

大课间全员跑操 水头中学“小场地”做出“大文章”

■本报记者 蔡静琦 文/图

“每天大课间,1696名学生在200米跑道上跑操,没有拥挤、没有堵塞,跑得顺、跑得溜!”说起学校的跑操,南安市水头中学党支部书记、校长陈团结满脸自豪。

水头中学地处南安水头镇,是一所被“随迁子女占比大、班额大、办学要素缺口大、学校占地面积小”“三大一小”难题包围的乡镇初中。就是这样一所看似“先天不足”的学校,硬是凭借体育特色闯出了一条高质量发展之路,不仅连续11年稳居南安中考前十,中考体育成绩更是实现三年三级跳——从2023年的全市第三,到2024年的全市第二,再到2025年的全市第一,用实力书写了乡镇中学的逆袭篇章。

清晨的阳光轻柔地洒在校园,30分钟大课间的铃声准时响起。刹那间,各班学生像训练有素的士兵一样,分批次、分路线有序涌向操场。“场地小、人数多,这是我们绕不开的难题。”陈团结笑着说。为了摆脱这个困境,学校班子成员反复测算路线、优化队列,最终设计出“分区错位、外方内纵”的跑操方案。跑操音乐声响起,整齐的脚步声在校园回荡,学生们踩着音乐节拍,一张张朝气蓬勃的脸上满是活力。

“每天跑一公里,6个学期累计下来就是600公里。”在陈团结看来,这日复一日地奔跑,不仅是体能的锤炼,更是意志的磨砺。“从一开始的不敢跑,到后来的愿意跑,再到现在的想跑,孩子们的变化就藏在每一次奔跑里。”



水头中学大课间跑操

在水头中学,体育从来不是可有可无的“小学科”,而是锚定育人核心的“主阵地”。学校将体育课程纳入刚性管理,每周三节体育课雷打不动;每天课间均保障15分钟活动时间,让学生能走出教室放松身心;上下午各安排一次眼保健操,细致守护孩子们的视力健康。

课后的校园更是一片热闹景象:学校鼓励人手一副跳绳,中午的操场、走廊,随处可见学生跳绳、打羽毛球、打乒乓球的身影;晚自习结束后,不少学生还会自发留在操场上跑上两圈,“不跑就难受”成了许多学生的口头禅。

“想聪明,想健美,想强壮,就跑

步吧!”陈团结常常把这句古希腊名言挂在嘴边。在他的推动下,学校跳出“体育只练体能”的局限,将体育与德智体美劳五育深度融合。

体育课堂上,老师不仅传授运动技能,还会穿插生物学知识,告诉学生运动时分泌的内啡肽和多巴胺能有效缓解压力;跑操不仅是锻炼身体,更是培养信心的“课堂”,让学生在奔跑中克服畏难情绪;田径队、篮球队的训练中,吃苦耐劳、团队协作的精神在汗水中悄然扎根。

“同学们,我们一起跑!”每年学校运动会,陈团结都会带头站上跑道,和师生们一起奔跑。在他的带动下,全校上下形成了浓厚的运动

氛围。学校田径队稳居南安初中甲组前三,篮球项目在全市更是小有名气,2023年,水头中学凭借篮球优势,获评全国青少年校园篮球体育传统特色校。

“不跑不跳,何为学校?身体不强,怎当栋梁?”陈团结坦言,学生们在运动中释放了学习压力,调节了学习节奏,课堂专注度明显提高;体育锻炼培养的拼搏精神、规则意识,也转化为了学业上的攻坚动力。

如今,水头中学用“小场地”做出了“大文章”,这套以课程为基、五育融通、创新破局的体育育人经验,正成为乡镇初中突围的可复制范本。

南安名师南通研修 解锁教学科研新路径

本报讯(记者 王菲娜)近日,南安市第五批高中教学名师、学科教学带头人培养对象跨越山水,齐聚教育底蕴深厚的江苏南通开展研修。

研修期间,学员们聆听了南通市教师发展学院教师冯卫东、江苏省南通中学党委书记鞠九兵、南通市教育科学规划领导小组办公室副主任吕亚梅等专家学者们带来的分享。专家们从“教学是什么、教学为何旨、教学走何路、教学表何征、教学向何境”这五个关键维度,对教学主张进行了系统且深入的阐释,为学员们构建起完整的教学理论框架。部分专家还辩证分析了AI技术在教育领域带来的双重影响,引导学员们思考如何在科技浪潮中坚守教育的本质。此外,关于教研课题的选题逻辑与设计创新等内容,也为学员们打开了科研思路,助力他们在教育科研道路上稳步前行。

不止于理论汲取,本次研修更注重在真实场景中感知与实践。培训期间,学员们走进南通多所学校及教育场馆,开展实地学习交流。在南通大学附属中学,学员们参观了学校的创客空间、人工智能实验室等科创阵地,观摩非遗基地的沈绣、蓝印花布等传统文化课程,深入了解该校“博雅育英才、科创融非遗”的办学特色;在江苏南通市第一中学,学员们参观崇文楼、校史馆,感受学校“敬诚勤朴”的校训传承和百年学府从筚路蓝缕到桃李芬芳的历程;走访南通群英馆,学员们近距离感受南通教育海纳百川、有教无类的深厚生态,深受教育和启迪。

从理论到实践,从感知到反思,这场研修实现了思想的碰撞与经验的交融。结业之际,学员们纷纷表示,此次研修收获颇丰,未来将把学习过程中掌握的教育科研全流程方法、教学主张、名师成长实践策略以及名校优质教育经验等,内化于心、外化于行,将研修成果转化为推动教学实践的强大动力,为南安教育的高质量发展贡献自己的智慧与力量。

■本报记者 王菲娜

近日,南安市第五小学操场欢声笑语,这里正在举行一场别开生面的玩具设计师新品发布会。与常见的校园活动不同,台前展示的不是老师,而是学校里的小学生们;展示的作品不是现成玩具,而是他们设计、制作的玩具。

活动现场,摆满了各式各样的创意玩具:有废弃纸盒制作的“趣味投篮机”、有装上马达的“机器小猫”……每一件作品旁都站着小设计师,他们正向参观者认真介绍自己的设计理念和玩法。

其他孩子则拿着游戏币,以“体验者”的身份走遍各个作品区,为自己心仪的作品投票,操场上气氛热烈非凡。

“趣味投篮机是用废弃纸箱改造的。在设计过程中,团队注意到投篮发射装置弹力不稳定,为此已对冰棒棍的角度进行多次调整。”现场的一位小设计师指着团队的作品介绍。他们的展位前围满了好奇的同学,大家轮流尝试使用该玩具。

据了解,此次玩具设计师发布会,是学校低年级项目化学习的特色成果展示。活动启动之初,各班级便以“玩具设计与制

作”为项目主题,引导学生开启完整的项目化学习旅程。从“如何设计一款既有趣又有创意的玩具?”出发,孩子们先分组讨论构思,查阅资料、绘制设计草图;再利用废旧纸盒、瓶盖、冰棒棍等材料动手制作,在实践中不断发现问题,并通过小组协作反复优化方案;最后还需学习讲解设计理念、展示技巧,完成项目化学习的闭环。

该校相关负责人表示,此次活动,让孩子们在玩中学、学中创,收获满满。未来,学校将持续深化项目化学习,为学生搭建更多成长平台,助力学生多元发展。

南安五小少年化身设计师 废旧材料变创意玩具

学生自己种菜自己卖 200余元全捐了



蔬菜义卖活动温暖开市。

■本报记者 王菲娜 文/图

近日,南安市兰田小学校门口人声鼎沸、暖意融融,一场别开生面的蔬菜义卖活动火热开展。

活动现场,学生们分工明确、高效协作:摘菜组小心翼翼采摘鲜蔬,理菜组仔细清洗去泥,称菜捆绑组精准打包,售卖组热情招揽顾客。“新鲜蔬菜,走过路过,千万不要错过!”“纯天然,无公害,有需要,你就来!”售卖组学生亮开嗓子大声吆喝,清脆的叫卖声吸引了不少过往家长。

家长们闻讯而来,纷纷驻足选购蔬菜。面对顾客的询问,孩子们自信应答,热情介绍各类蔬菜的特点与优势,并认真解释:“这是我们自己种的。”现场叫卖声、收款提示音此起彼伏,新鲜蔬菜很快被抢购一空。家长们满载而归,露出了喜悦的笑容,孩子们也沉浸在劳动带来的喜悦和买卖的乐趣中。

此次义卖活动的顺利开展,离不开前期周密的筹备与长期的劳动积淀。为制定合理售价,五年级学生连续3天走进市场,详细记录包菜、茼蒿等6种蔬菜

的市价并计算3日平均值。大家提前设计了义卖海报、设置价格标签。

据悉,义卖所用的新鲜蔬菜均来自兰田小学劳动教育基地。2025年秋季,该校以“劳动砺心智·实践促成长”为主题,精心打造劳动教育基地项目化学习课程,开辟了兰田蔬菜园、李时珍中草药科普园和四季果园三大园区。自当年11月启动以来,一至六年级学生化身“责任田小主人”,亲手绘制班牌插于田垄,每日坚持浇水、除草。在老师与家长的指导下,学生们系统学习蔬菜辨识、种植技巧,详细记录作物生长轨迹,并将课本知识转化为田间实践能力。“原以为种菜很容易,经历了才发现每个环节都有学问。”劳动教育基地的实践,让孩子们真切体会到劳动的艰辛与收获的喜悦。

“此次义卖所得的200余元钱款,将全数捐赠用于慈善事业。”兰田小学校长苏国平表示,从田垄间的播种养护,到市场里的调研核算,再到学校门口的爱心义卖,学校的劳动教育基地项目化学习,打破了学科的壁垒,让学生在实践中生根发芽。孩子们在劳动中收获技能,在协作中学会担当,在奉献中涵养品格。



省教师资格笔试今起网上报名

本报讯(记者 王菲娜)近日,福建省教育考试院发布通知,福建省2026年上半年中小学教师资格考试(笔试)网上报名于9日10:00启动,至12日17:00截止。

据悉,本次考试实行网上报名,考生需登录中小学教师资格考试网(http://ntce.nceea.edu.cn)完成报名。网上缴费截止日期为1月14日24时,逾期未缴费视为报名无效。报名成功后,考生可于3月2日至7日登录报名网站下载打印准考证,按准考证上的要求到指定地点参加考试。

考试时间将于3月7日(星期六)分时段进行。各学科科目具体安排如下:9:00—11:00考综合素质;13:00—15:00考幼儿园学段保教知识与能力、小学学段考教育教学知识与能力、中学学段考教育知识与能力;16:00—18:00考学科知识与教学能力。

笔试成绩查询将于4月17日左右开启,考生可登录中小学教师资格考试网查询。考生如对本人的考试成绩有异议,可在考试成绩公布10个工作日内提出复核申请。

此外,福建省小学类别面试增设心理健康教育、信息技术学科,中学类别初中、高中面试增设心理健康教育、日语、俄语学科,以上学科笔试科目一、科目二与已开考学科一致,中学类别科目三《学科知识与教学能力》结合面试一并考核。

三小学子无人机省赛获佳绩

本报讯(记者 王菲娜 通讯员 林达卿)日前,2025年福建省青少年无人机锦标赛在厦门金砖湾实验学校圆满收官。本次赛事吸引了来自福建省各区、市的众多代表队参赛。

本次锦标赛设有个人赛和单项团体赛两大类,涵盖无人机越障打击竞赛、无人机AI编程赛、空际争锋青少年无人机足球竞赛等11个竞赛项目。赛事分为男女中学组(含高中)、男女小学一至四组和五六组,覆盖了从小学到高中的各年龄段学生。

据悉,南安市第三小学此次共派出12名学生参赛。这些小选手们不负众望,凭借扎实的技能和出色的临场发挥,斩获了多项优异成绩,包括3个第1名、2个第3名、1个第4名、2个第7名,同时还荣获团体三等奖。

近年来,南安市第三小学在科技教育领域一直积极探索、勇于创新。学校不仅专门开设了无人机相关课程,还组建了一支专业的指导教师团队,为学生提供系统且全面的学习与实践机会。课程内容丰富多元,涵盖无人机组装、飞行操控、无人机编程、无人机足球、无人机拍摄等多个方面,旨在全方位提升学生的科技素养与创新能力。

罗东中心小学举办退休教师座谈会

本报讯(记者 王菲娜)近日,南安市罗东中心小学举办退休教师座谈会。

会上,罗东中心小学学校领导为教师黄建宁颁发退休牌匾,为其佩戴光荣退休胸花并献上鲜花,以庄重仪式传递对退休教师的敬意与关怀。

随后的交流环节中,教师们纷纷发言,重温与黄建宁共事的难忘时光。大家围绕课堂上他严谨治学的态度、教研中倾囊相授的热忱、生活中关怀同事的温暖点滴展开分享,真挚的话语里满含不舍与牵挂,一个个温暖片段串联起深厚情谊。

依依惜别之际,黄建宁分享了自己数十年的教育生涯感悟。他深情回望在罗东中心小学的工作历程,由衷感恩学校的培养与同事们一路陪伴,同时对学校未来发展寄予美好期许。

南安市国专一幼 开展托育班家长开放日活动

本报讯(记者 王菲娜)近日,南安市国专第一幼儿园开展托育班家长开放日活动。

活动伊始,园健康副校长黄雪莲为在场家长带来了一场实用性极强的健康讲座。黄雪莲结合幼儿生理发育特点,从春季常见传染病预防、合理膳食搭配、日常作息调整等关键方面,用通俗易懂的语言、生动鲜活的案例展开详细讲解。

针对家长们普遍关心的“如何引导孩子自主进食”“幼儿免疫力提升妙招”等问题,黄雪莲逐一耐心解答,并分享了科学实用的家庭护理技巧,强调家园协同培养幼儿良好卫生习惯与生活习惯的重要性。

亲子美术体验环节让活动气氛进一步活跃了起来。老师们提前准备了镂空的小马、彩色颜料、画纸等材料,孩子们在家长的陪伴下,开始了自己的“马年拓印画”创作。家长们帮助孩子蘸取颜料,在纸上轻轻一按,一只只憨态可掬的小马便跃然纸上。不少家长感慨道,第一次看到孩子如此专注地完成一幅作品,既惊喜又欣慰。

随后,家长和孩子们来到户外活动场地,参与趣味十足的体育游戏。游戏开始后,场地立刻变成了欢乐的海洋。孩子们在家长的带领下,奔跑、躲闪、相互合作,笑声此起彼伏。

南安市国专第一幼儿园负责人表示,此次开放日活动,孩子们在互动中收获了快乐与成长,家长们在参与中收获了理解与信任,老师们也通过亲子互动更全面地了解了孩子的家庭状态。未来,幼儿园将继续发挥泉州市家庭教育示范校的辐射作用,搭建优质家园共育平台。