

挖掘“好苗子”因材施教,教学、竞训两手抓树立榜样…… 他让学生在运动场上找到自信

在上个月的运动场上,宁波市第十五中学捷报频传:2021年海曙区中小学生田径运动会,该校16名学子共摘得7金8银3铜,以总分176分获得全区第二名的好成绩;2021年海曙区中学校园足球联赛,该校男、女足球队以全胜战绩,包揽初中组双冠军。金灿灿的奖杯背后,是运动健儿们的长年训练和体育老师、足球教练们的辛勤付出。郑敬长老师便是其中的核心人物。

作为体育教研组长,郑敬长不仅善于挖掘“苗子”、因材施教,还擅长传、帮、带,把学校的体训队带领得生机勃勃。“郑老师业务能力出众。学校繁琐的总务工作,他处理得井井有条;教学、竞训两手抓,以身作则,带领同事一起拼搏。他给我们年轻教师树立了好榜样。”同事这样说。

□现代金报 | 甬上教育
记者 俞素梅



●人物简介

郑敬长

38岁
宁波市第十五中学
体育高级教师
宁波市教坛新秀
海曙区名教师、骨干教师

推荐理由:郑老师勤恳踏实、热情热心,不仅把总务工作处理得井井有条,在教学中也非常严谨,经常指导年轻教师如何把体育课上得更好,还善于发现学生的闪光点。



郑老师指导学生训练。

年年带队训练 他的教师生涯中没有暑假

为了参加上个月的海曙区运动会,十五中学田径队从暑假开始就在郑敬长、葛平吉、翁佳涛、鲍鸿波等体育老师的带领下,冒着酷暑艰苦训练。

“每个暑假,我们都会带队训练。每天早上6:30-8:30,练两个小时,一周练6天,从不间断。寒假里也有冬训。”郑敬长说,体育教师其实是没有寒暑假的,因为训练需要连续性,而且每个带队教师都要和学生一起练,“否则怎么了解自己学生的情况呢?”正是长年累月在运动场上挥洒汗水,才有了赛场上的瞬间绽放。

郑敬长是台州人,10岁就来宁波市第二少体校学习,体育特长生出身的他深知“运动会给学生自信乃至改变命运”。他盯着每一次的中小学生运动会,也常会去十五中对口一些小学走走,哪个学校有几个体育尖

子,他心里很清楚。小学六年级的期末考一结束,他就会去动员那些体育尖子暑假来十五中跟训,提前进入初中运动队的训练节奏。

“就学校的运动队建设,我们把‘中小学衔接’这一块做得比较好。有的学生身体素质好,坐不住,文化课成绩相对差一些,比较适合走体育特长生的路子。”郑敬长的特长是400米、800米和400米栏,从教10多年来,已培养了不下30名高水平运动员被我市的各所高中特招,曾先后四次荣获海曙业余训练先进个人,“我最早的一批学生如今也已走上了工作岗位,他们有的和我一样当了体育教师,有的警校毕业当了警察,也有的考上了北京航空航天大学等名校,是运动助力了他们的人生。”郑敬长让那些文化课成绩并不出色的学生在运动场上找到了自信,学生们毕业后都和他保持着联系,甚至有学生结婚时还向他发来请柬,他说“这是做老师最幸福的回报”。

运动不会影响学习 家校沟通很“交心”

参加运动会前夕举行出征仪式,为学生们加油鼓劲;平时训练中常自掏腰包给学生增加营养,买训练用品……豁达、开朗的郑敬长善于和学生、同事打成一片,和大家一起运动。

运动员在训练中,受伤是难免的,郑敬长带队的这些年,自然也碰到过这样的难事。

“那是一名女生,有一次在练跨栏时,摔了,膝盖处粉碎性骨折,家长很心疼,我也很内疚。”郑敬长从事发当天的送医治疗,一直到后期康复,尽全力帮助学生,“我设法联系上了自己当年的老师,他是北京体育大学毕业的,擅长于康复治疗,我就送这名女生去老师那儿治疗。”如此诚挚的关心和帮助,换来的是家长的谅解和信任。伤愈后,女生凭借体育特长考上了宁波中学,如今就读于北京航空航天大学。

“我们和家长比较‘交心’,家校沟通挺顺畅。上初中后,由于学业压力增大,有的学校运动队出勤率很低,但我们学校不存在这样的问题。”郑敬长说,“最主要的是,我们以一个个毕业生的事实告诉家长,运动不会影响孩子们的学习。事实上,运动的孩子更能吃苦、更阳光,也更有团队精神。”

十五中是全国青少年校园足球特色学校,除了男、女足球队,还有校田径、校篮球队等。“学校对体育教学越来越重视,特意为足球队外聘了一位专业教练,周一、周三、周五下午的拓展课是男、女足的训练时间。”郑敬长分析了不同学校的区域特色和生源特点后,给体育组定的竞训方向是“技巧类”,他信心满满地表示,随着资源的丰富和整合,“我们的体育课程会越来越好”。

不忘当年师傅们的帮助 “如今我也要做好传帮带”

去年初,郑敬长从十五中本部调到实验校区,除体育教学之外,又担任了总务副主任,繁杂、细碎的后勤服务让他成了学校的“大管事”,暑假里除了带队训练,还要负责基建、维修等工程。“双减”政策落地后,学校增加了晚自习服务,他一周要值一至两天的夜班。“郑老师是一位好大哥,办事效率高,把总务工作处理得井井有条”“郑老师带团队非常有感染力,他把体育组拧成了一根绳”……同事们对他都赞赏有加。

郑敬长却说自己“挺传统的”,对体育教师这份职业有感情。从小一直在宁波读书的他,2007年从宁波大学毕业到十五中任教,时年24岁,“当时除了我,几位体育教师年龄都比较大了,他们全力扶持我,评教坛新秀、参加比赛等都推荐我去,特别是有两位师傅,我非常感激,比赛前帮我布置好场地,评奖前帮我‘磨课’,是他们的帮扶让我快速成长。”如今,面对年轻教师,郑敬长也毫无保留地做好传、帮、带的工作。

“课堂上要精讲多练,这一点对体育教师来说,尤为要紧”“我们要注意自己的教态,声音要洪亮,身姿要挺直”“要多给学生做示范动作,而且要示范到位”“体育课一定要注意安全,场地布置、器材摆放等都要检查”……除了这些提醒,他还指点、帮助年轻人多去参加体育优质课评比等专业比赛,“不但运动成绩要好,个人专业也要出色”,这是他常在办公室里念叨的话。



为了挖掘、宣传有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心的来自基层一线的“四有”好教师,本报开设了《点赞好老师》专栏。如果你身边有这样的“四有”好教师,请家委会赶紧给我们发推荐信吧。

征集邮箱:xiandaijinbao@qq.com
(标题上请备注“征集好教师、学校名称”字样)。