

东钱湖中心小学全面推进和丰富课后服务内容。

鄞州



C 运动式“学伴”之旅 亲近自然、强身健体

镇海区崇正书院四年级六班“争先学伴小组”的活动记录表显示,这个小组由5名学生组成,9月4日活动的主题为“FUN RUN”环湖欢乐夜跑,带队的是组长樊诚轩的爸爸。

“几个孩子商量第一次‘学伴小组’活动要开展运动,我儿子征询了我的意见。因为我自己比较喜欢跑步,就建议他们可以迎着秋风夜跑,再者可以欣赏同心湖夜景。没想到,几个孩子采纳了,并且邀请我领队,我就和他们策划了这次活动。”樊爸爸似乎对跑步颇有研究,“我们这次夜跑耗时16分钟,5位小朋友跑得都比较好。其中陈一伊、陈俊豪两个小朋友跑姿、体能都挺好的,我儿子和韩旻希小朋友比较兴奋,跑的过程中玩闹打乱了节奏,王楚瑜小朋友跑到1公里的时候呼吸有点掌控不好。不过,孩子们能一起跑2公里,是非常不容易的事情,大家都值得表扬。”

陈一伊在活动表中这样描述她的第一次“学伴小组”活动:“这是我人生中的第一次夜跑。夜晚的风吹在脸上,凉丝丝的,非常舒服。小伙伴们你追我赶,感受运动带来的快乐!我们约定好,以后每周一晚上都来夜跑,相信这不仅能够锻炼我们的身体素质,还能培养我们养成坚持的好习惯!”

据了解,该校四年级有的“学伴小组”还将活动时间延伸到了周中,放学时已经完成了作业的孩子们会召集相同爱好的同学或同小区内的朋友,开展包括跑步、跳绳、篮球、乒乓球等在内的体育活动,有的小组计划在周末、国庆节开展由家长带领的徒步、登山、露营等亲近自然的户外体育活动。

“‘双减’后,我们希望学生能抬头欣赏美好的世界,拥抱清新的自然,通过运动拥有更强健的身体。让他们能在集体活动中,共同成长,相互鼓励,互帮互助,我想这是‘学伴小组’的意义所在。”该校教师发展中心主任葛志燕表示。

据了解,镇海区各小学已制定了“学伴小组”的“一校一策”,以提升学生的综合素养为目标,在尊重本校学生学情的基础上,充分挖掘学科特点、校园特色,整合优化社区资源等,开展形式多样的“学伴小组”活动。在“双减”政策下,走出教室,走进自然,走向社会,和形形色色的人交流,在丰富多彩的活动中学着成长。当然,目前各校在这方面还多处于探索阶段。

经过多年探索,鄞州的课后服务如今也已呈现出多元化趋势,各校都有一些经验积累。当下,伴随着校内课后服务政策的落地,中小学生在时间增加,课后服务时间延长。如何积极落实“双减”精神,利用课后服务时间发展学生个性与特长,加强近视防控,是许多学校当下正在思考的问题。近日,记者走访鄞州区多所中小学校,发现他们在开设丰富的扩展课程基础上,正在给体育社团活动做“加法”。

德培小学教育集团 参加体育课程的学生 比原先增加了6倍

“走!打羽毛球去喽!”
“嗨,今天我们班和你们班对战篮球哦!”

9月22日下午第三节下课铃声一响,德培小学教育集团的孩子便成群结队地从教室里涌向体育场。

这是本学年起,该校课后托管的一道“新风景”。为了让学生在完成常规的课后作业以外,有更多机会参加各类体育户外活动,德培小学教育集团特意将原先每周三的校级精品社团,推广到两个校区的各个年级,在课后托管期间新增体育类课程12个班,其中手球、飞镖、足球、乒乓球各1个班,轮滑、空手道、健美操、羽毛球各2个班。此外,一年级全体新生每周还要参加一次以篮球操、绳操为主的体能训练。据统计,在校参加各类阳光体育课程的学生数比原先足足增加了6倍。

因为开设班级的增多,给活动场地的提供带来了一定的困难。除了设施齐全的功能室和体育场馆,该校还充分利用学校的每一个角落,如迎宾大厅、地下接送区、图书馆和走廊等。

“这样的课后托管动静结合,既增加了孩子们户外活动的机会,有利于孩子增强体质、缓解视力疲劳,又减轻家长课外培训的负担。”该校校长贾科召表示。

东钱湖中心小学 体育社团 从原来的2个增加到7个

东钱湖中心小学借着“双减”的东风,大力改善整合校内体育社团,引进优质的校外体育俱乐部社团。该校副校长冯木华说:“我们学校的体育社团从原来的2个增加到7个,家长们争先报名,光是篮球报名就有100多名,我们希望孩子们在享受快乐的同时,身心也得到极大的发展。”据了解,这学期的体育类社团课程有过渡网、短网、女篮、男篮、女足、男足、田径等。这些体育社团活动进行得有声有色,如火如荼。

东钱湖中心小学参加课后托管学生占学生总数的90%,参加课后托管服务工作的老师占全校教师总数的97%,另外还外聘俱乐部固定教师17位,形成了“基础服务 拓展服务”的新型课后服务模式。学校要求各班主任保证大部分学生在1小时内完成课后作业,不仅要让学生“沉甸甸”的书包“轻下来”,还要全面推进并丰富课后服务内容。

鄞州外国语中学在课后托管服务中加入了时长30分钟的阳光体育活动内容,组织学生共同锻炼。1400余名学生以年级为单位,分批参加阳光体育活动。根据学生体质,活动的内容主要由耐久跑、Tabata操、自制专项放松操三部分组成。托班教师组织好学生有序参加活动,体育馆、操场及篮球场都是学生们运动的场所。一个个活泼的身影成了校园里独特的风景线。



快乐晨间

杭州湾新区

杭州湾新区海智小学 多彩晨光里的 别样快乐

9月22日早上7点多,宁波杭州湾新区海智小学的鲁明、叶思雨老师早早地站在学校门口,等待着一年级新生的到来。7点半刚过,已经有家长陆续将孩子送到了学校,两位老师热情地将孩子领进校园,带着他们参加“快乐晨间”活动。

阵阵笑声从操场传来,孩子们打篮球、跳羊角球、接力跑,玩着丢手绢、跳房子、老鹰捉小鸡的游戏,活力满满地开启了新的一天。

与热闹的操场相比,紫藤走廊显得格外安静。喜欢看书的孩子们拿着喜爱的课外书,排排坐在紫藤花架下,微风轻拂,书页翻动,好一派静谧的晨光。

小小教室,无限天地。国学经典的诵读声朗朗响起,动听歌曲的演唱声久久回荡,黑白棋子的你争我夺轮番上演,精彩故事的讲述分享绘声绘色,灵动手指的早操锻炼趣味盎然……孩子们或读或唱,或静或动,在教室里开展的各类活动中,找到自己的舞台,不断消解陌生感,融入班集体。

为响应国家减负政策,做好幼小衔接,落实零起点教学,开学伊始,宁波杭州湾新区海智小学开展了“快乐晨间”活动,将早上8点学生到校后的20分钟晨读时间创造性地改编成趣味运动、民间游戏、传统棋类、国学诵读、故事分享等不同的项目,帮助一年级孩子平稳地度过幼小过渡期,轻松适应小学生活。