

闽江学院

以体育人：新型体育俱乐部制教学改革

从窝在宿舍“躺平”玩手机到每天和室友在校园跑步打卡，从最初在体育课“摸鱼”玩耍，到如今被花样繁多的体育项目深深吸引，闽江学院大二学生许飞扬形容自己的大学生生活活力四射。

在闽江学院，越来越多的大学生从宿舍走出来、把手机放下来、到户外动起来，在体育锻炼中享受乐趣、秀出自信。近年，学校学生体质健康状况呈逐年攀升态势，《国家学生体质健康标准》测试合格率从2016年的86.20%提升至2021年的91.88%，体质测试平均分比5年前提高2.31分。

闽江学院学生体育竞赛成绩也水涨船高，群体竞赛成绩喜人，学校美誉度增强。近年来获得省级以上比赛单项冠军20项、亚军12项、季军10

项，在福建省本科高校中保持前列。被称为“天花板级别”的品牌校园体育活动之系列“千人校园健身操”，受到多家主流媒体的关注和报道，点击量与转发量超过6000万，引起了强烈的社会反响；品牌校园体育活动之“荧光夜跑”，特邀奥运冠军徐云丽等参加，活动冲上新浪微博同城热搜榜单。这些成绩的取得，与闽江学院开展的新型体育俱乐部制教学改革探索密不可分。

闽江学院于2013年探索体育俱乐部制教学改革，提出课程模块设计和课内俱乐部设想；2014年，明确了俱乐部制教学改革方向，开始构建课内、课外俱乐部教学体系，出台相关管理制度；2015—2016年，探讨提升课内外运动量、增强学生体质的方案，与

科技公司合作研发适合学校特点的“运动世界校园”APP；2017年，正式出台体育俱乐部制教学改革实施方案，率先在全省实施新型俱乐部制教学改革。实施课内外初、中、高三级阶梯式动态调整的会员制度，实行“三自主”（自主选择任课教师、自主选择上课时间、自主选择运动项目）和“三不同”（不同时间、不同水平、不同兴趣）选课。

为有效实施新型体育俱乐部制教学，学校编写出版了《普通高校体育俱乐部实用教程》等教材，制定《闽江学院体育俱乐部教学大纲》《闽江学院体育俱乐部活动指南》《闽江学院运动世界校园阳光行实施办法（试行）》等一系列规章制度。目前，共开设29项运动课程和10个课外俱乐

部，有中级会员班14个、高级会员班1个。全方位、多层次的“体育运动超市”，让闽江学院的校园洋溢着运动的热情和活力。

闽江学院公共体育教学部主任林立说，在德智体美劳“五育”中，体育处于重要的“C位”。体育俱乐部制教学改革为闽江学院师生提供了一个认识体育、参与体育、热爱体育、享受体育的开放性平台。学校体育工作以提高大学生综合素质、服务青年全面发展为价值引领，以学生终身受益为旨归，通过教学、锻炼、竞赛、测试等形式，探索体育与德智美劳教育的有机融合，打造体育课程思政体系，提升学生体质，锤炼意志品质，塑造健全人格，促进学生全面发展。

据介绍，闽江学院新型体育俱乐部制教学改革倡导“以学生为中心，以人格塑造为主线”的教育理念、以“享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志”为改革航标，提出“一核双轮三任务四平台”的俱乐部制教学架构，即以“服务适应社会需要的高素质应用型人才培养”为核心，以“课内俱乐部、课外俱乐部”为双轮，“教会、勤练、常赛”为三任务，以“体育教学、课外锻炼、运动竞赛、体质测试”为四平台。通过“俱乐部课程体系化、课内外锻炼常态化、活动实施科学化”等一系列创新举措，形成了突破时空局限、丰富课程体系、深度融合第一课堂和第二课堂的应用型本科高校公共体育教学新模式。

邵林宇是闽江学院金融学专业

2020届毕业生，目前在福建冠深集团担任体育项目负责人，参与过中国男篮中喀热身赛、中国女子水球队备战奥运会、福建省男子篮球联赛等多项大型体育赛事的运营工作。他说，学校开设的体育课程对他产生了持久且深远的影响，是 he 打开体育行业之门的一把重要钥匙。

天天不断线的校园乐跑、周周不断线的体育赛事、月月不断线的系列活动，让学生在繁忙课业之余，尽情挥洒汗水，锻炼个人体魄。“在大学里，我们不仅学到了系统的专业知识，还塑造了强健的体魄、锤炼了坚强的意志，毕业后能精力充沛地处理工作中的各种问题。”远赴新疆基层工作的2019届毕业生胡乐天说。

闽江学院党委书记叶世满表示，学校新型体育俱乐部教学改革实践，既推动了体育锻炼与体育竞技、体育素养和体育精神的对接融合，又深化了体育元素与思政元素的融合对接，充分体现了以体育智、以体育德、以体育人的独特功能，更体现了培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人的目标旨归。

（张德凤 雷雯 李晓滨）

江苏省太仓中等专业学校

畅通发展高速路 搭建成才立交桥

建设技能型社会是国家全面提升经济实力、科技实力、综合国力的必然要求，作为与经济社会发展联系紧密、与就业和民生关系直接的教育类型，近年来，职业教育在经济社会发展全局中的作用愈发凸显，支撑了实体经济发展和“制造大国”建设。“国家重视技能，崇尚技能，人人学习技能，人人拥有技能”的技能型社会特征，为我国职业教育改革发展赋予了新的时代使命。

太仓中专围绕区域产业“11155”发展目标，设置了港务信息、现代物流、文化艺术、旅游服务、交通运输、精密制造、机电技术、能源电力、生物化工、智能控制10个专业群；建设了机械设计与制造、数控技术、模具设计与制造、机电设备技术、汽车检测与维修技术、港口机械与智能控制、国际商务、艺术设计、现代物流管理、电子商务10个五年制高职专业和会计等8个“3+3”中高衔接项目。同时，学校目前建有江苏省示范专业3个、江苏省品牌专业3个、江苏省特色专业1个；建成数控技术应用、艺术设计、计算机应用和电子技术应用3个江苏省现代化专业群；建成数控技术应用、机电设备安装与维修2个江苏省现代化实训基地；建成服务外包、汽车维修2个江苏省高水平示范性实训基地。

在享有“江海之通津、东方之巨港”美誉的江苏太仓，“十四五”规划明确提出加大职业教育投入，促进区域职业教育高质量发展，其中更是把“加快江苏省太仓中等专业学校港城校区建设”作为工作重点。作为一所公办全日制中等职业学校，江苏省太仓中等专业学校（以下简称“太仓中专”）始终秉承“砺志、尚美”的校训，弘扬“求实、创新”的校风，恪守“敬业、爱生”的教风，践行“诚信、精艺”的学风，坚持“面向世界、面向学生、面向地方经济”的开放办学理念，汲取德国“双元制”教育精髓，凸显“双元制”本土化办学特色，探索出一条“主动适应社会、主动服务社会”的校企合作办学之路。

抓住发展机遇 打造职业教育“江苏高地”

“十四五”时期，太仓市坚持集中、集聚、集约的原则，优化产业空间布局，构建沿江经济带、临沪经济带两大产业带，不断提升重点功能区发展水平，壮大产业能级，促进长期融合发展。在这一背景下，创建于1984年的太仓中专以“学生是未来，将他育成才；学生是未来，一定能成才”为核心教育理念，把“助学生成才，让社会满意”作为基本办学宗旨，把“培养具有良好人格、较全

面的专业知识和较强的职业能力、与国际接轨的技能人才”作为根本办学任务，紧紧围绕“领航现代学徒制、培育未来大工匠”品牌建设，深化“双元制”课程本土化策略，全面落实立德树人根本任务，为太仓经济社会高质量发展提供技术技能人才支撑。

在创新机制方面，以创新人才培养模式为抓手，完善组织机制（主体分责机制、多元联合管理机制等）、运作机制（治理体系、支撑体系、结构体系“三位一体”融合运行机制、契约文化运行机制、生态化运作机制等）、评价机制（评价主体多元化机制），以发展性评价为主线的评价形式、手段、途径多元化机制等），紧盯现代学徒制，完整构建基于“双元制”本土化的现代学徒制“太仓模式”管理体系。

在抓住核心方面，深化“双元制”课程本土化策略，着力构建起“工作过程系统化”的现代学徒制课程体系，大力推广行动导向教学，活化模块化教学、行动学习、过程化践行等课程实施途径，创新第三方评价组织的构建，提高第三方评价的广度和深度，完善现代学徒制课程评价体系。

在突破瓶颈方面，建设培养高质量工匠的现代化学徒培训中心，打造若干数字化、集成化的同太产业、企业发展态势相符合的学徒培训中心，打造若干集教育教学功能、生产功能于一体的企业“学习岛”，形成与各专业群相适应的学徒培训中心群，全面提高技术技能型人才培养质量。

搭建多维平台 拓宽多元成才成长路径

当前，产教融合、校企合作已成为激发职业教育办学活力、培养高素质应用型人才的关键点和着力点。太仓中专全面推动政、行、企、校协同建设“校中厂”“厂中校”“企业学院”“博士工作站”“产品研发实验室”“培训中心”“学习岛”等培训平台，重点建设培训平台的设备、设施等硬件，架构、优化、融合、提升培

训平台的课程体系、课程内容、教学情境、师资队伍以及教学实施体系、运作模式等软件。

为推进“双元E+”智慧校园管理平台建设，学校逐步完善用户中心、人脸识别、一站式服务、云桌面等信息化基础设施，实现“一校两区”智慧管理，继续完善校企协同教学团队共组、培养计划共建、教学实施共管共推、大数据可视化共享共用的“互联网+现代学徒制”校企协同平台，实现各硬件管理平台和“双元E+”的数据融合、分析对接、训练预约等，建成智能化校园。

在建设国际合作交流平台方面，学校与国际友好合作学校、德国手工业行会、德国工商总会、德国驻上海总领事馆文化教育处歌德学院等优质教育机构及行业企业建立了12个稳定的国际合作项目，深入推进与德国斯坦伯格学校（HSS）、意大利马切拉塔美术学院等友好学校的合作，与HSS开展师生互动交流，围绕学生管理、资源建设、标准引进、就业升学等开展合作。

为继续拓展国际交流渠道，2021年太仓中专与德国ETS学校结为友好学校，积极推进“培训中心”学生国际访学，通过省市、自组、企业组团等方式组织教师参加学习和培训，并邀请外教专家带领教师开发课程、走进教室为学生授课。同时，学校参与承办了“太仓杯”中德高端制造工匠技能挑战赛和中德“双元制”教育创新发展太仓论坛，鼓励学生积极参加世界技能大赛和国外知名行业协会技能比赛，探索“走出去”参与境外技术技能人才培养和教育合作机制，服务国家“一带一路”倡议。

深化教学改革 构建动态人才培养机制

为强力推进行动学习教学改革，

太仓中专专准确定位人才培养目标与培养规格，以技术技能成长为为主线，强化核心素养与核心能力培养，高质量完成专业群“三报告”，构建动态调整专业人才培养方案机制。

太仓中专遵循专业基础相通、技术领域相近、工作岗位相关、教学资源互补、两校区错位发展的原则，合理规划建设专业群。学校深入调研企业，逐步调优调强专业群结构，各专业认真实施“203002”工程，深入开展“三访问”“三找”“三活动”，高质量完成“三报告”，逐步完成港务信息、现代物流、文化艺术、旅游服务、交通运输、精密制造、机电技术、能源电力、生物化工、智能控制等专业群的建设和。

基于“双元E+”平台，学校开展了相应专业群职业岗位的调研分析，通过岗位分析、工作领域分析、工作任务和职业能力分析，形成分析报告，实施“日释”和“期释”方式工学交替，每年滚动修订专业群各专业实施性人才培养方案，围绕特定的“服务域”，设置“群（类）平台课程”“专业平台课程”“专业方向课程”“群选修课程”，建成各专业间彼此联系、共享开放的课程体系。学校以机电类专业为试点专业，开展了“机电类专业实施‘1+X’证书制度实践研究”，制定科学详细的实施方案，引进国际通用职业资格证书，试行“1+X”证书制度，并推进“1”和“X”的有机衔接，将证书培训内容及要求融入专业人才培养方案，优化课程设置和教学内容，加强专业教学团队建设。

学校汲取德国“核心课程”“学习领域”课程的精华，建立以“模块化”“项目化”为特征的课程资源开发有效机制，实施机电类专业“新型活页式、工作手册式教材及配套信息化资源开发”品牌建设，完成机电类专业新型活页式、工作手册式教材及配套信息化资源的开发工作。在此基

础上，学校深化课堂教学改革，积极组织行动学习教学系列培训和“活力课堂”展示活动，推行工学交替、模块化教学、行动学习、项目教学、情境教学的广泛深度应用。

在凸显“双元制”本土化办学特色方面，学校始终将“三建设一合作”（师资队伍建设和工作过程导向课程建设、教学工厂建设和全方位校企合作）作为中心工作，创造性地构建了“政府部门主导、主体融合、合同信守、工学交替、素质评估”的运行模式。学校引进国际先进职业教育理念、标准和资源，重点打造以中德合作为主的国际合作办学特色，先后与德国、日本、加拿大、意大利等国家建立紧密合作伙伴关系，与克恩-里伯斯（太仓）有限公司、舍弗勒（中国）有限公司、海瑞恩（太仓）精密技术有限公司、慕贝尔汽车部件（太仓）有限公司等企业深度合作共建“双元制”学徒培训中心，为企业培养了近万名技术技能型的专业技术工人。……

深耕职业教育领域30余年来，太仓中专聚焦太仓市“两地两城”建设，主动适应太仓制造业能级提升、服务业业态创新以及社会公共服务的需要，聚力“四大两提一强”战略发展机遇，推动学校人才培养质量的提升，深入推进“双元制”本土化实践，并先后荣获国家重点中等职业学校、全国中德合作学校德育工作先进集体、中国当代特色学校、江苏省四星级中等职业学校、江苏省职业教育与社会教育先进单位、江苏省双拥示范基地、江苏省中小学先进基层党组织标兵单位、江苏省职业教育课程改革实验学校、江苏省高水平示范性职业学校、江苏省中等专业学校领航计划建设单位、国家教育部和江苏省现代学徒制试点单位等称号，为学生搭建了多样化选择、多路径成才的“立交桥”！（丁亮）

“双减”赋能高效课堂 增质提优成绩显著

——江西省上饶市广丰区永丰街道永丰中学落实“双减”

江西省上饶市广丰区永丰街道永丰中学（以下简称“广丰区永丰中学”）积极响应“双减”政策号召，采取多项有力措施，将“双减”政策落到实处。

加强教师思想工作 转变教育观念

转变教育理念、提高教学水平，是落实“双减”政策的前提。要把“双减”实施到位，首先要保证教师队伍思想高度统一：认同“双减”，服从“双减”。

学校多次召开全体教师“双减”推进会，反复解读、学习、领会政策，努力让每名教师都认识到“双减”的重要性及实施“双减”的重要意义。全体教师签订“双减”承诺书，在学科教研组的带领下认真学习“双减”精神，写学习体会。

要把“双减”政策实施到位，还需要家长的支持和学生的配合。学校通过班级微信群、班刊、校刊、致家长信等形式，宣传“双减”政策，帮助家长和学生了解国家教育政策的走向，转变思想观念，理解并支持学校的“双减”工作。

“双减”政策是当前教育的一项重要改革内容，离不开全社会的支持和推动。因此，学校以问卷调查等形式，在社会和家长中开展满意度调查，征询对“双减”工作的意见。

加强备课打造高效课堂 优化作业设计

优质的课堂教学是顺利实施“双减”政策的保障。只有提高课堂效率，才能为“双减”铺路。学校强化了教师的备课环节，将集体备课与个

性化备课相结合，转变备课评价方式。学校每周安排学科教研活动，教研组集体备课，教师共同探讨教学目标、方式、手段和课堂管理等内容，集思广益形成共案。每名教师再结合自己所教班级和学生的情况，写出个性化教案，根据学科与学生特点设计、创造和创生课堂。

学校通过集中检查、抽查、优秀备课展示等形式，对教师备课作出评价，多角度多层次展示优秀教学方案，鼓励教师优化教案。

课堂是教学的主阵地，只有实现高效优质的课堂教学，才能为落实“双减”政策保驾护航。学校从四个方面帮助教师完善和提高课堂教学质量：一是以学生为主体，打造高效“生本”课堂，构建“乐享”课堂模式，让学生在愉快、主动、探究、合作中学习；二是通过乐视视频、巡

视、通报等方式，随时检查课堂情况，督促学生端正坐姿、勤做笔记，使学生能够在有限的课堂45分钟内学有所得；三是学校在不提前告知、不预设听课课程的前提下，不定期推门听课，重点关注教师的课堂教学，评价教学效果；四是要求每名上示范课的教师进行集体备课和磨课，帮助教师提升教学质量。

“双减”政策也对作业提出了要求。学校重新设计作业环节，实施分层个性化作业内容：一是合理布置各科作业，要求学生尽量在课堂上完成，不把作业带回家，作业难度符合课标要求，不超标、不留课后作业；二是按学生特点分层布置作业；三是严控书面作业总量，确保学生每天的书面作业完成时间平均不超过90分钟；四是提高课堂效率，优化作业方案，让学生能够学以致用；五是加强作业统筹设计，实行作业

公示制度，公示作业被列入教师常规工作项目并作为评价依据，学校对教师设计的优秀统筹作业进行奖励。

强化课后服务形式 丰富服务内容

在落实“双减”政策的同时，学校还要开展学生课后服务，促进学生特长发展，提升综合素质，保证学生健康成长。

广丰区永丰中学立足于本校实际情况，为学生们提供了丰富多彩的校内课后服务内容：安排学生完成家庭作业、教师现场答疑辅导、自主阅读、兴趣活动等。

学校创新课后服务形式，为学生提供阅读、体育锻炼、发展艺术特长的机会，通过科普活动、娱乐游戏、拓展训练、兴趣小组、观看影片等，

让学生劳逸结合，避免学习疲劳，达到“减量增效”的目的。

学校成立了十字绣、电脑维修、剪纸、素描描写、舞蹈、声乐、篮球等社团，在课后服务时间为学生提供丰富多彩的“第二课堂”，丰富了学生的校园生活，愉悦了学生的身心，提高了学生的艺术修养，激发了学生的学习热情，对“双减”起到了润滑、推进作用。

广丰区永丰中学还充分利用校内外运动资源，开足开齐体育与健康课，保障学生每天校内、校外各有一小时的体育活动时间，让每名学生在努力掌握1—2项运动技能，养成锻炼习惯，增强体质。每天上午9:40—10:00是学校的阳光快乐大课间，学生们走出教室，来到操场，强健体魄，迸发出青春的活力。学校还建立了学生体质健康档案，对每名学生进行体质健康监测，要求学生每天做好两次眼保健操，有效防止近视。

2022年全国教育工作会议已经落下帷幕，会议明确指出要持续打好“双减”攻坚战。广丰区永丰中学将继续贯彻落实“双减”精神，构建良好教育生态，促进学生全面发展、健康发展。

（谢晓明 徐晓辉 姚映丽）