

静安区共康小学：“双减”下的体教融合新模式，让运动更快乐

随着“双减”新政落地，共康小学针对学生的体育课增加，课余时间增多这些“新”变化，围绕体育课程的设置、大课间体育活动的安排、校园体育竞赛的规划等，进行全方位探索与实践，为学校体育工作注入了新的活力。学校充分利用好课后服务的时段，体育组根据不同年龄段学生体质的实际情况，引进资源，开设丰富多彩的体育活动项目。

“5+N”：
优化体育课程，全面落实“体质健康管理”

为优化体育课程，学校除了充分利用好学校体育教师的专长以外，还聘请专业教练授课补充体育课程的形式与内容，通过设置体育活动项目，让每个孩子五年里都能学习和体验不同的运动项目。对于大课间活动，学校组织体育老师进行专项研讨，以“阳光操场30分”为主题，通过“趣味游戏+体育活动”的方式全面推进。每天30分钟的大课间活动，呈现丰富、多样、高质的发展态势。在每天不重样的阳光体育活动30分钟里，学生们主动快乐地锻炼，脸上除了汗水，更有绽放的笑容。此外，学校积极引导将体育运动带到家庭中去，体育组结合体质与健康测试的基本项目，根据不同的年级设置了“家庭体育锻炼的长作业”，在此过程中，家长也逐渐转变观念，成为孩子高质量的“陪伴者”，主动陪同或辅导孩子参与体育锻炼。

“绿叶运动大联盟”：
体教融合新模式，助力“双减”

为了进一步做好“双减”和课后服务工作，把“减”出来的时间转化为促进学生“德智体美劳”全面发展的时空，在有限的时间内既做好服务又实施学校体质健康管理，助力学生身心健康成长。本学期，学校还参加了上海校园绿叶运动大联盟，该联盟是由上海市教育委员会支持，上海教育电视台打造，旨在建设校园体育课外活动服务与媒体传播平台。作为首批“大联盟”的试点基地校，学校充分利用课后服务第二时段，积极参与“绿叶课后课”的试点实践，体育组合理安排体育锻炼活动，每天分年级在第二时段安排30分钟的集体性体育游戏活动。学校还在第二时段开设了技能型+兴趣型的体育社团，在原有项目的基础上，通过“绿叶课后课”引进优质的、可选择



的、满足学生多样化需要的体育活动资源，推动体育运动在校园的普及，助力学校5+2的课后服务工作。

“趣味运动会”：
校园体育赛事，促进学生健康发展

为了进一步落实“双减”，学校举办了为期一个月的冬季趣味运动会。在一个月的时间里，既有常规竞技类的比赛，如跳绳、50米跑、立定跳远等，又有趣味类的比赛，如旱地龙舟、龟兔赛跑等，学生们在比赛中锻炼，在比赛中成长，收获自信，享受运动的快乐。

2021年12月29日，学校举行了2021年冬季趣味运动会闭幕式。在闭幕式上展示了学校课后服务第二时段的体育特色社团项目，如街舞、啦啦操、武术操等，还有以班级为单位的广播操展示，学生们用健康、活力和激情，展现了共康活力少年的风采。闭幕式还进行了竞技类的迎面接力赛以及趣味运动比赛。通过校园体育赛事，不仅激发了学生喜欢运动的兴趣，同时也促进了校园体育竞技水平的提升。

在“双减”背景下，学校坚守以体育人的功能与价值，突破固有的教育思维，从“传统体育”向“新时代体育”转变，借助校外社会资源，让每一个共康学子在高质量的课堂学习之余，积极参与到体育锻炼之中，运动热情被激发，运动习惯悄然形成，让学生享受体育带来的“乐趣”，促进每一个孩子的健康成长！

深化全员育人 引领自主成长 ——记2021年静安教育学术季时代中学德育展示活动

2021年12月31日，上海市时代中学隆重召开了主题为“深化全员育人、引领自主成长”德育展示活动。本次活动为线上线下相结合的形式邀请各界同仁共同参与，线下活动的嘉宾有：静安教育学会会长徐承博先生；原上海市教委教研室主任、现上海市教师学会学术委员会主任，上海市教育评价协会基教专委会主任王厥轩教授；静安教育基金会主席张连根先生；上海市特级校长顾正卿先生；以及来自本区兄弟单位的教育同行们。

首先进行的是活动的第一板块“育人有行”。由学校青年班主任翦树芬老师展示一堂题为“合作学习促进自主成长”的主题班会教育课。随着“双减”政策的逐步推进，寄宿制学校学生的自主学习需要一个突破，翦老师在这节课上逐步引导学生增强学生自主学习意识，通过真实的情景分析帮助学生总结合作学习的方法，提升自主学习的能力。在微视频《自主发展 快乐成长》中，生动展现了时代中学这几年自主教育的做法，从确定教育理念、培养自主意识、养成自治行为等方面体现了学校学生自主教育的成果。

第二板块的主题为“育人有道”，由黄晓红校长致辞并作主题报告《自主发展，奠基成长之路》，报告从明目标、巧自治、重文化三个角度，阐述了学校在“双减”背景下，通过自主教育的实施，如何切实减轻学生学业负担的思考和做法。

在第三板块“育人有方”和第四板块“育人有格”中，全体班主任老师及部分导师分享了他们的育人经验。校德育学科带头人李欣航老师带领5位班主任，通过对活式论坛《自主教育引领班级文化》开展了在班级文化建设中对培养学生自主能力的研讨，从生生互育、师生助育、家班合育三种途径共话育人之方。

导师李蕾老师首先为大家分享了育人案例《涓涓细流，滋润心田》，认为导师要做一个耐心的倾听者、温柔的抚慰者和良好的沟通者。资深班主任刘婉萍老师带领班主任们和两位导师开展的第二场对话式论坛《全员导师制背景下的班主任挑战》。班主任和导师之间进行了真诚交流和心得分享，从班导合作关系的角色定位、



教育时机的介入、提升班导有效合作等方面进行了生动探索。

教师的成长和学校的发展离不开专家的引领。在专家点评环节，由顾正卿先生和王厥轩教授做了精彩发言。顾正卿先生认为：“人人都是德育工作者”不是一句简单的口号，是每个教师专业发展中不可或缺的一部分。希望时代的老师们要追求学术的精进和专业的卓越，立足现实，胸怀诗和远方，成为学生的引路人。

王厥轩教授首先肯定了本次展示活动，认为学校育人目标符合校情发展，用先进理念和渠道做好育人工作，并且在“时间管理”上走在前列。他建议学校在今后能抓好课堂主阵地，与《道德与法治》课程相结合，拓宽育人内容和教育渠道。

徐承博会长对本次活动作了全面总结，希望学校能在区域发展的关心下，将班导关系的研究上升到理性层面，学校为教师搭建成长平台，在时代中学这片沃土上，将传统历史和优良传统不断传承和发展，让“时代教育”走在新时代的前列。

自主教育是教育部提出的学生发展核心素养的重要内涵之一，时代中学作为一所寄宿制公办初中，经过多年的积累逐步形成了以学生自主教育为实施重点的育人工作特色。时代教育永远在路上，我们将继续关注寄宿制初中学生的自主成长，不忘教育的初心，为学生全面发展、健康成长服务。

金山区吕巷镇社区学校：社区教育助力乡村振兴

近日，金山区吕巷镇社区学校隆重举行上海市2021年重点实验示范项目《社区教育视域下吕巷农耕文化传承发展的实验》项目及成果深化专家指导会。市教委终身教育处正处级调研员夏瑛、上海终身教育研究院院长李家成、华东师范大学职业教育研究所副所长张永、金山区教育局副局长李松皓、金山区社区学院院长毕玉龙出席会议，市重点实验示范项目课题组成员及姚家村相关干部均参加会议。

会上，吕巷镇社区学校课题组成员周丽燕老师向与会领导和专家介绍2021年度市重点实验示范项目《社区教育视域下吕巷农耕文化传承发展的实验》项目及成果情况。

随后，吕巷镇社区学校专职常务副校长潘伟东向领导和专家们介绍项目实验过程和吕巷农耕文化读本《乡土幽芳》的编写过程。读本共四个篇章“农事生产篇”“土布文化篇”“农家生活篇”“民俗民风篇”，以“一主



题一贴画一故事一链接”的形式呈现。

张永认为，本次金山吕巷之行印象深刻，收获颇多，吕巷在绿色环保和农耕文化的挖掘传承非常有特色有亮点。

李家成院长指出，让研究成果更具独特性，要定位在当代价值，与国家政策相链接，努力在上海乡村振兴中作出新贡献，为全国树立新模式，要体现环境和生态、生产和生活，体现生态美；要体现不忘乡愁的独特魅力，感悟到乡土文化发展的力量，感受到乡

土文化品质的力量。

夏瑛对课题项目所取得的成果及吕巷人文传承和生态环境给予充分肯定，对吕巷社区教育聚焦农耕文化深入研究给予高度评价。她希望吕巷立足金山，放眼上海，做到特色发展，着力使示范课题课程化，让特色农耕文化遍地开花，深入人心；通过农耕文化挖掘新文化，做到提炼文化精神、滋养文化精髓，使社区教育引领职业发展、产业升级；她要求，开展数字思维，设立数字基座，营造数字场景，让百姓热爱吕巷。

最后，李松皓对专家们莅临指导表示欢迎和感谢。他指出，“农耕文化”是一个很好的重点示范项目，要以此为契机，促进社区教育不断创新，在社区教育板块做出新亮点、形成新特色。

与会人员还饶有兴致地参观了吕巷镇姚家村美丽埭、库浜学堂、廉韵书屋、农具展示馆等，深入了解金山农耕文化。



记一师附小崇明区江帆小学「新春故事会」语文更有味

2022年的钟声敲响，站在新一年的路口，我们不禁回首遥望，2021年第一学期，一年级的小小帆升入小学后，在短短4个月里，学会了读书，学会了写字，“讲故事”的本领更是飞快增长；二年级的小小帆在语文课堂上跟着老师学习了周恩来、朱德、刘胡兰等革命先烈的故事，还在课外阅读中了解了中国共产党那一段光辉的历史，每个人心中都装进了一个“红色中国”，为了展示小小帆的语文学习成果，使小小帆产生语文学习的自豪感、成就感，在新年到来之际，一二年级语文组组织小小帆开展了“新春故事会”语文学科活动。

一年级的每个小小帆都挑选了自己最喜欢的故事录制成视频，参加班级海选活动，优秀作品在班级里进行了展播，每个班级推选了3名选手参加校级故事会。2021年12月29日中午，18名小小帆在微格教室开展了现场“故事会”，6个班级的小小帆则在教室通过电视转播收看。18个故事精彩纷呈，有玄妙的神话传说，有可爱的动物故事，有引人发笑的小说，有饱含深意的寓言，还有传唱至今的经典童话，无一不体现一年级小小帆丰富、广泛的课外阅读；18个小小帆绘声绘色，一会儿铿锵有力，一会儿抓耳挠腮，展现了小小帆们了不起的表现力。

二年级的小小帆在学习“革命先烈”单元时，就围绕“红色经典”主题在各班开展了“讲故事”活动。12月30日中午，12名小小帆聚在微格教室，通过电视转播，为大家带来了一位位革命领袖与先烈的故事，比赛以《嘎子执行任务》拉开了序幕，刘伯承、小萝卜头、刘胡兰、雨来……一个个机智勇敢的人物，一位位可亲可敬的英雄，一张张鲜活可爱的面容，鼓舞着在场的每一位师生。小小帆们激情满怀，声音时而高，时而低，时如高山瀑布，时如流水潺潺，都深受感染，那艰苦的岁月，看到那不屈的精神。老师和同学都被深深带动，情不自禁地为他们喝彩、鼓掌。

你听，那动听的故事传来，好似春天拔节的声响；你看，那认真的小小帆站在台上，好似初春的暖阳……小小帆们，在新的一年里，请在掌声中，继续讲好一个故事，认识一个人物，明白一个道理，提升口头表达能力，感受语文学习的乐趣。

“我的未来我主宰，同心携手创未来” ——记上外附属宝山双语学校第三届国文周“创—Creator”闭幕式

星汉耿耿，银河迢迢。
冬夜渐暖，春日将至。
新旧更迭，华章日新。

在2021年的最后一天，上外宝山双语学校第三届国际文化周“创—Creator”闭幕式在全校师生的见证下拉开帷幕。

三年以来，上外附校人执着追求，不断探索和创新；让上外附校一步一个脚印，稳扎稳打地走在“加强国际理解教育，推动跨文化交流”的道路上。

The main mark of genius is not perfection but creation. Genius creates a new situation.

英语教研组长陈东亚老师为国文周闭幕式致辞，感谢全体师生为此次国文周付出的努力，并期望同学们都能在上外附校有所得、有所获，成为独一无二的创造者。

嘹亮的歌声，在舞台上回荡着……来自一二年级和七年级的星宝贝们给我们献上了一曲曲动人篇章，实在令人振奋！

多才多艺的星宝贝们在一件件乐器上施上魔法，让音乐富有生命力！Hey，屏幕前的你是否感受到他们想要传达给你的快乐？希望这份欢

乐能够跨越种族，跨越地域，跨越国界，传递给每一个人！

看，远处正走来一群像花朵一样的姑娘，身着鲜艳衣裳的“小小古丽”们，舞出了最动人的朝气。曼妙柔美的舞姿配合优美动听的旋律，展现的是上外附校创造者们的无限青春！

歌以咏志，舞以传情。来自雪域高原充满灵气的藏族女孩，一舞倾城，似乎在那座雪山上，只有一位卓玛和蓝天、白云、牦牛相伴，自由自在。

春天是什么？是发芽的绿草，是流淌的小溪，是舞动的蝴蝶。同样，是少女的悸动，是少女的欣喜，是少女的活力。醉于春风，一舞醉人。舞者将少女游春、惜春、醉春的情感变化，用灵动的舞姿向我们娓娓道来。

杨殊老师、王馨云老师指导的德语诗朗诵《Eichendorff 憧憬》感人至深，王诗嫣老师指导的日语歌曲《哆啦A梦》惊艳四座。我们由衷地希望星宝贝们能够像哆啦A梦一样，小小的身体却充满大大的想法！能够用天马行空的创意为自己和身边人解决各种烦恼。

“看待事物切莫以点带面，以偏概全。”“做事情要持之以恒。”“无论做什么事都要心系他



人”——这是古人告诉我们的质朴无华的道理。来自三(1)班、三(2)班和三(3)班的创造性课本剧表演，用丰富的肢体动作和绘声绘色的表演，引人入胜！

三位小小演说家——葛佳言、耿梓馨、王宜庆的演讲直击我们的灵魂，让我们感受到演讲的力量。

点燃全场气氛的当属老师们的歌诵表演《月光下的凤尾竹》(What I've Been Looking For)《创》(天天向上)和《致橡树》，歌诗寄情，我们的老师是最希望星宝贝们茁壮成长，天天向上的人。前路漫漫，但有你们陪伴黑夜也不孤单。

美好的时光总是短暂，伴随着悠扬的歌曲《Proud of you》，闭幕式圆满落幕。但是向着前方的号角已经拉响。“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”，愿星宝贝们在浩瀚星河中，能够寻找到属于自己的一颗星，谱写最绚丽的人生篇章！