



红花岗区

体教融合助力青少年健康成长

翻飞的绳花、轻盈的动作、灵动的精神面貌……近日,走进遵义市第一初级中学,在操场上,同学们伴着动感的音乐,手持跳绳、脚踏节奏,迅速旋转跳绳,灵动地进行着个人花样、八字跳、车轮跳、交互绳、绳中绳等各类花样跳绳。一时间,跃动的身影在阳光下闪烁着,犹如一道靓丽的风景。

“在学习花样跳绳的过程中,我学会了个人花样、双摇、一字跳等花样跳绳的跳法,每种跳法又可以结合自己的创编灵感,衍生出更多的跳法,特别有趣又创意十足。”酷爱跳绳的遵义市第一初级中学九(1)班学生余欣妍,自七年级入校开始就加入了花样跳绳社团课,无论是在花样跳绳社团课上还是课下,她总是刻苦训练花样跳绳的各种基本跳法和动作要领。在她看来,学习花样跳绳,不仅锻炼了身体、增强了体质,也收获了成长,为她的初中生活增添了许多乐趣。

花样跳绳作为一项集健身、娱乐、竞技、趣味、表演多种功能于一体的运动项目,在传统跳绳的基础上融合舞蹈、体操、武术、街舞和音乐等多种运动及艺术形式,将速度与力量、难度与花样结合,不仅能提高学生身体的力量、柔韧性和协调性,还能增强学生体质,激发学生的想象力,开阔学生的思维。

“课堂上,我一般会指导学生在做好节奏、控绳的热身训练后,分组进行各类花样跳绳,让学生根据自身

特点选择适合自己的动作练习,并融入自己的想象力和灵感,创造出新的花样跳绳方法。”遵义市第一初级中学老师颜寰介绍,同时,她还坚持以赛促学、以赛促练,积极组建花样跳绳队参加各级各类比赛,通过比赛不断提升学生的综合水平。2023年9月,在“奔跑吧·少年”贵州省2023年体教融合第五届校园花样跳绳比赛中,这支花样跳绳队在多个项目中取得名次,获得了贵州省初中组团体总分第二名的好成绩。

操场上,学生们绳索翻飞、“绳”采飞扬;篮球场上,同学们也在尽情挥洒汗水,迎“篮”而上。

“上篮时注意步伐与节奏……”在篮球社团课上,学生们在老师的指导下,两两一组,朝着篮筐的方向,一边跑一边相互传球,随后进行“三步上篮”。

“课堂上,我们进行了传球、三步上篮等基础训练后,还会分组打比赛。”八(6)班学生徐竟航说,自小学接触篮球后就被篮球深深吸引,进入初中便报名参加了篮球社团,此后不仅在课堂上勤加练习,也会趁着课余时间,与同学朋友一起在篮球场上竞技比拼。在他看来,从学习一个篮球新技能,到熟练掌握并运用到一次次实战中,篮球不仅增强了他的体质,还培养了他做事的坚持和恒心,让他获得了许多成就感和自信。

在遵义市第一初级中学校园内,不仅篮球场上闪烁着青春,绿茵场上,足球健儿们也在场上尽情驰骋、

挥汗如雨、逐梦未来。

“传球、运球、破防、射门……足球场上的每一次进攻与防守都是最好的锻炼。”该校七(10)班学生代子杰说,在学习足球的过程中,不仅提升了他的运动技能和团队协作能力,也让他变得更活泼阳光了。

为助力“双减”政策的落实,丰富校园文化生活,增强学生的身体素质,发展学生的兴趣与特长,促进学生的全面发展,遵义市第一初级中学将体育教育与文化学习相结合,以体育课堂为主阵地、以大课间为补充,结合课后服务,开设了花样跳绳、足球、篮球、排球、啦啦操等丰富多彩的体育特色素养课程,并通过举办丰富多彩的体育活动和比赛,全面发展学生体育学科的核心素养。

“接下来,我们学校将继续探索体教融合的新路径,充分发挥特色体育的育人作用,不断创新体育教育形式,丰富体育教育内容,以此不断提高学生的学习动力和学习能力。”遵义市第一初级中学党总支书记吴璇说。

遵义市第一初级中学在体教融合之路上的积极探索,只是红花岗区深入推进体教融合的一个缩影。

近年来,红花岗区努力探索、因地制宜,大力推进体教融合,积极创建“1+N”体育特色学校,充分利用课后服务时间开展形式多样的体育活动,助推“双减”工作。同时,聚焦体育课堂教学质量提升,通过开展教学研究、专题培训、技能比赛等加强教

练员队伍及体育骨干教师培养,全面提高全区体育教师技能水平。全面落实“教会、勤练、常赛”教学要求,强化以赛提质,指导全区各校积极开展内容丰富、项目多样、特色鲜明、针对性强的综合性体育运动会和体育比赛,着力不断深化体教融合发展,提高学生体育素养。

目前,红花岗区各校已初步建立“一校一品”体育特色项目,全区共有全国校园足球特色学校12所、全国足球特色幼儿园1所、全国篮球特色学校1所、贵州省排球特色学校1所、贵州省乒乓球特色学校1所、贵州省羽毛球特色学校1所、遵义市“阳光体育示范校”8所、遵义市足球基地校5所、遵义市后备体育人才基地校9所、遵义市高中高水平运动员基地校4所。

“现在,全区已逐渐形成了体系健全、制度完善、保障全面、深度融合的青少年体育发展新格局。2023年7月,红花岗区被成功认定为贵州省体教融合试点县(区),为全省推进体教融合提供了可借鉴、可复制、可推广的经验。”红花岗区教育体育局相关负责人表示,接下来,他们将坚持以立德树人为根本任务,以促进青少年健康发展为目标,全面推进教育体育深度融合,激发体教融合新动能,不断提升青少年体质健康水平和体育竞技水平,奋力谱写红花岗区教育体育高质量发展的新篇章。

(刘合春)

用真诚与爱心培养每一位学生

——记汇川区第一小学校长周泉

2023年,汇川区第一小学(下称“汇川一小”)喜讯不断。2023年12月,该校在遵义市第十一届中小学生艺术(美术类)展演活动斩获优秀系列奖项;2023年,学校校长周泉荣获遵义市汇川区名校称号。

在学校教育资源及校内空间有限等情况下,汇川一小如何突破限制,取得教学硕果的?用该校教师的话来说,这是“领头羊”与大家集思广益取得的成果。

在教育战线工作23年的周泉就是汇川一小的“领头羊”。从教以来,周泉先后任教于团泽小学、汇川一小等学校,从一线普通教师成长为省级学科骨干。

近日,记者走进汇川一小看见,学生们进到教室便自觉地朗读、练字;课堂上,学生们合作学习,争先恐后分享自己的见解;在自主课程中,学生们组织了各种活动,并上台演讲、分享……

教学中,周泉为一名上课时随意在教室内走动、不遵守课堂纪律的学生做了一张特制的课堂观察表,指导老师记录该学生的课堂反应,并实时根据这名学生的情况,帮助其规范行为。当周泉从课堂观察表中发现这个孩子喜欢打篮球后,便经常带她去练习投篮,引导其注意力的积极转换和行为习惯的改变。“对这样的学生不能排斥,要了解其思想,帮助她改掉不良习惯。”周泉说。面对该校三千多名学生,她一直秉承“为孩子一生的幸福和发展奠定基础”的办学理念,启迪和培养好学生。

周泉认为,“一枝独秀不是春,百花齐放春满园”,只有把好的办学理念和教学方法不断分享给教师,才能带动教育水平的共同提高。在日常工作中,周泉聚焦学校发展、教师成长、学生成才的目标。近年来,该校线上平台陆续推出“花开一小,芬芳之师”师德师风“五爱”教育故事系列报道,以讲好身边故事、励志故事等,促进教师业务水平增强、学生综合素质提升。近年来,周泉还多次参与校外交流研讨活动,先后前往汇川泗渡小学、汇川山盆李梓小学、桐梓灯塔小学、桐梓黄莲乡小学、习水东皇一小等地,开展调研、教育帮扶等活动,助推教育均衡发展。

“她身上总涌动着一股温暖的力量,让人不由自主地相信她、信服她以及靠近她。”该校教师说。如今,周泉已成为深受学生喜欢、家长信赖、教师认可的好老师、好大姐、好领导,汇川一小也成为了汇川区义务教育的一张靓丽名片。

(记者 胡丹)

图片新闻



日前,由中央新影中学生频道主办,中央新影中学生频道《伴他成长》栏目组、贵州省民族管弦乐学会、贵州省陶笛专业委员会承办,遵义市天立学校协办的“百艺星辰2024全国少儿新春联欢盛典伴他成长选拔暨贵州青少年器乐展演”在遵义天立学校举行,遵义市10余所学校700余名师生参加了本次活动。

(记者 张婷 摄)

日前,遵义航天小学教育集团开展了“专递课堂促均衡 精准教学促成长”为主题的教学研讨活动,旨在进一步促进教育信息化与教育教学融合创新,积极推进“三个课堂”建设,全面提升“专递课堂”教学水平,让每一名学生享受到优质教育资源。

(记者 张婷 摄)



水星将迎新年首次大距

新华社天津1月11日电 天文科普专家介绍,今年的第一次水星大距将于1月12日上演,届时只要天气晴好,在大距前后一周左右的黎明时分,感兴趣的公众朝向东方低空,可凭借肉眼或借助双筒望远镜对这颗距离太阳最近的行星进行观测。

在太阳系行星之中,水星和金星的公转轨道均在地球内侧,属于地内行星,大距正是地内行星所特有的现象。

中国天文学会会员、天津市天文学会理事赖迪辉介绍,所谓大距,指的是从地球上,地内行星距离太阳张角达到最大。这个数值对水星而言,在18度和28度之间;对金星而言,在45度和48度之间。

大距有东大距和西大距之分。地内行星在太阳东边称为东大距,在太阳西边称为西大距。东大距时,地内行星在黄昏时的西边低空出现;西大距时,地内行星在黎明时的东方低空现身。大距发生前后,是观赏地内行星的好时机。

“同样是,金星与太阳的角距离远大于水星与太阳的角距离,再加上金星非常明亮,因此,大距发生时的金星观测条件要明显好于水星。”赖迪辉说。

在一个会合周期里,地内行星会出现东大距和西大距各一次。水星的会合周期约为116天,金星约为584天,每年会有6至7次水星大距,而金星有可能一整年都没有一次大距发生。

“水星没有明显的大气层,因此缺乏保护层,受到太阳风的侵蚀严重,表面充满了撞击坑和峡谷等地貌特征,其中,卡洛里斯盆地是太阳系中面积排名靠前的几大陨石坑之一。”赖迪辉说。

2024年水星一共有7次大距,12日这次是第一次,也是一次西大距。水星亮度0.3等,地平高度15度,观测条件不错。

如何找到水星?以明亮的金星为参照或指引,会比较容易找到水星。“从2023年8月下旬以来,金星一直以‘启明星’姿态出现在东方天空,而本次西大距期间水星就在金星的左下方不远处。当然,观测水星不限于大距当天,在大距前后一周左右都可以凭借肉眼或借助双筒望远镜对水星进行观测。”赖迪辉说。



讲文明 树新风

文明停车 莫“添堵”

