

首次参加国赛 夺得小学组2金1银

市二中附小有群水中“小天鹅”

株洲日报全媒体记者/孙晓静
通讯员/徐桔

近日,“碧源杯”2023年第12届全国水中健身操比赛在江苏省无锡市江阴体育中心游泳馆落下帷幕。

市二中附小代表队在4个参赛项目中与来自全国的强劲对手展开激烈角逐,拿下2枚金牌1枚银牌,团体总分位居全国第三。

25名株洲小姑娘首次出征国赛,她们宛如一只只遨游在水中的“小天鹅”,将游泳与健身完美结合,为在场观众献上一场视觉盛宴,最终站上小学组浮力腰带操集体项目和浮力哑铃操集体项目的最高领奖台。

昨日,记者走近她们,了解背后的故事。

咬牙坚持,从30秒到3分钟

“队员主要是从学校舞蹈社团和游泳社团中挑选而来的四到六年级的学生。”提起自己的队员,教练周可可满脸骄傲。此次就是由她和张硕、雷雨、李妙然老师带领25名女生参赛。

此次大赛由国家体育总局游泳运动管理中心和中国游泳协会主办,共吸引了来自无锡、武汉、三亚、南京、苏州等地的13支代表队200多名运动员参赛,竞争激烈。

周可可介绍,水中健身操是一种新型的有氧健身运动,在深度1.3米至1.6米的水中进行,以陆地健身操、芭蕾舞等训练方式进行练习,在水中随着音乐跳动动感健美操,能减少运动对关节的磨损。

“它结合了不同节奏的身体动作和舞蹈步伐,让身体更具活力,能达到很好的健身效果。”身为舞蹈教师,周可可负责此次参赛项目的动作艺术设计等。

她告诉记者,从9月收到比赛通知,到9月25日开始选拔,最终确定25人参赛。在为期一个多月的训练中,孩子们、家长们都非常积极支持和配合。



请扫码观看视频。

市二中附小学生比赛现场。通讯员供图

“浮力腰带项目难度非常大,需要选手全程双脚不能沾地,靠双脚‘踩水’在水中保持平衡的同时完成所有的动作,对体能是一大考验。”周可可说。

先从岸上训练开始,蹲跳、拉肩、压腿……为了锻炼柔韧性和肌肉力量,一些看似简单的动作,队员们要进行高强度的重复训练。

动作做标准了,再下水。起初,大家只能坚持30秒,然后到1分钟,再坚持至2分钟,直到能够维持整套参赛曲目的时长。

“除了发烧等特殊状况实在不能下水的,其余没有一个人请假或退出。”另一位教练雷雨老师表示,训练中小姑娘们的毅力令人钦佩,从最开始的每周3次训练到每周5次的集中训练。比如2009班的王芯悦,就是出了名的“铁娘子”,所有练习一次也没有落下。

赛场突发状况,她们从容面对

比赛当天,株洲小将们身穿比赛服,昂首挺胸地走进赛场。

队员们依次潜入水中,待音乐开启,便开始展示。只见她们在水中如同灵巧的小鱼,又仿佛是一只只骄傲的小天鹅,将每个动作都做得标准、有力量,比赛结束,掌声不断。

因为是第一次参赛,比赛中还是遇到了一些意外。

首先是规定项目“集体徒手操”,因为没有可参考视频,所以都是通过大赛提供的文字图片进行教学,这个过程很考验教练的理解能力和示范能力。

“我们这个项目最终获得第四名,赛后询问裁判,得知有一个名叫‘风中杨柳’的动作,手应该是从外往里旋转,但我们做反了。”周可可说,这是一个遗憾。

此外,双人项目中,两位小队员也出现了偏差。

原本两人应该是面对面汇合后,再转向同一边完成花样动作,但比赛时因为紧张,两人错过了汇合点,“等于游过了,两个人的位置交换了。”周可可解释说。

位置变换带来的后续影响是,原定的所有动作都需要镜像处理,即两人需要完成对方的动作。关键时刻,两名小队员表现出极强的应变能力和默契,从容不迫地把对方的动作完成了,“她们改得非常连贯,就连评委也不知道我们做错了。”教练说。

全员普及加特长提高,育人走出新路径

这次比赛带来的好处显而易见。

1914班的王弋丹表示,经历了这次竞赛,让自己在技巧上有很大的提高,未来自己将继续努力,不断突破自己。

1801班的周家仪表示这次看到了其他省市特别厉害的哥哥姐姐,“15个人好像一个人似的,我觉得我们还有很大的努力空间。”

在该校党支部书记、校长彭小英眼中,好成绩的取得有些意外,但也在情理之中。学校恒温游泳馆管理到位,专业教练经验丰富,家长配合度极高,可谓是“天时地利人和”。

原来,市二中附小的体育课程体系完备,游泳课程和啦啦操课程均进入课程表和课后社团,在这两个运动项目的基础上,本学期还开设了水中健身操社团课程,聘请了3位专业的水中健身操教练,将训练与比赛融为一体。

“我们采用的是全员普及加特长提高的模式,发掘每个孩子身上的闪光点。”彭小英说,每个学生在校期间,都可以获得6项特长培养。比如一年级为轮滑,二年级为篮球,三年级为足球等。在此基础上,发掘有天赋的“苗子”,通过强化训练,以赛促学,以赛促教。

荷塘区:小手拉大手 共建文明城



龙洲小学开展“做文明人 建文明城”活动,组织学生清扫校园周边道路。记者/戴凛 摄

株洲日报(全媒体记者/戴凛 通讯员/熊端 谭娟娟)深化全国文明城市创建工作,加强未成年人思想道德建设,全面推进文明校园建设。今年以来,荷塘区中小学师生开展了“小手拉大手·共建文明城”系列文明实践活动,努力营造全社会崇尚社会公德、践行文明美德的良好氛围。

各学校利用国旗下讲话、班会课、校园广播等形式,以宣传栏、电子屏、黑板报等载体宣传文明礼仪常识,创建文明校园。各学校还组织学校少先队员好先队员,拍摄了“我为文明代言”宣传小视频,围绕“文明是什么”“找文明”等主题教育引导学生认识文明、发现文明,引导更多的人成为文明的代言人,宣传文明,践行文明。

值得注意的是,今年该区启动了“我是城市小主人”师生公益墙绘活动,共有辖区20余所学校参与。师生们利用课余时间走进社区,将美术作品搬上城市街道,营造“创建文明城市,你我共同努力”的良好社会氛围。

据悉,12月份,该区还将组织评选“城市文明小使者”“文明小标兵”“文明小使者”等,引导学生在家中做自立自强、知礼重孝的好孩子;在社会做至诚至善、言行文明的小使者。

市八中百名学子参演旅发大会开幕式

株洲日报(全媒体记者/戴凛 通讯员/钟芳杰)11月9日晚,第二届株洲旅游发展大会开幕式在炎陵县举行,株洲八中共有129名舞蹈生,参加了本次活动开幕式上的大型节目——《千年寻梦·炎陵故事》的演出。

大型沉浸式舞台剧《千年寻梦·炎陵故事》,带领现场观众穿越炎陵5000年历史,“开天辟地”“改天换地”“春回大地”“神农福地”四个篇章依次登场,八中学子在每个篇章中都有惊艳表现,极高的舞蹈水平与素养,充分彰显了八中坚持特色发展培养专业一流人才的成效。

学校负责人介绍,演出过程中突遇大雨,但并没有打乱演出的节奏,面对恶劣的天气以及突发的状况,八中学子展现了极高的专业素质,高质量完成了整场演出,赢得了观众的一致赞誉。

“从彩排开始,学生们就坚持披着雨衣彩排,鞋子湿透了就打赤脚,有的受伤了也在坚持,非常坚强。”本次活动演出总监、株洲八中舞蹈老师张亦刚表示,所有学生听从安排,有序排练、演出,没有一个放弃,让人感动。老师细致地为学生做好服务工作,提前为学生准备了姜汤、感冒冲剂等预防感冒,每天检查关注学生的状态,让同学们顺利完成演出。

四校携手构建“城乡初中教育共同体”

株洲日报(全媒体记者/戴凛 通讯员/王佳奕)力争消除城乡教育差距,均衡发展教育。日前,株洲市外国语学校、攸县柏市镇中学、攸县皇图岭镇市上坪中学、茶陵县金星学校构建协约型“城乡初中教育共同体”现场交流会举行。四所学校现场完成签约仪式,并发布了“城乡教育发展共同体凤凰山宣言”。

市教育局副局长杨国华说,现阶段教育工作者们应致力于消除“城乡教育之间的隔阂”“家校社教育之间的隔阂”“普职教育之间的隔阂”“各学段教育之间的隔阂”“五育之间的隔阂”“学科之间的隔阂”等六大教育隔阂。

四校“城乡初中教育共同体”将利用株洲市外国语学校的优质资源、优质教育,充分发挥株洲市饶婷语文名师工作室、王雅数学名师工作室和唐佑平英语名师工作室“育己达人,引领辐射”的作用,推进校际交流,促进教师共同发展,缩小城乡、县城教育差距,提高区域初中优质教育均衡发展水平。

现场交流会的语文、英语、艺术三个学生学科素养展示节目,朗诵感人肺腑,表演引人入胜,歌声空灵悦耳,赢得了交流会现场观众的阵阵掌声。当天,交流会还准备了12堂观摩课,组织3个工作室、6个学科进行集中研讨。



株洲市外国语学校师生进行课堂展示。通讯员供图

瞧瞧这所小学的四季美好学院课程



学生体验秋天丰收的快乐。通讯员供图

株洲日报全媒体记者/孙晓静
通讯员/郭劲

春、夏、秋、冬,一年四季都有美好学院课程……近日,市二中附属第三(南洲)小学举办了一场秋天课堂,让孩子们更好地感受秋天的气息和特征,发现秋天的多彩,体验收获的甜蜜,感受创造的乐趣。

多学科联动 让秋天更生动

“秋天,是一位画家,把广袤的田野描绘得绚丽多彩。”“秋天,是一位诗人,把成熟的田地吟得多么多情。”“秋天,是一位歌唱家,把丰收的世界传唱得嘹亮悠远。”

走出教室,来到户外,该校语文教师为秋天吟诵一首美丽的诗去寻觅秋天的踪迹,带领着学生们捡一片黄叶悄悄地珍藏,再抬头看看并不刺眼的柔和阳光。

落一叶而知秋至,开一花而知秋美。为充分领略大自然的言之之美,该校英语老师带着学生在秋日里寻找秋天的英语词汇。同学们带上寻宝装备,开启了一场“秋日寻宝”活动。

另一边,株洲市星期三书画院的艺术教师们走进学校,为大家带来一节特殊的美术课——“艺彩秋天”百人绘画大赛。

“希望孩子们养成乐于观察、勤于发现用心感受的良好习惯,从而提高审美情趣。”星期三书画院院长颜洪和副院长龚旭现场为孩子们绘“秋”,同学们近距离欣赏两位老师的创作,感受“秋”的五彩斑斓与硕果累累。

值得一提的是,来自杨得志红军小学的40名学生也受邀参加此次活动。学生小刘表示,这次沉浸式体验校园课堂、特色课程,让自己大开眼界,受益匪浅。

一场关于粮食的“旅行”

春种一粒粟,秋收万颗籽。春末夏初,农人种下的水稻,已经结下了长长的稻穗,一年的期盼终要在这个季节开始收割了。

该校又将秋天课堂的劳动课程搬到校外实践基地中。从插秧到收割,再到摆上桌的一粒粒白色的米饭,小小少年们见证着一粒粮食的奇幻蜕变之旅,再感受粒粒皆辛苦的劳作不易。

“生活即教育,生活即课程。”该校校长王毓表示,在这怡人的季节里,通过四季美好学院课程之秋天课堂,结合语文、英语、美术和劳动学科把秋天带进课堂,使课堂“情境化”,让同学们更加热爱自然、爱生活、爱学习。

要“劳动”更要“教育”

戴凛

当前,劳动教育正成为社会的一种共识,各级政府、学校积极开展和设计相关活动及课程,尽管如此,加强劳动教育仍任重道远。

首先,不能简单将劳动教育理解为家务劳动,应该充分考虑劳动教育的全面性和有效性,要让学生不仅能积极参与劳动,还要通过教育,让学生了解劳动背后的意义。

笔者发现,当前一些“劳动教育”仅停留于浅层次,即只有劳动,而没有教育。个别学校组织和开展的一些劳动活动,学生仅仅只是参与者,甚至是到此一游。在家庭劳动中,很多也是以“摆拍表演”形式进行,拍照上传就算劳动结束。

笔者认为,劳动教育应该不同于单纯的劳动训练,不仅是为了“尝尝鲜”“吃吃苦”,而是要通过劳动过程,提升学生的精神面貌和价值取向;明确劳动是手段,育人是目的;杜绝“重劳动轻教育”甚至“只劳动不教育”的情况。

其次,在开展相关活动中,应该强调劳动技能、劳动习惯的培养,注重劳动意识、劳动情感的养成。同时,通过劳动认识大自然,了解动植物的生长规律,将生物、化学、物理等课本上的知识,在劳动中获得理解、诠释或应用,更有利于学生掌握知识,并学会运用知识。

著名的教育实践家、教育理论家和教育改革家马卡连柯认为,劳动教育永远是人类生活的基础,是创造人类生活与文化乃至幸福的基石。为了一代人的幸福,劳动教育不容小觑。

近年来,我市大力推进劳动教育,将“五育”的培养目标落实到劳动教育活动中,取得了很好的成效。但各校还要不断总结特色和反思不足,不断提升劳动教育的有效性、科学性、趣味性,让学生在生活实践中形成正确的劳动观念和劳动态度,感受并领悟勤勉敬业的劳动精神,争做新时代的奋斗者。

第二批省级名单公布 9家劳动教育特色单位上榜

株洲日报(全媒体记者/戴凛)日前,湖南省教育厅公布了第二批湖南省中小学劳动教育实验区、实验校和实践基地名单,我市9家单位上榜。

渌口区劳动课成为教育新亮点

据了解,第二批湖南省中小学劳动教育实验区中,我市渌口区上榜。

在这里,各个学校都开展了形式多样的劳动教育。市二中青龙湾小学联合青龙湾社区,将一片片土地打造成劳动基地,并开发“耕读青龙湾”劳动课程,将劳动技能、科学精神、人文素养、责任担当四大核心素养,依托农学院、理学院、文学院、商学院四大领域课程具体落实,形成了青龙湾农耕劳动教育课程群。孩子们在“耕读青龙湾”劳动课程的引领下,健康快乐成长。

走进全国第五批乡村温馨校园建设典型案例学校——渌口镇油圳小学,入眼便能看见两棵古樟树傲然挺立,守护着美丽宁静的校园,该学校立足传统文化,将校园特色与劳动教育相结合,开发出“香樟文化”主题特色劳动教育课程体系,让学生们在“香樟园”里亲身感受农耕文化,体验耕种的快乐。

目前,渌口区各学校充分挖掘优

秀传统文化资源,积极开发特色劳动课程,一批如“剪纸”“马勺”等劳动教育特色课程破土而出。育红小学的“科技”,杨得志红军小学的“红色基因”等课程聚焦学校文化而开发的劳动教育课程逐渐走向成熟,成为区域典型。各校结合自身办学特色,全力打造出新形象和新亮点。

劳动教育提升家校合力

此次我市上榜第二批湖南省中小学劳动教育实验校的有南方中学、天元区天台小学、市二中青龙湾小学、醴陵市板杉镇板杉中学、炎陵县芙蓉学校。

“劳动让人有一技之长,能养活自己。”南方中学正高级教师谭森作为班主任,经常带领同学参与校园劳动。在他看来,学习劳动技能不仅不会耽误学习,反而能让同学们学到更多课本以外的知识,对于学生的成长更有帮助。

该校成立了劳动教育领导小组,并出台了《株洲市南方中学学生劳动教育实施方案》,细化工作目标,实施途径、师资培训和结果评价。严格按劳动课程新课标要求,每周一下午第八、九节课为全校学生劳动教育课时间。此外,学校全面落实劳动周、学生值日等相关制度,实施校园环境卫生班级

区域包干、绿化带养护制度,并纳入班级年级月度考核。

2219班易焕鑫同学说:“通过劳动教育,我真切地感受到了劳动带来的充实感、自豪感和幸福感。”

目前,学校还聘请了高校专家参与劳动教育的顶层设计,聘请了市级劳模对劳技教师进行指导,挖掘家长中的技能型人才充实学校劳动教育师资队伍,极大地提升了社会、学校、家庭的教育合力。

实践基地多维度开发特色课程

此次上榜的,还有攸县健坤劳动教育实践基地、株洲市东方四季劳动教育实践基地、株洲市朱亭镇朱亭小学劳动教育实践基地。

朱亭镇朱亭小学劳动教育基地负责人介绍,该基地的课程均围绕“五育并举”设计,从“以劳树德、以劳育美、以劳创新、以劳增智”这几个维度,结合一年四季的不同蔬果进行特色课程的开发,让孩子们在快乐的劳动中能够有所获、有所学、有所乐。

攸县健坤生态园研学基地则以炎帝南方农耕文化为核心,打造了以“神农之耕、我是神农、神农之脉”的研学课程体系,包含45项体验类活动课程,让同学们能够体验耕种、收割等。