

动静之间,钱圩小学阳光体育有“动静”



占地十亩的钱圩小学,是金山区诸多小学中面积最小的,然而令人惊奇的是,这所学校却连续三年获得金山区学生阳光体育联赛男篮冠军,是上海市校园篮球联盟单位。同时,学校2014、2015年还连续两年蝉联金山区学生健康体质测试第一名。奥秘在哪里?

动起来的校园充满活力

走进钱圩小学,眼前仅有的一块篮球场上快乐瑜伽、广播操、耐力长跑、短绳、仰卧起坐、跳球、接力跑等项目接连不停地轮换着,充满着生命活力。运动场地的狭小丝毫不影响学校浓厚的阳光体育氛围。

按照《上海市学校体育发展“十三五”规划》,到2020年,上海将形成与经济社会发展水平相适应、与教育综合改革部署相协调,在全国具有领先地位、在国际具有一定影响力的上海学校体育事业发展新局面,体育课程体系完备,竞赛活动体系完善,后备人才培养通道畅通,保障水平明显提升,学生体质稳步发展,普遍掌握2项运动技能,中小学生学习素养达标率达到80%以上,学校体育成为立德树人工作的重要载体和实现教育现代化的重要保证。

钱圩小学的体育育人理念,早已与规划精神接轨。校长张照龙表示,开展体育活动,硬件固然重要,教师的精神更加重要。校领导班子认真落实“健康第一”的指导思想,“为了每个学生的终身发展”的核心理念,每学期召开新学期体育工作会议暨学校体教结合工作会议,布置本学期的具体工作和学生阳光大联赛以及校运动队带训任务,结合学校工作计划布置重点工作和具体工作。同时成立体育工作领导小组和工作小组,分工明确、责任到位。学校以高度的责任心与使命感提高办学水平,促进师生的全面发展、和谐发展,努力实现“阳光钱小”的美好愿景,把学校办成学生成长的学园、家园和乐园。

要实现这一目标,学校重点打造体育课的质量,为了体现小学体育的兴趣化特点,每周三课时的体育课、两课时的体锻课,每天40分钟的大课间活动,都经过精心的安排和规划。每节体育课,学校都安排了专门的体质训练环节,由体育老师教授锻炼要领和技巧;体锻课上,老师带领学生们集中强化训练;大课间活动,则由班主任指导,学生们进行有针对性地自主练习。

每年4月举办学生春季田径运动会,通过活动加强学生的身体素质,检阅阳光体育的成效;学校每年12月举行长跑启动仪式,全校师生齐聚操场,热情高涨,同学们在校歌的音乐声中快乐地奔跑。每年的冬季健身月活动,一分钟跳绳、拔河、室内操比赛、集体耐力跑、3分钟“8”字跳长绳、齐心协力长绳跳……各种体育项目闪亮登场,运动成为学校一道亮丽的风景线。

2014年10月,金山区首次开展学生体质健康统一测试,钱圩小学三、五年级的全体学生参加了此次测试,测试成绩获金山区小学组第一名。2015年,钱圩小学在区学生体质健康测试中再次获得区小学组第一名。“动起来”的钱圩学子,交出了满意的答卷。

学生体质健康有了突飞猛进的发展,在此基础上挑选体育苗子就显得非常轻松。目前,学校共成立了10个体育健身社团,分别为篮球队、足球队、乒乓队、田径队、健美操队、跳踢队、毽球队、象棋队、花绳队和橡筋队。

静悄悄的象棋真有魅力

钱圩小学阳光体育的另一大特色是一项静悄悄的运动——中国象棋。

2006年金山区教育局提出全面推进素质教育,并明确以“琴、棋、书、画”作为发展方向。钱圩小学积极响应,确立以中国象棋为学校的特色教育。

经过十年的发展,学校里形成了一股爱象棋的好风气。学校的象棋课成为孩子们最喜爱的课程之一。在象棋教学与训练中,学生要做到“三思而后行”,他们经过思考、运算、记忆,并在头脑中构成各种棋路的图形,从中选择最佳的下棋方案。这样的过程,不仅是象棋训练,同时也是对学生智力发展的有效促进。同时,下棋的孩子综合素质更好。中国象棋是融艺术、科学、知识和灵感于一炉的一种游戏,能帮助学生塑造一种安静、朴素、活泼、灵活的气质。更重要的是,中国象棋能培养学生的规则意识,孩子能体会到:一个人必须遵守棋规,无论是比赛、学

习还是未来进入社会工作、为人,都得规规矩矩,有条不紊。

象棋的力量还不止这些。张校长说,钱圩小学的学生中,很多来自外来务工人员家庭,在这样的家庭环境中,家长忙于生计,很难给予孩子良好的家庭教育。学校通过举办象棋文化节,开展家庭百人象棋赛,以家庭为单位进行比赛。为了可以让自己的爸爸妈妈参与到家庭百人象棋赛中,孩子们不厌其烦地教自己的父母如何下象棋,把原本晚上玩手机、打麻将的爸爸妈妈都聚拢在这小小的棋盘前。通过一颗颗小小的棋子,使原本疏远的家庭关系又维系在了一起,搭建起孩子和家长之间互动和交流的桥梁。

爱运动理念浸染所有师生

体育运动在钱圩小学有多深入人心?张照龙校长举了这样一个例子:当年提倡成立篮球队的是一名特别爱打篮球的语文教师,这支由语文教师创建的篮球队,成就了此后的男篮三连冠。同时,乒乓社团更是由学校职工带队。此外,学校教工还组队参加了城市定向越野赛及在金山廊下举办的半程马拉松比赛。钱圩小学人人爱运动、人人会运动的氛围可见一斑。

在当今家长十分重视智育、学生课业负担较重的环境下,能不能通过加强体育活动,丰富学生课余生活,发展学生智力,全面提高学生素质,实现育人目标,对学校领导班子来说也是不小的考验。张校长认为体育应该且必须是学校教育的基础内容之一,是学校教育不可缺少的组成部分。充分认识体育在学校教育特别是素质教育中的作用,充分利用体育的优势与特殊的功能更新观念,把体育与德育、智育有机结合起来,发挥体育在育体、育心、育智、育德中的作用,促进学校教育的进步,推动素质教育走向更高层次,这样才能培养学生德、智、体、美、劳上的全面发展,为现代化建设培养更高层次的人才。

钱圩小学的体育运动理念取得了良好的社会效益,赢得了学生、家长和社会各界的广泛赞誉。

校长寄语 孩子们,我们操场上见

体育,究其本质,其实是一种特殊的教育活动。

从短期效应看,体育运动能提高短时记忆能力和注意力,提高学习效率;从长期效应看,运动能提升大脑海马结构体脑源性神经营养因子的水平,进而对学习和记忆产生重大影响。

孩子们,你们参与体育活动,通过观察、想象、思考,以及亲身练习来完成项目,这个活动的过程会给予大脑一种开发性的刺激,使大脑在体育活动中得到锻炼和发展,为你们的智力发展提供了条件。

在体育活动中,你们必须付出自己的最大努力去克服一个又一个生理和心理上的困难或障碍,每前进一步往往都要付出极大的意志努力。同时,丰富多彩的比赛,会让你们获得各种强烈的情感体验,从而培养责任感和相互信任、相互帮助、团结协作与助人之乐的精神,进而使内心更加自尊、自爱、自信、自强。

体育能带来这么多好处,还在犹豫什么?孩子们,我们操场上见!



钱圩小学校园体育文化建设成果一览

- ★全国学生体质监测点校
- ★全国中小学棋类教学实验课题研究示范实验基地
- ★上海市校园篮球首批联盟单位
- ★上海市象棋教学先进单位
- ★金山区体教结合先进单位
- ★金山区体育传统项目学校
- ★金山区体育后备人才输送先进集体
- ★中国象棋被评定为金山区民族文化培训特色项目
- ★金山区足球联盟学校
- ★2014年在上海市青少年十项系列赛中国象棋比赛中获女子乙组团体第二名
- ★2014、2015年连续两年蝉联金山区学生健康体质测试第一名
- ★《象棋入门》科目被评定为金山区精品课程
- ★金山区学生阳光体育联赛连续三年获得男子篮球冠军,
- ★金山区学生阳光体育联赛乒乓球团体第二名