

# 班班有球队 人人上赛场

## “全球运动会”让每个孩子都能逐梦赛场

4月24日,宁波市镇海区中心学校田径运动会暨第三届“全球运动会”开幕。开幕式上,一个特殊的环节成为全场焦点——三颗直径超过一米的巨型篮球、足球、排球在学生方阵中传递,每一次托举、每一次传递,都伴随着全场的欢呼与掌声。

三球腾空,不仅点燃了运动会的热情,更象征着学校深耕三年的“三大球”育人之路:让每个孩子日常有球可练,让每个班级有球可赛,让体育成为伴随终身的习惯。

□现代金报 | 甬派  
记者 王伟 通讯员 贺沁宜



巨型篮球在开幕式上传递。学校供图

### 联赛三年:班班有球队,人人上赛场

“全球运动会”是镇海区中心学校的独创品牌,今年已是第三届。与普通球类比赛不同,这场“全球运动会”覆盖全校所有班级、所有学生——足球、篮球、排球,三大

球项目轮番开战,班级与班级之间打联赛,人人都是球员,场场都是硬仗。

“我们不是为了比赛而比赛。”学校体育教研组组长介绍,“全球

运动会’是‘学、练、赛’一体化的终端输出。学生在体育课上学技能,在大课间里练配合,最后在比赛中真刀真枪地打,这才是完整的体育教育。”

### 大课间:每天30分钟的“三大球练兵场”

“全球运动会”的底气,来自日复一日的日常训练。

在镇海区中心学校,每天上午30分钟的大课间被设计成“双轨螺旋滚动式”:一轨是全员集体绳操,夯实体能基础;另一轨是分年级、分项目的自主技能练习——高年级以

篮球、足球、排球“三大球”为主,低年级以小球类和操控类游戏为主。

更巧妙的是“场地滚动”和“项目滚动”:操场划分为体能区和技能区,班级按单双周轮换使用;每周内及双周间,球类项目也进行轮换,今天练篮球,后天练排球。这种

动态设计让学生始终保持新鲜感,也让三大球技能在日常训练中反复巩固、螺旋上升。

“大课间不是放羊,而是有结构的训练。”一位班主任说,“孩子们知道自己今天要练什么,也知道下周要换什么,每次出操都带着目标。”

### 日常赋能:从基础练到专项练到赛场赛

三大球的日常训练与联赛体系,扎根于学校成长计划的日常运动布局。

依托“健康树”成长计划,学校保障每位学生每日在校运动时长不低于120分钟,让常态化运动深度融入校园生活,构建起基础锻炼、技能打磨、个性拓展有机衔接的日常运动进阶体系。

学生从基础技能普修起步,全员参与体操、篮球、足球等项目练习,人人掌握至少一项球类基础技能;随后进入专项选修提升阶段,可自主选择篮球、足球、排球、田径、健美操等项目,参与系统化专修训练;最终迈向竞赛实战融合阶段,以专项赛事与体能强化为核心,完整实现“学、练、赛”一体化发展。

这样的运动安排,让每个孩子从低年级到高年级,都能在三大球运动中找到属于自己的位置,让运动成为伴随学生终身发展的良好习惯。零基础的从日常基础练习起步,有基础的进入专项训练提升水平,能力拔尖的加入校队参与区市级赛事,一条清晰的成长通道就此打通。

### 健康第一:从“一颗球”开始

教育部今年新春第一会强调要让“健康第一”教育理念落地见效。在镇海区中心学校,这一理念的落地,就是从“一颗球”开始的。

孩子们在传球中学会配合,在输球后学会坚持,在赢球时学会尊重对手。操场,成为了最好的德育

课堂。  
“我们希望‘全球运动会’不只是一场赛事,而是一种成长方式。”校长在开幕式上表示,“当每个孩子都能在三大球中找到自己的热爱,体育就不再是一门课程,而是一种生活。”

据悉,第三届“全球运动会”将持续整个体育节,每个班级至少打3场小组赛,总决赛将在体育节闭幕式上决出冠亚军。而那三颗传递的巨型篮球、足球、排球,也将作为“全球运动会”的象征,留在学校的体育荣誉室里,等待明年再出发。

## 柴火土灶 老式铁锅 孩子们煎炒煮炸样样拿捏

本报讯(现代金报|甬派记者 万建刚 通讯员 潘婉霓 宁宁)4月23日,海曙区鄞江镇中心小学校园里香气四溢、欢声不断,首届“养正杯”厨艺大赛正火热开赛。从水果拼盘到土灶炒菜,全体学生摇身一变,成了“创意师”与“小厨神”。

比赛分两大“战场”同时举行。低年级段的教室化作了奇妙的“水果王国”。小选手们与特邀的家长志愿者携手,用苹果、香蕉、橙子等水果精心创作,削皮、切块、拼接、摆盘,小手虽略显稚嫩,却格外认真。孩子们发挥奇思妙想,将普通水果变成可爱小动

物、缤纷小花、趣味图案等造型。

“我做的水果拼盘叫‘菠萝小鹦鹉’,用了菠萝、三色番茄、枇杷等。看到自己的作品被摆出展览,我特别自豪!”201班学生文舞指着作品,眼中闪着光。

与此同时,高年级段的“厨神争霸赛”正在劳动实践基地的土灶区激烈上演。每班3人组成的战队,要完成“生火—备料—烹饪—调味”的全流程挑战。洗菜声、切菜声、油锅“滋啦”声与欢笑声交织成曲。番茄炒蛋、菠萝炒饭、可乐鸡翅……一道道美食在土灶铁锅中诞生,香气引得围观同学和老师连连称赞。

“生火比做菜还要难,但在小组合作下我们成功了!自己用土灶炒的菜特别香!”601班袁若雪同学兴奋地说。

很多同学表示,这不仅提升了动手能力,更让他们体会到团队合作的重要和劳动成果的来之不易。

鄞江镇中心小学党支部书记陈建光表示,本次厨艺大赛是学校“养正”劳动教育课程的一次集中展示,通过水果拼盘创意与土灶烹饪两种形式,让不同年龄段的孩子都能在亲自动手实践中,锻炼劳动技能、激发创新精神,并深刻理解劳动最光荣的内涵。

## 骤雨突至不用慌 这所学校有“共享雨衣”

本报讯(现代金报|甬派记者 钟婷婷 通讯员 戴路健)骤雨突至,忘带雨伞曾是不少学生雨天放学路上的小烦恼。但在宁波市新城第一实验学校明程校区,这个难题有了暖心解法。

4月22日,记者在该校明程校区西门看到,距离校门口不远处的公共区域放着两箱“共享雨衣”,学生随手可取,雨天放学从容了不少。一件小小的雨衣,挡住的不仅是风雨,更在孩子们心中种下了共享与感恩的种子。

这一举措赢得了学生们的纷纷点赞。803班学生鲍君浩说:“以前下雨忘带伞,只能在传达室等爸妈来接。现在学校有了‘共享雨衣’,随手就能拿一件,再也不用淋雨啦!学校真的很贴心。我们用完也会还回去,让下一个人也能用到。”

同班同学郑可欣也深有感触:“有一次放学突然下大雨,我正发愁怎么回家,看到学校门口挂着整整齐齐的雨衣,心里一下子暖了。穿上雨衣走在雨里,感觉学校就像在身后撑了一把大伞。而且大家都很自觉,用完都会叠好归还,我觉得这就是一种双向的温暖。”

小小的共享雨衣,藏着学校最细腻关怀,也藏着育人的温度。该校负责人表示,学校以这件民生小事为载体,引导同学们在共享互助中学会爱护公物、懂得感恩,让校园服务与品德教育同频共振,让温暖传递在校园的每一个角落。

## 1分50秒包10个饺子 这所学校举行劳动吉尼斯比赛

本报讯(现代金报|甬派记者 马亭亭 通讯员 陈超颖 李佳敏)“太厉害了!”江北中心学校合班教室内响起阵阵惊叹声。4月23日,该校举行第四届校园劳动吉尼斯技能挑战,这是学校的特色劳动品牌活动,至今已举办四年。

赛场上精彩不断:有同学动作麻利、一气呵成,包完10个饺子仅用时1分50秒,引得围观师生阵阵喝彩;有同学凝神屏息、飞针走线,一针一线认真缝纽扣,指尖灵动尽显劳动技能。

作为宁波市首批中小学劳动教育示范学校,江北中心学校一直重视学生劳动教育,全面落实五育并举的育人理念,坚持以劳树德、以劳增智、以劳润心,构建起“日常浸润、课程引领、实践锻炼、风采展示”多维度融合、一体化推进的特色劳动教育体系。

学校的劳动教育不局限于一年一度的吉尼斯竞技赛事,而是融入校园生活的方方面面。为丰富劳育学习场景,学校专门建设了标准化专用劳动教育教室,常态化开设特色劳动校本课程,让学生在专业课堂中系统学习劳动技能。同时,还开辟屋顶种植园,划分班级劳动责任田。同学们走出课堂、亲近泥土,播种浇灌、除草采收,沉浸式体验农耕劳作的乐趣与艰辛。



包饺子比赛。通讯员供图