

谱写“融入教育”的新征程

东辽阳中学高尔夫课程探索与实践

杨 新

“融”创精彩

上海市东辽阳中学,作为杨浦区进城务工人员随迁子女教育课题研究协作组组长单位和区青少年融入教育指导基地,以“融入教育”研究为抓手,着力于校本课程的针对性开发、国家课程的校本化实施、教师相应合宜的专业角色转型等,努力满足学生的健康快乐成长需求,进一步提升学校的教育质量和办学内涵,积极助力区域义务教育均衡发展。

“融课程”,即指向“融合”的融入教育校本课程。它充分关注到学生多方面、多层次的需要,根据学生需求和学校实情进行了前瞻性的思考和创造性的设计,逐步构建起基础型课程实施校本化、拓展型课程选择特色化、探究型课程资源主题化的课程建设机制,不断彰显“融入教育”办学特色。

从“融课程”到“融课堂”,学校以“融入教育”为特色,“琴”(行进管乐)、“棋”(将棋)、“书”(生存宝典)、“画”(麦秆画)、“术”(摔柔、花样跳绳、高尔夫)为代表的“五艺”标志性校本课程群,同时凸显出校本课程的“科学性”、“适切性”、“开放性”、“选择性”等特点。以“五艺”为标志的“融课程”群的开发与实施,增强了随迁子女对中华优秀传统文化的认同感和民族自豪感,体验成功的喜悦,收获自信,提升核心素养,促进其学校和社会的融入。

在基于融入教育的变革探索与实践过程中,学校初步找到了一条基于随迁子女生源的内涵发展之路,树立了办学自信。如今“融入教育”已升华为学校的办学理念,列入学校的课程体系,进入学校的管理机制。“融入教育”使区域随迁子女教育的品质不断得到提升,成为区域随迁子女教育的一张名片。

东辽阳中学校长吴鸿春说:“从创建的实践和效果来看,融入教育极大丰富了义务教育的内涵,赋予‘公平公正’新的注解,



成为‘新优质’的重要价值所在。融入教育,人性化地为每个孩子开启一扇心门,真正帮助他们从封闭、自卑的状态中走出来,逐步适应城市和学校的生活,收获自信和勇气,有效提升其融入社会的核心素养,激发憧憬,勤于圆梦,基于融入教育的学校变革日益成为学校转型和内涵发展的源动力。”

引入高尔夫课程

“高尔夫”是 GOLF 的音译,由 Green, Oxygen, Light, Friendship 四个英文词汇的首字母缩写构成,意思是“绿色,氧气,阳光,友谊”,它是一种把享受大自然乐趣,集体育锻炼和游戏于一身的运动。

“高尔夫运动并不是‘贵族运动’,也是一种全民健身项目,是普通大众都可以参与的。学校引进高尔夫球课程,以体育课和课余活动的形式,将高尔夫球运动在青少年中普及、推广。让更多的孩子在校园里、课内外了解和掌握高尔夫知识,激发孩子对高尔夫的兴趣,挖掘孩子的高尔夫球潜质,培养有天赋的孩子从事高尔夫球运动,全面推动高尔夫球在中国青少年中的普及与发展。其中高尔夫运动所蕴含的诚信、自律、包容、进取的运动精神,能促进青少年优良品质的形成,以及全面素质的提升。”吴校长说。

东辽阳中学校园高尔夫注重培养学生素养和塑造良好的品格,学校高尔夫校队与上海锤炼体育青少年俱乐部合作,开设校园训练基地,落实初中体育多样化,培育青少年体育兴趣、特长、运动技能等。

从 2017 年新学期开始,东辽阳中学正式把高尔夫列入一二年级的兴趣拓展课,并计划选拔校队,未来将穿梭于本市高尔夫球赛场进行“拉练”。

“我们聘请专业的教练员,并针对中学生的特点,以兴趣培养为教学设计初衷,相信学生肯定会更快热爱上这项运动。”学校高尔夫项目负责人说,“校内的课程由挥杆、推杆练习器以及目标篷构成,都可以拆卸,占地很小,室内室外都可用。”

学校在《告家长书》中这样写着:首先祝贺您的孩子入选为我校高尔夫校队成员!学校统一投入了费用,每年聘请老师训练指导,服装费和器材费统一由学校出资。入选的学生参加所有培训费无需任何费用,但必须保证按时参加、认真学习。随后附上学生训练的时间等事宜,家长了解后,反馈信息:已了解学校成立“东辽阳学校中学生高尔夫校队”的相关事宜,会督促自己的孩子认真参加每一次活动训练。

高尔夫课程探索与实践

每周五下午,东辽阳中学的学生就会在操场上练习高尔夫。阳光下的操场上,在外聘老师的指导下,学生们手握高尔夫球杆击打白色小球。“双手握杆,有力地挥动,目光要注视在球上。”年轻有朝气的青年教练员耐心地指导着每个孩子手上的动作。

高尔夫挥杆的原理是以身体为核心

带动球杆击球,即通过身体的转动带来双臂、球杆完成挥杆动作。当然,在转身的过程中会包含重心转移、发力、轴心、脊柱角度等部分,这些都需要后续逐一学习、掌握。但挥杆的核心一定是来自于身体的转动,而非本能地单纯依靠手臂的力量挥动球杆。

东辽阳中学高尔夫课程涵盖基本高尔夫运动技术、高尔夫文化礼仪与规则、高尔夫体能等,为学生在校内、校外提供专业的高尔夫培训与学习空间。

高尔夫是对学生们最好的磨练,从小教会他们怎么调节情绪,克服挫折感,培养良好的心理素质。它最大的特点是在没有裁判监督的情形下进行,依靠参与者自觉遵守规则的诚实和信用。高尔夫运动能够让学生们学到更多做人的道理。它也是一项讲究礼仪和规则的运动,在别人击球时保持安静,穿着得体,注意互相礼让,遵守球场规则等。东辽阳中学学生学习高尔夫开始,他就在潜移默化地学习这些礼仪和规范,培养高尚情操。另外,高尔夫技术的提高是没有止境的,这将培养孩子们不断追求的精神。

“让孩子在上体育课时多一种选择,强身健体,何乐不为?”一位家长说,高尔夫运动中包含的这么多好的运动精神,也有助于孩子全面素质的提升。

如今,东辽阳中学的高尔夫课程已日趋完善,教练专业指导,队员们热情投入,每周的社团课程训练俨然成为操场上一道亮丽的风景线。近年来,学校高尔夫社团多次参加学校举办的“家门口好学校”展示以及学校“融·育德之道”等大型区域展示活动,受到广泛好评。

高尔夫这项“贵族运动”,在东辽阳中学这方温暖的家园里已然生根发芽,成为学校融入教育办学中的一抹亮彩。未来,该课程还将探索普惠学校教师这一群体,使之真正成为校园师生喜爱的一项健身运动项目,让我们拭目以待。



学生感言

我在学校的高尔夫球队

上海市东辽阳中学 初一(3)班 张 彤

叉开腿站直,用力挥舞球杆,随着一个清脆的声音响起,球被击向远方。这不是在职业高尔夫球场看到的一幕,而是一群刚刚步入东辽阳中学的学生在学校组织的高尔夫球拓展课上练习球技的场景。都说高尔夫是“贵族运动”,作为随迁子女,我非常荣幸被教练从预备年级 3 个班级 80 多名学员中选拔出来,成为学校高尔夫球队的一员。

高尔夫球是学校今年刚开设的一门拓展课,学校外聘了专业教练,还配置了专业器材。学校不是要培养什么“贵族”,意图在于普及青少年高尔夫球知识,透过高尔夫球诚信、自律、包容、进取的运动精神,促

进学生优良品质的形成。

一开始教练教我们一些打高尔夫的安全知识,还有一些基本的入门功夫、入门动作,主要是以提高兴趣和认识高尔夫为主。原本以为练习高尔夫是一项非常悠闲的项目,没事玩玩就可以了,其实并非如此。

可能与篮球、足球这些项目需要对抗不同,高尔夫挥杆就很费力,需要手部、肘部、腰部、腿部,带动全身的力量。有时候,为了练习一个挥杆动作,我们一站就是 1 到 2 个小时。

其实高尔夫是一项很艰苦的运动,今年暑假我们有 10 天时间在艰苦训练,在

火热的太阳底下晒,训练起来很快汗流浹背,才练了一天,我就已经腰酸背痛,甚至有第二天不想去练的想法。但我很快发现自己的想法是不正确的,虽然累,但我始终牢记着高尔夫队的运动精神,再累也应该坚持。

因为我知道这就是考验,只有在恶劣的环境中才能看出一个人的毅力水平。想到这些我就觉得自己浑身又充满了力量,在接下来的几天训练中,那种想放弃的想法就很少出现了,我鼓起勇气对自己说:绝不能半途而废,能够坚持才是一个中学生、一个高尔夫队员应该具有的素质。在这短短的 10 天中我退缩过,流过汗,晒黑了,但

我成长了。

回顾这几天的训练,我们在烈日下奔走,汗水湿透衣衫,皮肤晒得黝黑。但我们终于学会了最基本的挥杆、发球动作,它所带来的快乐战胜了一切困难。体育带给我们特别重要的一种精神,那就是坚持。如果说高尔夫是“贵族运动”,那么它的精神是高贵的。

我相信在我们东辽阳中学的每一届高尔夫球队中都可以训练出一批高尔夫青少年爱好者,让高尔夫“礼仪、自律、诚信、公平、友谊”的精神发扬光大。我会更加努力把握好机遇,珍惜每一次学习、训练的机会,为学校争光添彩!