

用热爱带动教学,用体育引领学生成长 有这样的老师,谁会不爱体育课?

教师不同于其他工作,不仅是一份职业,更是一份需要用爱去经营的事业。陈仿若老师这么想,也在这么做。

在鄞州区江东中心学校工作15年,陈仿若从一名普通体育老师到校田径队负责人、体育教研组长,他把对体育的热爱传递给他的学生,也深受学生喜爱。“过集体生日、走红毯、跑马拉松,有这样的体育老师,谁不爱体育课?”一位家长如是说。

□现代金报 | 甬派
记者 钟婷婷 通讯员 许静



陈仿若指导学生训练。



人物介绍

陈仿若

鄞州区“四有”好老师
鄞州区优秀教研组长
宁波市体育传统学校优秀教练员

推荐理由

担任学校体育教研组长,管理学校的田径训练队,还带着同事、学生一起参加马拉松,他用自己对体育的热爱,带动学生,带动教研组,带动其他教师,一起投身到体育事业中。

A 体育竞技,从技术训练走向思想育人

体育竞技之路,一直都很残酷。504班的郑涵予曾有了一段迷惘的时期。“那时候三年级,我进入学校田径队一年后,隐隐地感觉到自己的能力挺好,当别人跑到终点累得趴在地上,我还能轻松地再来几圈。那时我就想,等我参加比赛时,我一定能超越对手,拿到第一。”郑涵予说。

当第一次参加宁波市体育传统学校800米田径比赛时,沮丧席卷了她。第一没拿到,排名才第15名,比她平时练习多用了10秒。

一个月后,参加学校校运会400米比赛时,她又失败了。“我可能不是跑步的料。”接连两次的失败,让涵予开始自我怀疑。当她垂头丧气地坐在草坪上时,一双温暖的大手按在她的肩膀上,是陈仿若老师,她的田径队教练。

“别灰心,比赛场上胜败乃兵家常事,运动员参加比赛不只是为了拿名次,更重要的是通过努力,跑出自己最好的成绩。”陈老师的鼓励,让涵予的心猛然间被照亮了。在之后的800米校运会比赛项目上,涵予拿到了年级第二名的好成绩。

郑涵予妈妈说:“我记得她第一次参加比赛时都哭了,但现在很淡定了,心理承受能力、心态都好了很多。”

“小学阶段参加田径队,不是为了拿名次,不是为了走体育特长生,而是通过田径训练塑造孩子们坚毅的性格,培养良好的生活学习习惯。”陈仿若老师经常将这样的观念灌输给家长们。

在学校训练场上,陈老师还会和学生一起跑步,一起测验;闲暇之余他也会把自己跑步的感受和学生进行交流,向学生传递坚持的意义。

除了热爱体育教学,陈仿若也热爱体育训练。自2008年负责校田径训练工作以来,他不断学习、不断思考,从竞技训练走向思想育人、体育树人。该校体育老师骆仁依作为陈仿若的师傅,一路见证了陈老师的成长。“他通过学习先进的训练理念,带着思考去验证训练方法,因材施教;他会亲自尝试所学到的技术动作,反复验证、改进,把最适合的方法带入训练中;当学生出现瓶颈期,他也会反复琢磨、反复请教,及时调整训练手段。”骆仁依说。

C 体育教研 从常态保持到优化提升

一个人可以跑得更快,但是一群人可以跑得更远。生活中,陈老师因为喜欢跑马拉松,也带动了一批老师、田径队队员加入这个项目中来,学校多名老师参加了东钱湖、鄞州公园、桃花马拉松等赛事的欢乐跑,大家互相鼓励,享受乐趣。

“待人真诚,热心助人。”“是个实干派,做什么事都是自己先带头做起来。”这些是学校体育组老师们对他的评价。作为学校体育组教研组长,他也得到了同事们的高度认可。

该校体育老师何亚东说,陈仿若老师带领体育组优化了大课间的活动内容,将各种趣味活动融入大课间特色项目中,让学生玩中练,练中乐,乐中享。

经过整个团队多年努力,自2019年以来,学校连续四年处于区体质抽测优秀行列,在2021年鄞州区大课间评比中荣获一等奖。正是这些成绩的积累,江东中心学校体育组被评为2023年浙江省优秀教研组,陈仿若老师也被评为区优秀教研组长。

“我希望通过自己的努力,帮助学生在体育的道路上走得更加扎实,学生们通过自己的努力,利用体育的优势,能达到一个更高的学习平台;我也希望队员们通过体育锻炼培养吃苦耐劳的毅力、坚韧不拔的精神,把这些良好的品质运用到其他方面,不光体育好,其他领域也同样突出。”陈老师说,希望他教过的学生在毕业走上工作岗位时,同样喜欢运动,能主动加入运动的队伍中,让终身体育不仅是口号,而是一种内心的向往,这便是他这个“体育人”的奋斗目标。

B 田径训练很辛苦,孩子们来了却不想走

田径队训练很辛苦,一周五训、寒暑假集训、十一集训……当别的孩子在玩耍度假时,他们在操场上挥洒汗水,不分严寒酷暑。

“暑假集训的时候,每天早上六点半就要到学校训练,这么早我自己都不愿起来。因为学校就在家门口,我试探性地对女儿说,你让我起来的话,你还是别去了。”薛亦箴的妈妈笑着说,女儿坚持要去,每天早晨闹钟一响她就自己起床,扎头发,然后出门去田径队。

训练虽辛苦,很多孩子进了田径队后,却不想走。因为陈老师总有很多“魔法”,调动孩子们的积极性。

在陈老师的办公室里,总会备很多零食,这些都是用来奖励孩子们的。基础奖励和进步奖励各有不同。郑涵予妈妈说:“上次我女儿跑步进步了2秒,陈老师奖励了她2个馅饼,她可高兴了。”

上周,陈老师还给田径队里12月份出生的8名学生过了一次集体

生日。“50多个队友围在一起,和陈老师一起给我们唱生日歌,送祝福。这样的生日非常开心,非常难忘!”陈子博同学说。其实,每当陈老师知道田径队学生的生日时,他都会给孩子买个蛋糕,送上祝福。

“每次去校外参加完比赛回来,学校还会铺上红地毯,由校长亲自给田径队的每个孩子戴上花环,氛围特别好!”陈子博爸爸说。

这些只是陈老师调动学生积极性,增强团队凝聚力的一个缩影。陈老师笑着说:“管理一个训练队,只有好的训练方法是不够的,还要深入了解队员的各种情况,做到恩威并施。”

在陈老师和体育团队的共同努力下,学校被评为宁波市首批中小学“一校一品”特色学校。校田径队获得2022年宁波市体育传统项目学校田径比赛团体总分第二,多次蝉联区级比赛团体第一,学生个人参加省级、市级比赛也多次获得第一的佳绩。



为了挖掘、宣传有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心的来自基层一线“四有”好教师,本报开设了《点赞好老师》专栏。如果你身边有这样的“四有”好教师,请家委会赶紧给我们发推荐信吧。

征集邮箱:xiandaijinbao@qq.com(标题上请备注“征集好教师、学校名称”字样)。