

2023年3月10日 星期五 责编:万建刚 俞素梅 美编:曹优静 审读:邱立波

“陈老师，刚才孩子兴奋地告诉我，他瘦了！他说这是每天早晚在校坚持跑步的结果，真的太感谢您对孩子的监督，让他体会到了成功需要不间断的努力和顽强的意志。”

陈楠，宁波高新区实验学校老师，有着11年班主任工作经验。积极创建富有个性特点的班级文化，构建师生共同的精神乐园，是她班主任工作的追求。从教11年以来，她一直致力于打造幸福理念下的特色班集体。她认为不仅要对学生的成长负责，还要为学生的幸福人生奠基。她从学生的实际情况出发，通过设计特色班名、班歌、班服，打造班级特色文化，开展丰富多彩的特色活动，建立多元特色评价机制。



### 栏目主持人

现代金报 | 甬上教育  
记者 徐徐  
通讯员 俞春丽

### 特邀班主任

陈楠  
宁波高新区实验学校老师  
高新区优秀班主任  
宁波市十佳智慧班主任  
宁波市骨干班主任

班主任，一个平凡的岗位，却是孩子和班级的核心，更是连接家庭和学校的纽带。班主任的态度，一定意义上决定了孩子和家长的的态度。在这个版块，请看班主任怎么诠释他们的“权力”。



漫画 严勇杰

# 她以足球为支点 助力学生幸福成长

## 学生身体素质整体偏弱

刚接手这个班级不久，我发现体弱矮小和身体肥胖的孩子比较多，身体素质整体偏弱。做了一份调查问卷后发现，家长陪伴孩子运动的时间很少，普遍缺乏运动习惯。

蔡元培先生说过：“完美人格首在体育，运动不是别的，只是灵魂的操练。”小学阶段是青少年身心发展的重要时期，尤其在“双减”政策下，如何加强学生的体育锻炼，提高身体素质，

成了我首要考虑的问题。

我们学校正在积极打造“浙江省足球特色学校”，给每位学生配置一个足球，每周设置一节足球课，开展特色足球操、足球联赛等活动，激发了学生对足球运动的热爱。于是，我萌发了打造足球特色班级的想法。征求家长们的意见后，没想到大家的想法不谋而合，让孩子多参加体育运动，提高身体素质成为大家共同的愿望！

## 多种方式激发学生兴趣

兴趣是最好的老师，只有培养了兴趣，学生才会对其持有长久的渴望与动力。为此，我通过班队活动、足球服设计、班级评价等多种途径来激发、学生的兴趣。

利用班队课让学生观看足球比赛视频，领略绿茵场上的独特精彩；隆重地开展“足球特色班级”讨论会，一起商量确定班级口号、班歌等内容；通过这样的活动，让学生认识到足球特色班级的打造需要每一位同学的参与，增强了学生的主人翁意识。

为了让班级足球文化更有特色，我们还设计了别具风格的班级球服。帅气靓丽的衣服上印有中队名、队徽和每个学生的学

号。穿上这独一无二的足球服，仪式感十足，学生们一个个乐开了花。

班级评价是班级活动的指挥棒，经过全班商量，我们决定将足球纳入班级的评价体系，将每周足球训练的表现作为单项成绩，学生会因此获取成长币的奖励，每月会评选“足球小将”，这些都计入期末小先锋的评比。

除了足球，我们还组建篮球兴趣小组、羽毛球兴趣小组等多种运动小组，让学生学习更多的运动项目，拓展更广泛的兴趣。同时，为了营造更好的家庭运动氛围，我们还将每周的周日作为家庭运动日，鼓励家长陪同学生一起运动！

## 足球主题活动丰富多彩

我们创办了别致的班刊——《足球小报》。关于报纸名称，我让班里所有学习软笔书法的同学都去练习书写“足球小报”这四个字，谁写得最好，谁的作品就作为报纸的名称刊登；通过与学生们讨论，我们开设“足球新闻”“足球知识”“足球故事”“足球活动”等栏目，所有资料来自学生之手，引导学生关注国际国内的体育新闻，从而养成关注时事的好习惯；鼓励学生自主学习有关足球的知识与文化并传播给他人，提高自主学习的兴趣与能力；启发学生用文字

记录与足球之间的故事，记录自己的心路历程与成长足迹……

我们开展“我和足球的故事”主题演讲比赛。在中国女足亚洲杯夺冠之际，我们班编排了舞台剧《我们班的足球故事》，并在学校的开学典礼上演出。

在寒假里，我们班还开展了世界杯主题探究学习活动。我让孩子们去看世界杯的回放，捕捉比赛的精彩瞬间，用文字进行记录。我将这些活动的过程及成果做成一则则微信推送，发布在班级微信公众号上，既是一种学习的记录，也是一份成长的留存。

## 少了一份娇气 变得会拼会冲

时间久了，学生的进步也越来越明显。在学校达标运动会中获得一等奖，班级学生达标优秀率达到100%。最让我欣慰的是，我收到了小蔡家长发来的一条信息！

“陈老师晚上好，刚才孩子兴奋地告诉我，他瘦了！这是他每天早晚在校坚持跑步的结果，真的太感谢您对孩子的监督，让他体会到了成功需要不间断的努力和顽强的意志。”

小蔡同学原本是个胖小子，四年级刚转到我们班时，不爱运动，还很自卑。我鼓励他通过运动来减肥，让他跟在爱运动的同学后面一起慢跑，从刚开始的一圈、一圈半到后来的三圈、四圈，早读之前跑，下午托管时间再去跑。渐渐地，和同学们一起跑步变成了他每天期待的事情，足球场上也有了欢乐的身影！我还去他家家访，把他在学校里坚持运动的事情，点点滴滴地都告诉他爸爸。他爸爸也承诺在家也多陪伴孩子运动。一年下来，他不仅变瘦了，还变得自信开朗了。

班上文文弱弱的小女生也发生了很大变化，上了运动场，一样会拼会冲，学习生活中少了一份娇气，多了一份吃苦耐劳！

## 班主任说

幸福理念是我们学校办学以来一直坚持的教育理念，学校把“幸福课堂、幸福班级、幸福校园”作为幸福教育的载体。我作为班主任，打造幸福理念下的特色班集体便成了我的治班目标！我把学生的身体健康放在首位，以足球为支点，促成学生幸福成长。

今天我们打造足球特色班级，只是播下了一颗“运动”的种子，我们希望种子不断生根发芽，将来孩子们能收获健康的体魄、阳光的心态和健全的人格，为幸福人生奠基！