促学;“3”是指大体育课,每个班每周会有3节大体育课,大体育课是整个年级同时进行,学校根据学生的能力及特点进行项目化、层次化的分组选项教学为主,突出“练、赛”,实现以练代学,以赛促练。

以初二体育课为例,结合澥浦中学的排球教学来说,澥浦中学体育团队积极推进“排球大单元”教学,以让每一个学生都能掌握排球运动技能为目标,教学中根据学生的排球水

平,从高到低分成五大组。水平最高的组可以自行开展排球比赛,水平较低的组通过单一技术和简单组合技术的学练,提高技术动作水平。各水平层次学生分别练习适切的内容,符合最近发展区理论,改变以往“教师教”为“学生学练”。

这一举措,是对传统体育课程的革新,是对“因材施教”的大力诠释,更是对每一位学生身体素质的担当负责。

关键词:学练赛评

为保障“大体育”课程模式有序、高效、高质,学校全力构建基于“学、练、赛、评”一体化的校园体育群体活

动。近期,澥浦中学组织各班级进行“两操”及“室内操”班级竞赛。声势浩大、整齐划一的跑操比赛令人眼前一亮,眼保健操比赛更是将体育教学落实到了细节。

澥浦中学校长杨峰表示,学校将以大体育课程体系建构为抓手,全面推进体育工作发展,同时促进区域内的衔接和联动,把学校建成最具体育特色的健康乡村学校,把学生培养成为身心健康、有一至两项运动特长、具备一定的运动风险防控能力、具备高尚体育道德的健康学子,同时把学校“大体育”课程模式作为一种范式,探索以体促教、以体育人的五育并举闭环式育人模式。

用古诗的真善美来育人 小学生吟古诗游宁波 美翻了

本报讯(现代金报 | 甬上教育 记者 俞素梅 通讯员 池瑞辉)“独有宦游人,偏惊物候新。云霞出海曙,梅柳渡江春……”六年级的小女生,身穿汉服吟诵着古诗,在小视频中向人们介绍着鼓楼上“海曙楼”名称的来历。这是海曙区广济中心小学拍摄的“寻踪先贤品历史 跟着古诗游宁波”系列微视频,无论是画面、诗文,还是小学生们吟诵古诗的模样,美不胜收。

4月12日上午,骤雨初歇,该校404班四个小学生和语文老师董菁菁一起,来到一个拍摄点——月湖公园的芳草洲。师生们围绕着“芳草洲”这一名字和月湖的诗文研讨起来,旁边有摄像团队拍摄师生们的一举一动。系列微视频就这样诞生了。

“经典古诗,是引领孩子熏染并传承中华优秀传统文化精髓的良好载体,诗教一直是广济的课程特色之一。今年是宁波建城1200周年,坐落于月湖景区附

近的广济,周边有天一阁、贺秘监祠、鼓楼、天封塔、城隍庙等宁波文化古迹环绕。于是,我们就想以小学生的视角,通过实地探访的方式,用现在人们乐于接受的小视频创作手法,跟着古诗游宁波,品味古诗中的真情实感,涵养性情,习得活的文化,既培养古文语感,丰厚人文素养,又能树立起对家乡的文化自信,传递经典古诗中真善美的价值追求。”校长黄铁成介绍,系列视频第一期精选宁波历史文化中的典型进行拍摄,后期将逐步增加。

据悉,视频经制作后,将分发给全体广济学生学习,学生们可以在之后的校园诗歌节中举一反三地创作。同时还将分享给集团学校以及陕西、贵州、丽水等地的结对学校,让孩子们不仅跟着古诗游宁波,还将跟着古诗游中华,让童心在经典诗歌真善美的润泽下,开发出温柔、敦厚、诚挚、向上的力量。



一名女生在介绍“海曙楼”名称的来历。视频截图



萌娃用脚丈量“霞客路”

本报讯(现代金报 | 甬上教育 记者 钟婷婷 通讯员 陈聪群)近日,宁海县实验幼教集团的孩子们在徐霞客大道开展一场以“春天的马拉松”为主题的拉练赛。老师将路线分成3公里和2公里,1500余名萌娃用双脚去

丈量“霞客路”,感受家乡美景。家长们表示,自家孩子能独立完成挑战,让自己刮目相看。希望这样的活动能多举行几次,这样不仅能锻炼孩子的意志力,也能培养孩子坚强的品质。

杭州点实科技有限公司减资公告 经本公司股东会(出资人)决议决定:本公司注册资本从500万元减至100万元。请债权人自接到本公司书面通知之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保。逾期不提出的视为其没有提出要求。特此公告	杭州前川汽车租赁有限公司减资公告 经本公司股东会决议:本公司注册资本从7800万元减至100万元。请债权人自接到本公司书面通知之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保。逾期不提出的视为其没有提出要求。特此公告	温州市龙湾状元奇达标准件加工场遗失温州市龙湾区市场监督管理局2016年09月09日核发注册号为330303601118187营业执照正本,声明作废	杭州真棒鸭品牌管理有限公司减资公告:经本公司股东会决议,将注册资金由5000万元人民币减至10万元人民币。请债权人自接到本公司书面通知之日起30日内,未接到通知书的自本公告之日起45日内,有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保,逾期不提出的视为其没有提出要求。
杭州墨韵科技公司遗失公章一枚,声明作废	南京工程高等职业学校本人:朱家欣收据丢失编号2301321金额柒仟伍佰元整现声明作废	南京铁道职业技术学院郭益彤遗失就业三方协议,编号202176965951声明作废	公告 我单位于2021年4月14日-2021年5月09日,需在学院北路(学院北路与花岗街交叉路口以南南侧147米),学院北路(学院北路与留祥路交叉口以南南侧247米)开设二处规划道口,需开挖人行道:120m。对此施工中给行人带来的不便深表歉意,敬请谅解!杭州市拱墅区城中村改造工程指挥部 2021年4月13日
台州环航进出口有限公司遗失财务章一枚,声明作废	陈泽涛遗失广东警官学院学生证,学号2017300114 0305声明作废	陈晓明遗失广东警官学院学生证,学号201930021 40231声明作废	徐应红遗失天津农学院学生证,学号1904054224,声明作废。
杭州公众房网信息科技有限公司遗失2024371号一式二联,声明作废	杨毓坤遗失广东警官学院学生证,学号20193002 140232声明作废	吴享微遗失广东警官学院学生证,学号20183101 140530,声明作废	
杭州索尔进出口有限公司遗失备案财务章、法人章各一枚,声明作废	遗失山东中医药大学姜丽媛学生证,学号2020111218,声明作废	金晓蓉遗失台州中升晨隆汽车销售服务有限公司的收据一张,收据号码3263216,金额为5000元,声明作废。	
本人赵太喜遗失杭州农发出租汽车有限公司服务质量保证金收据1份金额3000元声明作废	黄艺玲遗失浙江中医药大学滨江学院学生证,学号202023211302013,声明作废	刘月柔遗失南宁师范大学研究生证,证号:19000107,声明作废。	
		浙江省隧道工程集团有限公司不慎遗失爆破员证书一本,姓名李震霖,身份证号4303811992*** *2314,证书号3301054310 00155,现登报声明。	