

编者按:中国奥运的先驱者、南开大学创办人及首任校长张伯苓曾指出:“优秀的教师应该懂得体育的,不懂得体育的人,不宜当校长。”自2009年以来,十堰经济开发区马路小学在开发区党委、管委会和区文教卫局的正确领导下,在学校领导班子的带领下,全体教职员心往一处想,劲往一处使,创造性地推行“快乐课间三十分钟”活动,小小课间活动引动学校管理变革,激活师生豪情满怀,赢得了上级领导、教育同仁和学生家长的广泛好评。为此,近期,十堰市人民政府专项津贴专家、市教育督学、北京师范大学教育学课程博士研究生、湖北省成人高校思想政治教育研究会副秘书长陈必发先生对该校党支部书记、校长陈君进行了访谈。

十堰市特色中小学校●品牌职业中专,优质学前教育校(园)长访谈之十堰经济开发区马路小学

快乐课间三十分钟:强身厚德 春满校园

——市政府专项津贴专家陈必发对话十堰经济开发区马路小学校长陈君

课间操既可以促进学生身心健康发展,培养学生的节奏感、韵律感和审美观,又可以增进师生情感,提高凝聚力,形成良好的校风,其重要价值不容忽视。但是课间操组织模式死板、形式单一的痼疾,让学生逐渐丧失了做课间操的兴趣,不仅使其作用越来越小,甚至已经成为许多师生每天都要面对的负担。我们应以前瞻的视野和创新的思路将大课间活动做出色彩,让它绚丽斑斓,给学生与教师发展。

全新的理念 诞生“快乐课间三十分钟”

陈必发: 陈校长,您好!十堰经济开发区马路小学在您和新一届校领导班子的带领下,发生了很大的变化,规模在扩大,环境在优化,校风在端正,质量在提高,特色在凸显,尤其是“快乐课间三十分钟”活动向社会开放以来,已有不少教育主管部门的领导和我市城区中小学校校长来校参观学习,在教育战线产生了“马小效应”,是这样的吗?

陈君: 谢谢社会各界特别是教育同仁们对十堰经济开发区马路小学的关注,“马小效应”是大家对我们工作的赞誉。近几年来,马路小学以创办十项名校为目标,遵循“快乐生活、追求卓越”的办学理念,践行“勤学多练、奋发图强”的校训,积极创设快乐教育、快乐学习、快乐成长、快乐生活的校园环境。以名师工程、习惯养成为抓手,以教育科研为平台,以绩效考核为措施,全面推进素质教育,特别在培养学生良好的行为习惯入手,结合学校实际,大胆借鉴外地先进经验,在学校创设“快乐课间三十分钟”大课间活动,起到了一定效果,取得了一点成绩,在我们办人民满意学校,努力打造学校品牌的道路上只能算是刚刚起步,在实施素质教育的大潮中只能算是沧海一粟,能否达到“马小效应”,我们正在努力。

马路小学“快乐课间三十分钟”大课间活动开展以来,的确受到社会的广泛关注,先后有武当山特区、郧县和市区兄弟学校的领导和同仁来校观摩,市教育局、市教育科学研究所和市广播电视大学、市教育学院的领导专家莅临指导。各位领导和专家对“快乐课间三十分钟”大课间活动给予了较高的评价。2011年5月,市教育局副局长沈培军及市教科院院长赵平大课间活动赞不绝口。《十堰日报》、《十堰晚报》、十堰教育电视台、十堰教育信息网等媒体相继作了相关文字、图片、视频报道。在市、区教育主管部门和兄弟学校的大力支持下,此项活动已作为市级课题研究并顺利结项,在全市中小小学德育工作会上推广交流。

作为基层教育工作者,我们常常在思考:我们的中小学生在书本知识掌握得很好,但是实践能力和创造精神还比较缺乏,多年来我们一直在强调重视并努力实践素质教育,但是为什么成效还不够明显?我们努力地在工作中寻求答案和突破口,探索如何在小学阶段培养学生良好行为习惯,让每位学生在快乐学习、快乐生活中形成良好习惯,达到“知、情、意、行”的整体统一。因此,“快乐课间三十分钟”就成了我们学校德育体系中塑造学生健全人格的切入点和突破口,从学生课间活动益智健体、安全有序抓起,以此带动小学生文明礼仪、学习读书、卫生健康、心理品行等良好习惯的养成。经过两年多的实践,在全体师生共同努力下,我们通过多次组织演练和不断改进,直到目前形成师生们每天的一种习惯。如今,马路小学的“快乐课间三十分钟”,所有师生共同参与,整个课间活动规范有序、整齐划一,锻炼了学生意志,消除了安全隐患,丰富了教学内涵,凝聚了学校文化,成为校园一道亮丽的风景。

陈必发: “快乐课间三十分钟”这个名字挺新颖的,学校是怎么想到了这个命题?它有什么特别的含义或者说有什么可以给大家讲述的故事吗?

陈君: 说起“快乐课间三十分钟”这个名字的来历,其来源于早先的一次异地教育考察。记得那是2009年9月的一天,那天的《德育报》上发布消息称,10月将要在辽宁盘锦召开“中小学生学习行为习惯培养现场会”。这项活动由《德育报》社牵头主办,针对当下中小学生学习行为习惯培养的现场展开探讨与交流,通过观摩那些在学生行为习惯培养上有先进做法和实践经验的学生,从而找出培养学生良好行为习惯的方法和对策。该项活动已举办两届,参会人员多达千余,并引起了与会者强烈的反响。考虑到我校正在寻找一个培养学生行为习惯的抓手而苦恼,我欣然踏上了与会考察之旅。

在盘锦聆听了著名教育家魏书生先生的报告后,我们上了一堂实地考察盘锦教育的专车。一上车门,就听见激情豪迈的运动曲响起,放眼望去,学生和老师们迈着整齐的步伐在操场上慢跑。他们的动作是如此的整齐,步调是如此的统一,口号是如此的响亮。此时的我,看得目不转睛,情绪也变得亢奋起来。我发现,学生和老师在慢跑中个个神采飞扬、精神焕发;在慢跑的过程中,学生之间配合也非常默契,始终按照音乐的节奏不断前行。未发出一人超前和落后;学生的慢跑是没有老师带领的,大家却显得非常自觉;慢跑结束后,学生唱着歌曲,踏着步点,快乐地向着班级走去。眼前的一切让我惊呆了,一个大课间活动既锻炼了师生的身体,又培养了学生的自我管理能力和团队协作意识,真可谓是一举两得。师生离开操场后,我独自在校园中漫步,偌大的校园竟找不出一粒垃圾,连楼梯拐角这些最隐蔽的位置也是干干净净。我迫不及待地按下了照相机的快门,记录下了我所看到的一切。

返校后,我迅速召集了校委会一班人,将此次考察的心得体会向他们作了一次专题汇报。渐渐地,心中的一个想法变得清晰起来。我们能不能将他们的大课间活动的形式移植过来,加上因地制宜的改造,为学校所用呢?在全校体育组老师及全体班主任的共同努力下,凸显我校特色的大课间操应运而生。这时,部分老师问我:能否为咱们的大课间活动起个名字呢?我不想地想起,在盘锦所参观学校墙壁上的一幅标语:“每天锻炼一小时,健康工作五十年,快乐生活一辈子”。是啊!我们学习的目的是什么,锻炼的目的是什么,不都是让我们能快快乐乐地生活吗?鉴于此,我就将名字定为“快乐课间三十分钟”。



访谈人: 陈君, 十堰经济开发区马路小学党支部书记、校长 (上图)

访谈人: 陈必发, 十堰广播电视台、十堰教育学院副教授, 市知名教育专家 (下图)



陈君: 长期以来,课间体育活动仅限于学生做操,并且多年来做一套广播体操,在偌大的中国几十年竟没有什么变化,其内容单一、乏味,形式机械、呆板,学生早已厌倦,绝大多数学生只是敷衍了事,应付而已,不仅体育锻炼的效益低下,而且还禁锢了学生的个性发展,弄不好还会让学生染上一些不良习惯,如做事马虎、被动应付,从而影响着学生的身心健康。因此,改革传统的课间操活动势在必行。

我们认为“快乐课间三十分钟”活动,既是一种学校课程,又是一种学生生活,还是一种校园文化,概括地说,它至少有四个方面的意义。 1、“快乐课间三十分钟”活动能提高学生对体育锻炼的兴趣。“快乐课间三十分钟”活动是由丰富多彩的体育运动组成的,是小学生极其喜欢的活动,对培养学生参与体育活动的兴趣和爱好,对调动学生的体育热情有很好的促进作用。 2、“快乐课间三十分钟”活动体现了素质教育思想,体现了体育教育的功能和价值,体现了“以学生发展为中心”的理念。在繁忙的学习中参加课间活动,真正实现了“把时间还给学生,把空间留给学生,把方法教给学生,把健康带给学生,让学生到阳光下,到操场上,到大自然中去活潑健康地成长,能使学生身心、大脑的紧张在优美的乐曲声中得到缓解,不仅锻炼了身体素质,而且调节了紧张的学习气氛,放松了心情。 3、“快乐课间三十分钟”活动能促进师生身体健康,提高师生的身体素质,健康的体魄是学习和生活的基础,对于老师来说,参加大课间活动能更好地调节身心,消除职业倦怠。很多老师工作时间长,工作量大,很少有充足的锻炼时间,参加课间活动可以在一定程度上缓解工作压力。对于学生来说,在繁忙的学习之余参加课间活动,不仅锻炼了身体素质,而且调节了紧张的学习气氛,放松了心情,而且结合学生的年龄特点和学校办学特色,设计、融入、美化特色项目的动作,编成学生喜爱的舞蹈,可以提高学生的协调能力,发展灵敏、柔韧、力量、协调素质。儿童神经系统发育最早、最快,抓紧这一时期进行灵敏素质练习,使他们具有较好的反应能力,动作速度、平衡力、节奏感都有明显的提高。 4、可以在活动中培养学生健康的心态。活动教学能培养学生的创新精神、竞争意识、合作意识、集体意识等优良品质,而这些优良品质正是一个人健康心态的集中体现。 国家提出“每天锻炼一小时,健康工作五十年,幸福生活一辈子”的口号,我们要驾着体育与健康课程的航船,乘风破浪,奋勇向前,带领学生驶向健康彼岸。



团结、务实、创新的学校领导班子。 左起曾勇(工会主席)、杨武(副校长)、陈君(校长)、杨文(副校长)、王伟(副校长)、李晓璇(党支部副书记)

特别的价值 认识“快乐课间三十分钟”

陈必发: 毛泽东主席曾说过:“体育,载知识之车而寓道德之舍也。”你们为什么抓住“快乐课间三十分钟”这一课题不放,它有什么特别的意义吗?

陈君: 毛泽东主席曾说过:“体育,载知识之车而寓道德之舍也。”你们为什么抓住“快乐课间三十分钟”这一课题不放,它有什么特别的意义吗? 陈君: 长期以来,课间体育活动仅限于学生做操,并且多年来做一套广播体操,在偌大的中国几十年竟没有什么变化,其内容单一、乏味,形式机械、呆板,学生早已厌倦,绝大多数学生只是敷衍了事,应付而已,不仅体育锻炼的效益低下,而且还禁锢了学生的个性发展,弄不好还会让学生染上一些不良习惯,如做事马虎、被动应付,从而影响着学生的身心健康。因此,改革传统的课间操活动势在必行。

我们认为“快乐课间三十分钟”活动,既是一种学校课程,又是一种学生生活,还是一种校园文化,概括地说,它至少有四个方面的意义。 1、“快乐课间三十分钟”活动能提高学生对体育锻炼的兴趣。“快乐课间三十分钟”活动是由丰富多彩的体育运动组成的,是小学生极其喜欢的活动,对培养学生参与体育活动的兴趣和爱好,对调动学生的体育热情有很好的促进作用。 2、“快乐课间三十分钟”活动体现了素质教育思想,体现了体育教育的功能和价值,体现了“以学生发展为中心”的理念。在繁忙的学习中参加课间活动,真正实现了“把时间还给学生,把空间留给学生,把方法教给学生,把健康带给学生,让学生到阳光下,到操场上,到大自然中去活潑健康地成长,能使学生身心、大脑的紧张在优美的乐曲声中得到缓解,不仅锻炼了身体素质,而且调节了紧张的学习气氛,放松了心情。 3、“快乐课间三十分钟”活动能促进师生身体健康,提高师生的身体素质,健康的体魄是学习和生活的基础,对于老师来说,参加大课间活动能更好地调节身心,消除职业倦怠。很多老师工作时间长,工作量大,很少有充足的锻炼时间,参加课间活动可以在一定程度上缓解工作压力。对于学生来说,在繁忙的学习之余参加课间活动,不仅锻炼了身体素质,而且调节了紧张的学习气氛,放松了心情,而且结合学生的年龄特点和学校办学特色,设计、融入、美化特色项目的动作,编成学生喜爱的舞蹈,可以提高学生的协调能力,发展灵敏、柔韧、力量、协调素质。儿童神经系统发育最早、最快,抓紧这一时期进行灵敏素质练习,使他们具有较好的反应能力,动作速度、平衡力、节奏感都有明显的提高。 4、可以在活动中培养学生健康的心态。活动教学能培养学生的创新精神、竞争意识、合作意识、集体意识等优良品质,而这些优良品质正是一个人健康心态的集中体现。 国家提出“每天锻炼一小时,健康工作五十年,幸福生活一辈子”的口号,我们要驾着体育与健康课程的航船,乘风破浪,奋勇向前,带领学生驶向健康彼岸。

陈必发: “快乐课间三十分钟”行进的队伍中,有一支方队特别耀眼,那就是教职工方阵。在这一支队伍里有的是刚刚进入教师行列的年轻人,也有将要退休的老教师,为什么教职工有如此高度的自觉与自律,成为学生健康成长的带头人和示范者? 陈君: 我校开展大课间活动经历,我们有一份感动,那是因为我们全校上下同心同德,付出过艰辛劳动,才有了今天的收获;我们也有了一份激动,那是因为我们看到孩子们也在快乐中长大,我们更有一份深深的感激,那是因为我们所有的活动得到了各级领导、全体教师、学生家长的支持帮助。

陈必发: 让“快乐课间三十分钟”进行的队伍中,有一支方队特别耀眼,那就是教职工方阵。在这一支队伍里有的是刚刚进入教师行列的年轻人,也有将要退休的老教师,为什么教职工有如此高度的自觉与自律,成为学生健康成长的带头人和示范者? 陈君: 我校开展大课间活动经历,我们有一份感动,那是因为我们全校上下同心同德,付出过艰辛劳动,才有了今天的收获;我们也有了一份激动,那是因为我们看到孩子们也在快乐中长大,我们更有一份深深的感激,那是因为我们所有的活动得到了各级领导、全体教师、学生家长的支持帮助。

陈君: 我校开展大课间活动经历,我们有一份感动,那是因为我们全校上下同心同德,付出过艰辛劳动,才有了今天的收获;我们也有了一份激动,那是因为我们看到孩子们也在快乐中长大,我们更有一份深深的感激,那是因为我们所有的活动得到了各级领导、全体教师、学生家长的支持帮助。

陈君: 是的。自开展大课间体育活动以来,我们做到课间活动于德育培养之中,在潜移默化中实现德育目标。最直观的感受是学生的精气神足了,个个生活活泼,仪表整洁,精神面貌发生了明显的变化,师生之间共同参与体育锻炼,交流机会更多了,距离拉近了,师生关系融洽了;纪律、秩序、文明礼貌程度大大提高了,学校的凝聚力得到增强。大课间体育活动是人人参与的体验活动,学生在运动场上获得更多的成功体验,同学之间的互助合作,加深了友情,集体意识和荣誉感提高了;重视以人为本,发挥个人的自主能动性,较好地起到调节、平衡身心的作用。 每天大课间活动开始后,伴随着《解放军进行曲》的音乐旋律,一队队整齐的队伍一路高呼“上下楼梯靠右行,你谦我让脚步轻;校园是我家,不乱丢不乱画”的口号进入运动场。《一二三四》嘹亮的歌曲合着师生们整齐划一的跑步声和一句句“勤学多练,奋发图强,快乐生活,追求卓越”的口号,响彻校园上空,迎合着激昂、振奋的少年儿童《学习雷锋好榜样》进场,在《幸福拍手歌》的欢快音乐中跳起集体舞,整个校园被这种团结配合的氛围所感染。大课间操不仅能很好地培养学生的美感、意志力、团队精神和集体荣誉感,而且能很好地规范学生的行为习惯。我们把大课间活动作为学校一门校本课程来抓,因为我们深知长期坚持能形成习惯,习惯决定性格,性格决定命运。我们创造性地提出“以体促德,以体促智,以体促德,以体促发展”的体育理念,制订了“大课间操活动方案”,把大课间活动作为学校一门校本课程来抓,以规范、整治大课间操为切入点,全面启动学生良好习惯的养成工程,促进良好班风、校风的形成。通过测试表明,开展大课间体育活动以后,每天合理的运动量使学生身体素质有所提高,体育课考勤显示,因病缺课的学生越来越少,平时患感冒的学生也减少了,学生抵抗疾病的能力提高了。同时,规范了学生管理,提升了学校的知名度。

围绕操环节之伸展运动