

学校管理

# 破解“四难” 实现“四动”

——城区小学落实“每天运动两小时”的探索

■ 成都市实验小学 李康 赵明

学科探究

## 在「慢教学」里「深下去」

——以小学数学为例

■ 南江县红塔小学 王珂

卢梭说:“我们在路上不是像驿夫那样追赶路程,而是像旅行家似的沿途观赏。我们心中不只是想到起点和终点之间的距离,对我们来说旅行的本身就是一种乐趣。”然而,在快节奏的现代教育浪潮中,“高效课堂”“快速提分”等口号不绝于耳,教学仿佛也成了一场争分夺秒的赛跑。然而,小学生的数学学习,就如同培育一株幼苗,需要耐心等待,在“慢慢来”的课堂节奏里,让思维的根系深深扎入知识的土壤。在“慢教学”的实践探索中,我意识到——慢的教育,是一种艺术。

首先,“慢教学”并非拖延时间,而是摒弃以往“填鸭式”的快节奏灌输,在给学生足够的时间去观察、实验、猜测、验证、推理与交流的数学活动中,有机会真正经历“数学化”,获得数学思想和方法。在小学数学课堂上,每一道数学题目的解决,都蕴含着思维发展的契机。以“三角形的内角和”这一知识点教学为例,传统教学可能直接告知学生结论,让学生通过大量练习巩固记忆。但在“慢教学”课堂里,教师会先给学生提供不同类型的三角形纸片,如锐角三角形、直角三角形、钝角三角形,让学生自己动手测量每个三角形3个内角的度数,再尝试将3个角剪下来拼一拼。这个过程中,学生们会经历测量的误差、拼接的尝试等各种情况,虽然花费的时间比直接讲授多得多,但正是在这样的“慢探索”中,他们通过亲身实践,逐步发现无论哪种三角形,其内角和都接近180°。学生们在这个过程中,不仅理解了三角形内角和的结论,更重要的是学会了科学探究的方法,思维能力得到了切实的锻炼。

其次,“慢教学”的课堂也是一个深度交流与互动的场所。当学生有了充分的思考时间后,要让学生们的思维达到“顶峰”,课堂讨论便成为思维碰撞的舞台。以学习“分数的意义”为例,教师可以抛出问题:“你是如何理解分数的?”学生们会结合自己的生活经验,从分蛋糕、分糖果、商场打折等不同角度进行分享。此时教师不用马上给出结论,而是沿袭自然数的传统,通过分数的两个关键要素——分数单位和单位个数,用“1颗糖分4人”的困惑引出整数到分数的认知冲突,让学生在困惑中思考“分数产生的必要性”,充分理解“分4份”→分母4,是分数单位平均分的份数;“取1份”→分子1,就是分数单位的个数。再通过折纸、画图等具象操作,让学生深入理解“平均分”,再用语言描述过程,将具象经验抽象为数学概念。这和传统的“把单位1平均分成若干份,表示这样的一份或者几份的数,叫作分数”本质相同,并不矛盾。

整个过程中,老师的提问始终围绕“为什么”“怎么想”,让学生通过相互质疑、补充,自主建构“分数的本质就是先分后数的数”,这种表达乃是一种简单的丰富——“分”,就是创造了一个单位;“数”,就是数有多少个单位。这样从分数单位的角度来理解分数的意义,更给力、更有后劲。而整个“慢教学”过程其实就是一个不断丰富认识和体验、不断深化认识和体验的过程,“慢”才能丰富起来,也才能深刻起来。

最后,在“慢教学”的实践中,教师还需要关注每一个学生的思维发展节奏。每个学生都是独特的个体,不同的人在学习上有不同的发展速度。教育不是赛跑,而是一场温暖的陪伴。当我们学会以农夫的心态守望成长,以园丁的匠心雕琢个性,教育才能真正成为润泽生命的春雨,这样的教育才符合课程标准所倡导的面向全体、因材施教的教育教学原则。为此,放慢脚步,使教育更加适切儿童生命诗意的生长,意义更加深远。在这个过程中,学生感受到被尊重、被关注,从而增强学习科学的信心,更加积极主动地投入到思维探索中。

教育方式方法,仁者见仁,智者见智。在小学数学教学的道路上,我们应在“慢慢来”的课堂里,观察、倾听、思考,透过那些司空见惯、习以为常的现象看到人的发展本质。遵循学生的认知规律,让学生在数学活动中去体验、去感悟,做到刚柔相济、快慢有致,才能奏响美妙的音符,让慢的教育润泽生命成长。

配合,低段侧重规则意识,中段侧重行为习惯,高段侧重体育品德,评价层层递进,让学生更加明晰要求和标准;统计并分析体质结果性数据、生成学生“数据画像”与专属“运动处方”。如,基于全校50米跑数据画像分析,发现跑道容量有限,无法满足多人同时训练需求。据此优化课程形式,整合跑道与篮球场资源,设立每周二全校统一跑步大课程。经过一学期实践,全校学生50米跑成绩优良率由65.45%提升至80%。

### 四、破解兴趣难题,让学生“乐动”

“乐动”是可持续发展的终极目标。我们通过创造丰富的赛事体验和浓厚的氛围浸润,让运动成为一种校园时尚和生活方式。全员参赛,点燃激情。打破“运动会即少数人比赛”的认知,创设“50米小飞人全校挑战榜”“班级足、篮、排球联赛”“班级跳长绳吉尼斯”等“课课有比赛、人人有项目、周周有榜单”的全员竞赛体系。每学期参赛人员达8000人次。趣味吸引,创造黏性。开展“21天运动打卡”“亲子迷你马拉松”“跨年级运动搭子挑战”等活动。其中,“跨年级搭子”活动彻底打破了班级壁垒,让高年级与低年级学生组队参赛,既新鲜有趣,又促进了混龄交往与团队融合。荣誉体系,塑造文化。将学生运动表现与班级评优、个人综合素质评价挂钩,隆重表彰“运动之星”“进步达人”“模范体育家庭”,让运动成为学生珍视的荣誉,最终实现从“要我动”到“我要动”的转变。

### 三、破解课程难题,让学生“会动”

“会动”是保证运动质量的前提,只有设计相应课程,才能确保学生“会动”。我们从学校能开的、教师能教的、学生爱学的等方面综合考虑,形成奠基课程(4节传统大单元课程+1节教师专项课程)、特色课程(体心融合课程、微周综合课程、特色延时课程)、激趣课程(周末拓展课程)、特长课程(校代表队)四级课程体系。

#### 1.“学练赛评”一体化课程实施

以学定练——根据学生运动技能形成的规律和身心发展规律,对教学内容进行大单元教学计划整体设计,体现教学目标的连续性和进阶性,以篮球为例,低段重球性游戏,中段重行进间运球与简单对抗,高段重战术应用,实现技能连贯成长;以练促赛——安排适宜学生发展的教学内容和负荷,确保每节课不少于10分钟的体能锻炼,平均心率达到每分钟140-160次,为比赛奠定基础;以赛验学——课课有比赛,比赛形式有小组赛、男女赛、结伴赛、班级赛等,旨在激发练习兴趣、检验学练效果、锻炼意志品质;以评促教——评价主体多元、评价形式多样、评价维度多点,助力教师调整教学策略,确保教学目标落地,评价关注全面育人,旨在促进学生全面发展。

#### 2.数据驱动“画像+处方”提质保量

依托“掌上雅园”APP,关注学生整体发展及个体差异,以过程性评价为牵引、结果性评价和增值性评价为助力,整合课堂表现。如学习态度过程性评价以加分引导和扣分警示相

校与周边医疗机构建立绿色通道,确保意外发生时的科学联动处置。

### 二、破解空间难题,让学生“能动”

无法“向外扩张”,便“向内深耕”“向上发展”“向外借力”,学校将每一个角落都变为充满吸引力的“运动乐园”。依托“雅币”统筹机制,学生凭信用分、进步分、文明分可兑换共享运动器材,关联个人表现,通过自主选择器材满足学生“能动”的个性化需求。

一方面,在校内用好空间,打造“运动综合体”。风雨操场架空层变身“趣味挑战区”,绘制跳房子、敏捷梯等地景游戏;楼道墙壁安装不同高度的摸高器,成为课间“纵跳挑战墙”;卫生间外的走廊也利用起来,铺设瞬间跳跃的脚印图案,激发学生随时随地动起来。同时,实施“年级错时早操”。单周一三五年级,双周二四六年级进行室外早操,其余年级室内早操;操场分区使用,低年级在篮球场进行绕场跑,中高年级在跑道跑步,避免交叉冲撞;体育馆由学生参与制定“课程表”,确保各班每三周至少体验一次体育馆内课。

另外,用好校外资源,构建“15分钟运动圈”。破围墙——体育课由校园到公园、部分缓解了校园压力,环境改变、新鲜感拉满,“双园运动圈”15分钟可达,公园定向、越野跑、跳长绳、跳皮筋等充满乐趣;引专业——联动高校引入棒球、飞盘优质师资与项目,专业场馆化身“第二操场”;优管理——外挂社区公共场地,实现足球队代表“校内统筹、校外实训”无缝衔接。



示范 余建平 摄

## 教师成长

# 以校本培训提升教师“五育融合”能力

■ 江苏联合职业技术学院 吴维煌

“五育融合”效果如何?师资是关键。如果依靠师范院校、国培及省培等渠道培养“五育融合”师资,需要较长时间。所以,提升教师“五育融合”的能力,更重要的是靠校本化培养。在校本培训过程中,如何通过教研方式的变革提高教师的“五育融合”能力?这是每所学校要思考的重要课题。

### 一、重视“五育融合”的校本培训

教研组是学校里按学科划分、以学科教学方法与理论研究为重点的教师成长共同体。基于此,学校应高度重视教研组的作用,做好“五育融合”能力师资培训计划,压实教研组责任,强化教研组长的“领头雁”作用,制定教师个体成长规划。各教研组应制订可持续发展的校本师资培训计划,让每个教师通过扎扎实实的教研活动,切实提高“五育融合”教育理念与教育能力的水平。

### 二、从单一的学科教研中走出来

“五育融合”有两个关键含义,一个是“五育”,即:德育、智育、体育、美育、劳动教育;另一个是“融合”,即:将五育融合成一个教育体系,每个教师在体系框架内实施教学。在教研组教研中,要让教师们搞好学科教学的基础上,从单一的学科教学中走出来,由课程教学回归课程育人。目前,学校教研组“学科化”倾

向较为严重,注重研讨“智育”教学能力的提升,不太注重“五育”的融合。如果学校的大多数教研组都秉持这样的教研导向,无论学科教学取得多么好的成绩,也难以让“五育融合”真正得到落实。“五育融合”扎实开展的前提,就是教研组带领教师从单一的学科教研中走出来,在学科育人及“五育融合”上下功夫,切实提高教师的“五育融合”能力。

### 三、加强各学科教研组的横向交流

教育是一个由不同学科教学及丰富的教育实践活动组成的有机体。任何一个环节出现问题,都会导致这个有机体的失衡。因而,必须要加强各教研组之间的横向交流,在融合中织牢教师校本化学习网络。例如,学校根据本校“五育融合”教育的实施计划及存在的短板,定期开展跨教研组的专题研讨,提升教师跨学科教育融合能力;由各教研组轮流牵头,定期开展全校性“五育融合”沙龙活动;当某教研组有好的理念及方法时,应向其他教研组推广。通过各教研组之间高质量的横向交流,扩大教师“五育融合”的教育视野,拓展教师“五育融合”的教育格局。

### 四、加强学科教研与业务指导部门的纵向交流

在以教研组为载体的校本“五育融合”师资能力提升过程中,学校的教务部

门、教科研部门是重要的业务指导部门。教务及教科研部门工作人员应加强对“五育融合”教育理念和教育实践的研究和指导,如,业务主管部门要定期了解各教研组在“五育融合”实施过程中存在的问题,根据问题对教研组进行业务指导;对于“五育融合”能力强的教师,要充分发挥他们的辐射作用,搭建平台,让他们的能力得到最大化地利用。

### 五、放大开放性“示范课”的引领作用

打磨高质量的公开课、示范课,是教研组的一项重要工作。如果由几个教研组合作,共同打磨一节全科育人的开放性示范课,以此为引领,对提升教师的“五育融合”能力能起到积极的促进作用。以小学科学“环境保护”示范课为例,该课的重点是环境保护,在向学生传授相关科学知识的同时,基于当地环境生态,引导学生从美学角度绘出20年后的环境蓝图,从文学角度思考20年后人类带给环境的改变,从道德角度思考建设美好生态环境的个人作为。

任何教育教学活动的高质量实施,都要靠高质量的教师才能达到预期的目的。在“五育融合”教育实施过程中,只有培养能够胜任“五育融合”教育的师资,才能助力学校“五育融合”教育质量的提升。

## 教育叙事

# 到学生中觅光——看到、尊重、成就孩子的三个瞬间

■ 成都市天府实验学校北区分校 岳国忠

### 第一个瞬间:与“小金鱼”的约定

9月1日8:30,校门口,一个孩子不愿进校园。我同爷爷交流后得知,孩子平时奶奶带得多,黏奶奶。我蹲下和她打招呼,但她的小脑袋扭向一边,不理我。我说:“小朋友,能不能先让爷爷带你到校园里去看看?”她点点头。

教室外、花台边有一湾小溪,里面有很多小金鱼。我想给她一个到校的理由,便对她说:“小朋友,你喜欢小金鱼吗?你们教室外小溪里有很多小金鱼,早上它们最喜欢和小朋友打招呼了,你能不能每天来看看,和它们打个招呼呀?”一听到小金鱼,孩子便向小溪望去。

我和她爷爷约定,以后每天爷爷陪她先去看金鱼,和金鱼打过招呼后再进教室。只要她愿来学校,回家后家人们就多多表扬。后面几天,爷爷带她看鱼,教她数鱼;班主任、英语老师也都轮流陪她看金鱼、数金鱼……第二周,孩子愿意自己进教室,爷爷坐在银杏树下等待;第三周,爷爷只送她到门口,班主任前来接她,爷爷和她拉钩之后再离开;第四周,她自己进校园去溪边看金鱼,只要求爷爷下午放学准时来接。经老师、家长共同努力,这只“小金鱼”的校园生活终于正常开启。

### 第二个瞬间:你是老师吗

9月10日早上8点,我照例在校门口迎接上学的孩子们。一年级孩子来到我身边,我和他打招呼。我们问好、击掌之后,他却没有立即走开,而是仰头望着我:“你是老师吗?”我认真点点头说:“我是老师。”“那祝您教师节快乐!”那一刻,我开始重新掂量“老师”这个词语在孩子幼小心灵里的分量,为人师者,究竟该怎样去呵护这个词语的美好!

### 第三个瞬间:今天是我的生日

9月12日早上8点,一个三年级的小女孩,我和她击完掌后,她站到我身边,仰头问我:“今天是我的生日,我9岁了,岳老师,您能祝我生日快乐吗?”

“当然可以啊!”我赶紧对她说,“祝你生日快乐!”孩子很开心,我便请她拿出作业本,我要给她认真地写一句生日祝福语。孩子赶紧抽出记事本给我。我蹲下,然后写“祝××同学生日快乐,学习进步。老岳,2025年9月12日”。我写完双手递给她,她接过本子高声朗读;当她念到“老岳”时,清亮的眼神里泛着光,朝我鞠躬说完谢谢后,赶紧将本子装进书包,蹦蹦跳跳跑向教室。

孩子小小的心愿,我们能够看见并力所能及去完成,若再往前迈一步,或许就能为美好增添更多的内涵。

这个月,这三个瞬间照亮我的教育生活。校园里,孩子是校园生活的主人。我们为老师者,更应多到孩子们中间,去看、去听、去思考;到孩子们中间,平等地同孩子沟通。如果同低龄孩子沟通,就需多一分耐心、多一些亲和、多一些微笑、多一些蹲下、多一些降低语调,尽可能说孩子们能听懂的话,去赢得孩子们的信任和接纳。

校园时时有教育,处处皆教育。但教育,不必在孩子或者家长的天空,去漫天散布那些大道理,或四处引经据典,贩卖高深的理论。教育,就是要善于蹲下身来,睁开眼睛多多观察,张开耳朵多多聆听,在观察中发现细节,在聆听中捕捉机会,在细节中去寻觅微光,给孩子足够的安全感、足够的信任感,引领孩子朝着光亮的方向去张望、去生长。