

特别关注

深圳信息职业技术学院:

五育融合培养学生体商素养

本报记者 刘盾 通讯员 连燕纯 弓晓军



她变化太大了,现在远远看到我就会笑。深圳信息职业技术学院学生许静(化名)刚入学时,体育部教师余俊宾就发现她郁郁寡欢。因担心体测不过会影响学业,许静越发焦虑。余俊宾针对许静肌肉偏弱等情况,为她私人定制运动处方,引导她强身健体。短短数月后,许静顺利通过多项体测,变得

阳光自信。

近年来,该校通过机构、课程、活动、研究、服务五措并举,着力构建体商素养培育体系。学校通过常态化、趣味化、生活化开展体育活动,以体树德、启智、育美、爱劳。学生有动力、学校有活力、教育有生命力的良好氛围正在学校生成。

1 引导学生走出宿舍跑向操场

下午放学后的学校,像下班后的工厂那样静悄悄。2016年,刘锦履新该校党委书记,她发现,部分学生喜欢宅在宿舍玩手机、打游戏等,存在晚上熬夜、上课睡觉等不良习惯。少数新生缺乏锻炼,体质不佳,在军训时晕倒了。

该校在华南某市随机问卷调查953名在校大学生。调查显示,由于大学生锻炼

时间较少,超过一半学生感觉在学习和生活中,体力与精神不充沛。约八成学生认为,体育锻炼可提升身心状态、加强纪律性、提高团队意识。

健康体魄和阳光心态是人生可持续发展的坚实基础。体育锻炼能让学生享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志,更快、更高、更强、更团结的奥林匹

克格言,与职业院校着力培养的大国工匠精神异曲同工。刘锦介绍说,自2016年起,学校坚持问题导向、成效导向,以高站位、小切口、全体系、重实效的工作方略,着力推进体商素养培育工程,引导学生走出宿舍、跑向操场。

据介绍,体商是身体商数的简称,指一个人进行活动、运动和体力劳动能力与质量

的量化标准。体商植根于体育,强调通过锻炼获得生理和心理的健康状态,提升对身体的认识、理解、掌握、应用的能力,促进身心和谐发展。

如何开展好体商素养培育工程?该校校长王晖表示,学校建立了由学校主导、体育部协调、各部门及二级学院参与的1314终身体育工程,该工程涵盖一个品牌、三个中心、一个基地、四个项目。其中体商研究中心、体质测试中心、专项体育技能评定中心,着力推进阳光长跑、体育联盟等四个项目。

2 体商素养培育工程实施常态化、全员化、品牌化

小学就会跑步,为何大学还专门开课教跑步呢?该校学生苏碧在大学体育教师指导下,学会根据呼吸节奏变化调整配速,没想到跑步竟能让人感到轻松和有成就感。

该校通过常态化、全员化、品牌化实施路径,推动体商素养培育工程深入人心。刘锦介绍说,学校注重发挥课堂主阵地作用,丰富体商素养教育必修课程开设项目。学生第一学年体商必修课包括技能训练、阳光长跑、花样跳绳或游泳,第二学年则是体育俱乐部活动、阳光长跑、专项技能鉴定。学校明确要求,学生体测达标才能毕业。

原来我常常以事情繁多为由,三天打鱼两天晒网地参与体育锻炼。上大学

后,起初也有松懈的时候,但由于有体育老师的压力,再加上体育老师和好友的引导带动,我逐渐养成了运动的习惯,变得更加自律。此后每当有烦心事时,该校学生刘明标都把跑步当作最好的解压方式,大汗淋漓一场后,就能明显感受到运动带来的快乐。

为让学校体育的硬要求变成学生的自觉行动和良好习惯,该校注重用群体活动带动更多学生培养体育兴趣,提升运动技能。为满足学生体商发展的多元需求,学校不但充分发挥体育教师的专业特长,鼓励多开课,还引进校外专业机构,提供更丰富多彩的课程。校园开设有20个体育俱乐部。每个大二学生根据兴趣自主报名,每学期至少要参与7次体育俱乐部教学活

动。各二级学院还举办红色运动会、荧光夜跑等特色活动,开办社团,一院一特色地开展体育活动。其中软件学院就通过早起训练营、早睡先遣营等俱乐部活动,以榜样带动更多学生养成早睡早起的好习惯。

如何让更多学生热爱运动?穿着汉服、拉弓射箭,学校射艺课程受到学生追捧。为寓教于乐,弘扬中华优秀传统文化,学校打造兼职民族传统体育文化项目师资队伍,开设射箭、太极拳、八段锦等中华民族传统体育文化品牌项目。每周二、周四早上,学校应用外语学院太极社成员们在一泓泉边,练习陈氏太极拳。太极社负责人欧阳真就深切感受到,练习太极拳不但能帮我们养成良好的作息习惯,更让我们体会到中华优秀传统文化的博大精深。

踩自行车给小车发电、奥运冠军来校讲课前不久,学校以重基础、广覆盖、多样化、趣味性为原则,举行第一届体商嘉年华暨第十八届运动会。如何吸引更多学生快乐参与、开心运动?学校在广泛调研学生喜欢的体育项目、活动形式等基础上,设置了学生生活运动会、体商大讲堂、体育文化集市等七大主题活动模块,形式新奇好玩有趣。相比部分学校只有少数学生参与、两三天就开完的运动会,学校体商嘉年华活动持续两个月,22万人次师生参加。

体育锻炼已成为该校学生们的风尚,他们身体、心理、精神状态明显提升,2019年体测合格率比2018年提升了10%。在游泳竞赛中,我不断鞭策、提升自己。学校多姿多彩的体商活动,让林雅璐等学生练就坚强的意志力、敢于竞争取胜的战斗力,并在广东省大学生运动会上,一举夺得9金、1银、4铜的好成绩。

3 “体商+”引导学生在明德增智尚美中全面发展

学生郭业洪身着红军装,通过四渡赤水、爬雪山过草地等比赛项目,学习体悟遵义会议精神等红色革命精神。在



学生在运动会上。学校供图

体商之魂 红色运动会中,学校以长征精神、延安精神等为主线,将近代重大历史事件、英雄事迹等红色革命元素融入体育竞赛。

学校以德为先,推进体商+思政活动,将育体铸魂、锤炼意志等体育课程思政的建设要点,贯穿学生体育学习全过程。其中学校红色运动会已成为浸润式的思政学习空间,这里既有引导学生紧密团结、英勇斗争的火线救伤员等艰苦长征项目,又有教导学生自力更生、艰苦奋斗

斗的 红军的扁担 南泥湾丰收等 项目。竞赛通过比精神、比技术、比策略、比合作、比团结、比毅力,引导学生增强党史认知,厚植爱党爱国情怀。

学校通过创新设计体育锻炼、赛事活动,促进体育、智育相融相促,提升学生的分析判断、应变、观察、创新创造等能力。球类等团体项目提升了学生的学习能力、团队协作能力。

从体育到美育,再到美育。在体商熏陶下,深信院2020级动漫专业学生刘文婧从亚健康的宅女 变身热爱阳光长跑的健身少女。深信院在体育课前准备、课中习练、课后总结等环节,向学生阐述体育所具有的美学特征。学校还通过体育文化集市、体育社团展演等活动,展示体育的力量之美、形体之美等,让体育因美育更丰富多彩。深信院通过调查8个班333名学生,认

为体育具有美学特征的学生比例从学期初的3%上升到学期末的89%。

参与劳动需要强健的体魄和协调的手脑合作能力,学校近年来还推进劳动教育与体育融合发展。体商能帮助学生锻炼手脑合作协调能力,培养坚持不懈、吃苦耐劳的精神。

上大学前,我没想过自己会从事与体育相关的工作。现在我越来越喜欢乒乓球,以后可能会围绕乒乓球创业。在深信院接受系统的乒乓球训练后,学生周玉提高了球技,还成了兼职乒乓球教练。

作为深圳市唯一的一级社会体育指导员培训基地,深信院引导学生考取社会体育指导员证、裁判员证等,着力搭建 学位+技能证书+体育相关证书的1+X+BQ(体商) 体商育人模式。学校还以信息化评价为指挥棒,引导学生对照体商标准进行自学、自测、自评和自改,让体商成为学生创业、就业的加分项。仅2021年,就有近300名深信院学生经过在校培训,拿到了三级社会体育指导员证书。

美育新探索

大美育课程创建综合育人生态

河南省郑州市金水区艺术小学

赵纪军

郑州市金水区艺术小学是一所公办艺术特色学校,1995年成立之初,初之所予 艺美人生,便成为学校的办学理念。2012年,学校将美育作为学生全面发展的切入点,并确定了 以美养德、以美弘智、以美健体、以美怡情、以美育美的美育目标。

细处着力,构建大美育课程体系

学校构建了包括艺术美育课程、学科美育课程、综合美育课程、潜在美育课程等在内的大美育课程体系。学校实施的美育课程将审美情趣与道德情愫有机结合起来,通过形式多样、丰富多彩的美育课程与活动,从细微处培养学生的知情意行,引导学生在生活中建立真善美的人生观、价值观,让学生在寻找美、追求美、创造美的过程中,修养、审美、品行、素质得以不断提高,成为形象美、学习美、行为美、心灵美的艺美少年。

将艺术美育课程作为实现美育的重要途径。艺术教育是实现美育的基本途径,因此所有学生从入学之初就会选择一门艺术课作为小学阶段的专业课,六年一贯之的艺术课程,使学生在艺术技能和审美能力方面得到显著提升。

长期的教学实践证明,艺术美育课程不仅有利于学生的技能学习、艺术养成,对于其他领域的学习和人生的长远发展,也有着显著的促进作用。

将学科美育课程贯穿于所有学科学习之中。学校将学科教学与美育相融合,挖掘学科美育基因,激发教师的美育潜能,推进学科美育课程的有效实施,促进学生全面发展。除了日常的学科教学之外,丰富的学科活动激发了学生的学习兴趣,点燃了学生主动参与的热情。

如学校一年一度的硬笔书法比赛、经典诵读展示、英语讲故事比赛,每年一次的大课间比赛和全员运动会等,在活动中,学生体会学科学习的内容之美、形式之美、力量之美、感性之美与理性之美,同时在学习过程中感受文字的魅力、数字的力量、歌声的美妙,体验绘画的愉悦、思维的激荡。

形成一批品牌化的综合美育课程。学校综合美育课程关联多个学科,贯穿教育全过程,帮助学生更真实地感受美、表达美。发现商业的秘密 奇思妙想创意服装秀 英语教育戏剧课程 初之所予悉心开启 等入学课程,艺术,开启人生无限可能 等毕业课程,探秘东篱园 等劳动课程都已成为学校品牌课程。

学校开展的英语戏剧教育涵盖了文学、音乐、舞蹈、表演、美术等。这种综合性的教育手段,提高了学生的语言能力、认知能力、想象力、创造力、领导力及一生发展最为重要的自信力,从而帮助学生成为一个更全面而完整的人。近年来,学生们所表演的英语教育剧目连续5次夺得 希望中国 青少年英语教育戏剧大赛全国总决赛特等奖、一等奖等殊荣。

潜在美育课程润物细无声。学校重视自然环境、人居环境、学习环境和艺术环境的建设。校园内种植大量的花草树木,开辟清新自然的校园农场,设计优雅的读书吧、完善的艺术教室。无论是环境优美的校园,还是格调高雅的公共读书区,抑或是干净整洁的教室、健康高雅的功能室,富有美感的环境给学生以美的熏陶,每个角落都具有文化韵味和审美功能。

多措并举,建设美育教师团队

美育教师团队建设决定着美育课程实施的效果,为此,学校多措并举加强师资队伍建设。

一是成立艺美教师成长营进行全员教师培训。学校美育教育贯穿于整个教学之中,学校通过阅读、演讲、艺术鉴赏活动等多种方式提升教师的审美力。二是对体音美等美育教师团队进行专业提升。音体美教师是学校开展美育的主力军,美育不仅使学生学得艺术技能,更要通过提升艺术素养丰盈生命内涵。三是外聘美育教师团队参与美育课程实施。面对在职美育教师数量不足的问题,学校聘请了省内艺术团体的专家来校任教,和学校配合,同步管理,使生有计划地、循序渐进地接受规范的艺术专业训练。

学校一至六年级每周开设8节美育课,包括常规艺术课(即国家课程中的艺术、音乐课)4节,利用校本课程与地方课程另又开设艺术素养课1节、艺术专业课2节,以及体育艺术课1节。此外,为保证课程质量,学校对教室进行改造升级,建设常规音乐教室7间、合唱教室1间、舞蹈教室3间、艺术专业教室28间、美术展厅1间。

家校共育,创建美育良好生态

家长对美育的认知水平决定了他们对学校美育的支持力度。

学校通过家长会、家长学校、家庭教育培训等多种形式,向广大家长宣传美育在素质教育中的重要地位,让家长了解美育不只是美学知识的教育,也不是纯粹的艺术,而主要是在培养学生审美感受力的基础上完善其技术技法的教育,学生学习的课程都息息相关。

同时,学校创造各种机会,让社会各界朋友和家长了解学校的美育理念,不定期向家长开放艺术教学课堂,展示学生最新艺术成果,让家长一同参与到美育活动中来。学校还充分利用社会资源和家长在艺术方面的教育资源,请他们到学校里来,参与艺术教育的监督、管理与指导工作,使他们成为致力学校美育健康发展的中坚力量。

(作者系郑州市金水区艺术小学校长)

山东省潍坊市瀚声学校:

食育课程助学生健体增智

李宝森

展的基本前提,是经济社会发展的基础条件,是国家富强、民族振兴的重要标志。儿童青少年是祖国的未来,营养与健康是保证他们正常生长发育和成熟的物质基础。

六大主题课程即农耕体验、膳食礼仪、健康饮食、饮食文化、烹饪实践、志愿帮厨。农耕体验课程内容包括农时节令、农具使用、作物习性、耕种技能、土壤改良、农业科技等;膳食礼仪课程内容包括餐前礼仪、餐具礼仪、就餐礼仪等;健康饮食课程内容包括食品安全、膳食营养、用餐习惯等;饮食文化课程内容包括饮食故事、地域习俗、节日习俗、茶酒文化、中西文化差异等;烹饪实践课程内容包括食材辨识与加工、美食制作与体验、工具使用与维护、卫生清理与保洁等;志愿帮厨课程是学生轮流到餐厅帮助餐厅工作人员工作,从早到晚,全程参与食育教

师一天的工作。六大主题贯穿小初高三个学段,但各有侧重。

三 即课程实施的三条路径:理论认知、实践操作、情感体验。理论认知:每个年级都开有食育课程理论认知课,通过开设六大理论认知课,所有学生都对课程内容的价值意义、实践方法、注意事项等认知到位。实践操作:以学期为单位整体规划,所有学生分批轮流开展食育课程六个主题的实践体验,在实践中锻炼生活能力。情感体验:引导学生通过认知、实践课中学习与感悟分享,结合自我反思与评价走向自我教育,实现情感态度的提升。

一 即课程的一种评价:制定标准,设计工具,学生通过自己达标、写食育周记等,做到自定量规、自我评价、自我提升。注重过程性评价和增值性评价,每天每餐的饮食都成为课程体验,天天实现自我达标。一次一自评、一日一记录、一周一反

思、一学期一总结,真正走向自我教育。

学生知道了食物的来之不易,尊重劳动者,能够自我管理饮食,食物浪费现象基本消失。食育课程实施后较实施前学生剩饭剩菜减少80%以上,品德得到升华。

此外,学校还注重食育与生物、科学、地理、英语等学科有效融合,学生在熟知膳食营养、健康知识、气候节气等基础上,了解了中西方饮食文化的差异,智的境界得到提升,再加上合理的膳食与适量的运动,学生体质也得到明显增强。

如今,瀚声学校所有师生都自觉践行饮食礼仪,用餐时轻声轻语自觉排队;每个班级都能精美设计种植基地,美感显著增强;每个学期学生都要学习不同的烹饪技能,毕业生都能独立完成八菜一汤和四种面食的做法,不仅厨艺在身,劳动技能也得到提升。

(作者系山东省潍坊市瀚声学校校长)

一线采风

山东省潍坊市瀚声学校近日组织学生开展了独具特色的烹饪实践和志愿帮厨活动。学生通过辨识食材、参与美食制作、轮流到餐厅帮助餐厅师傅劳作,全程参与食育教师一天的工作,感受劳动的艰辛与创造。

作为一所十二年一贯制学校,2017年以来,瀚声学校以食养德,把食育课程作为助力学生生命健康成长的重要课程,通过研究、考察、分析及多方论证,构建了一六三一 食育课程体系,即一个目标、六大主题、三条路径、一种评价,形成学校食育课程的基本框架。

一个目标即让每一名学生拥有健康身体和生活智慧。健康是促进人全面发