

运动 健康 快乐

——苏州市姑苏区平江新城幼儿园第六届线上健康节活动



王园长为小朋友做示范



家长陪小朋友在户外用篮球做游戏

园方供图

为满足儿童及家长运动需求,增进儿童身心健康,增强儿童的体质,满足儿童兴趣与发展的需要,以运动抗击疫情,近日,苏州市姑苏区平江新城幼儿园开展了第六届线上健康节活动。幼儿园的小记者们,已经举起话筒,获得了第一手采访资料。

小记者们通过线上连线、语音视频了解到:虽然疫情让我们的健康节只能以线上云端的形式来开展,但也积极发动小朋友们、爸爸妈妈们和老师们一起策划、参与,让本次线上健康节变得内容更丰富、更有趣味。通过大家群策群力,本次线上健康节除了一些常见的项目走、跑、跳、投掷等基本运动技能外,志愿者老师们和孩子们一起推出了线

上“健康小勇士”接力,老师们精心挑选了孩子们感兴趣的动感音乐,选择生活中孩子们常见的材料,录制了健康啦啦操视频进行每周线上推送,鼓励宅家的孩子们和家长们一起跟着老师跳起来。除此之外,家庭版亲子运动桌游、亲子居家运动秀、健康食谱大征集等多样化的游戏活动也是健康节上颇受欢迎的项目。小朋友们在亲子活动中,充分选择自己喜欢喜欢的活动,通过自己的不断尝试、努力来发现和体验成功的快乐。同时,和爸爸妈妈一起在线上分享自己的运动“战绩”。线上运动会给小朋友们搭建了分享的平台,形成沟通交流、相互鼓励的运动氛围。

同时,会标是幼儿园健康节重要的视觉

形象元素,彰显鲜明的幼儿园健康节的运动特色。早在2019年幼儿园的大朋友和小朋友们就积极参与了健康节标志的设计。在层层选拔中,朱智聿小朋友的设计作品“芽芽”脱颖而出,最终成为了幼儿园健康节的会标。现在3年过去了,当初的设计者朱智聿小朋友也已经成为了一名光荣的小学生。本次健康节小记者们专门连线了小朱哥哥,对他进行了独家专访,请他回顾一下当年的设计意图。对于当年的设计,他印象深刻,也有自己独特的想法。首先关键词是:健康、活力和参与。标志中的主人翁,它有个好听的名字叫“芽芽”,就像小朋友一样健康有活力。芽芽的身体上还有幼儿园的首字母LOGO。寓意着小朋友能够在平江新城幼儿园这个大家庭里茁壮、快乐成长。标志的背景采用了蓝色,代表着爱和希望。标志中醒目的“COMEONBABY”的英文设计,是对全体小朋友参与运动的一种召唤和鼓励。他们相信健康节期间,每个小朋友都会努力把自己最棒、最厉害的一面展示给幼儿园的老师、幼儿园小朋友们、爸爸妈妈看。朱智聿小朋友送出了美好的祝福:运动是快乐的、有趣的,运动能带给人无穷的力量。

小记者们连线幼儿园王园长,她表示:希望孩子们回归自然,享受运动,“线上体育运动活动”旨在鼓励幼儿坚持运动、父母参与、做好记录,希望通过此次活动的开展,促进幼儿身心的健康发展,培养幼儿良好的参与、竞争和合作意识,增进亲子关系,充分享受运动之乐、健康之美,让“运动、健康、快乐”的种子牢牢根植于幼儿心中。

家校携手齐战“疫”云端与你盼春来

阳春三月,满眼春色令人陶醉,往年这个季节的校园定是书声朗朗、激情飞扬。而今年,疫情再次席卷而来,导致学校不能按时开学上课。于是,线上教学成了一种特殊的授课方式。这种形式对于小学生来说,真是一种挑战,他们的自律性如何?学习兴趣高不高?学习习惯好不好?就成了老师心中的牵挂。

疫情初期,同学们还能根据学校的要求自觉地学习,而在后疫情状态下,部分贪玩且学习兴趣不高的同学就有些蠢蠢欲动了,他们玩手机、打游戏,如果有家长在家陪伴的还好一些,遇上家长复工不在家,这种现象更严重。面对这种情况该怎么办?新的形势为我们提出了新的教育要求,教育者一定要对症下药,做好对策,一定要让线上教学生效。

一、了解学生思想动态

先进的互联网功能为我们的沟通提供了便利条件,小学生由于自控能力比较差,班里总有小部分同学学习不主动,作业不及时。于是,在作业布置上实行分层,针对班里的学困生,尽可能有尺度地减少学困生的作

业量或适当降低作业的难度,针对学习能力强的孩子,我则稍稍拔高难度。还创新了作业评价的方法,一旦发现学习能力强的学生作业有进步了,我就放大他们的优点,夸大对他们的表扬。这样不仅让学生爱上作业,而且也能让学生从作业评价中感受到教师对他们的关心,感受到作业成功带给他们的快乐,让他们不再谈作业色变,也不再觉得作业是一种负担。

二、转变家长教育观念

每位家长都望子成龙,每个学生心里都有一个美好的梦想。家长配合,才能让我们的工作顺利进行。每天上报学生健康状况、上传学生居家作业,及时向老师反馈孩子的学习情况,就这样,家长们慢慢学会管理监督,在家里,他们俨然成了孩子的又一位老师。在这种共同教育互相协作的模式下,同学们学习自觉性提高了,线上教学效果明显有了收效。

三、抓好班风学风建设

一个好的班集体需要一批优秀上进的学生来带头,而班集体中班干部的作用尤为

重要。刚接到线上教学的通知后,我就建立班干部群,明确提出要求,希望班干部树立榜样的作用,配合各科老师保证课堂质量。又通过班级企业微信群召开班会,让同学们明白每天要做的事,合理安排每天要做的事,静下心来做好每一件事。让他们逐渐学会管理时间,并矢志不渝地从过好每一分钟、每一天开始,持续朝着目标努力。通过这些教育活动,同学们学习积极性明显好转,形成了良好的班风学风。

四、争做生活的有心人

宅家的日子,缺少了集体生活,却多了更多的家务劳动体验,打扫家,做做饭,做些力所能及的家务很有必要,结合疫情动态,让同学们学唱防疫歌曲、做手抄报、录些小视频宣传防疫知识,为防疫做贡献。同时,还鼓励同学们加强身体锻炼,只有拥有强健的体魄才能更好地抗击疫情。

这个春天因白衣英雄逆行而美丽,这个春天因全国人民的共抗疫情而春光无限,这个春天也会因我们的陪伴而春色满园。

苏州工业园区斜塘学校 杜红芳

苏州市至德教育集团:传承雷锋精神,学在日常做在实处

为进一步学习雷锋精神,树立热爱党、热爱祖国、热爱社会主义崇高理想和坚定信念,聚焦当前线上居家学习热点问题,秉持“我为群众办实事”的原则,苏州市至德教育集团开展了“学雷锋、办实事”系列活动。

劳动踏实小在党支部指导,学校工会的牵头下,党员教师发挥先锋模范作用,率先垂范,数学教研组7名教师全部参与,成立了“云上小队”。“云上小队”利用互联网技术,突破时空限制,每天“相约云端”,根据学生不同学习情况进行个别交流,遇到一些需要演示的内容时,老师们边画边讲,有一种似乎已经回到了课堂中,面对交流的感觉。“云上小队”只是劳动踏实小“长大的儿童”四有好教师团队的一个缩影,学校始终秉持“发展儿童才能,成就儿童梦想”的办学理念,让“儿童”站在学校的中心,积极探索,时刻践行着“服务人民、助人为乐”的雷锋精神。

三元实小的少先队员们在家庭中以绘画的形式积极响应学校“学雷锋、办实事”传递正能量的主题教育活动,为拼搏在战“疫”一线的医护人员送上来自少先队员最真挚的

祝福。

这一幅幅生动有爱的绘画中抒发了他们对奋战在一线的医护人员的浓浓敬意,也表达了少先队员们对最终战胜疫情的坚定信心。

新康实小响应主题,带领少先队员重温雷锋故事,学习雷锋精神,理解新时代雷锋精神的内涵,开展了一次特别的“学雷锋”主题线上活动。其中,四年级的少先队员们更是实打实做了一回“小雷锋”:四(1)中队的队员沈卢祺在居家防疫期间,主动帮助社区工作人员莫师傅完成日常消杀工作,为防疫抗疫尽一份自己的力量;四(2)中队游斌博同学和他的妈妈,积极主动申请成为了抗疫志愿者。在苏州高新区华通社区负责测量体温、登记人员信息的工作;四(3)中队的队员郑嘉宁他自发地用自己的压岁钱买来了暖宝宝,还写了一封言辞真切的感谢信,给他们送去了。

在学雷锋日来临之际,姑香苑小学的师生们积极响应姑苏区少工委发出的学雷锋倡议,开展线上学雷锋系列活动。活动中,四

(1)中队的严晨予同学为大家朗诵了《雷锋颂》,激励同学们助人为乐、奋勇前进,争做新时代的小雷锋。同学们一起认真学习了雷锋的事迹,还通过画笔、文字记录下自己的感受,表达出自己对雷锋精神的理解。教师们也通过实际行动学习雷锋精神,学校党员、骨干教师积极参与无偿献血活动,为苏城献上自己的一腔热血。

自苏州疫情以来,无数的“逆行者”奋战在抗击疫情的第一线,他们有披甲执锐的白衣天使,有坚守岗位的公安干警,有日夜操劳的志愿群体,他们无私奉献、舍己为公、奋不顾身,他们是新时代的雷锋,新时代的先锋。彩虹小学的少先队员们线上学习雷锋故事,学习抗疫先锋事迹,用自己的画笔致敬时代先锋,立志从小学雷锋,长大做先锋,努力成为能够担当民族复兴大任的新时代好队员。

至德教育集团开展丰富多彩的“学雷锋”活动,旨在坚持为群众办实事,引导学校学生“从我做起,从现在做起”,学习和弘扬雷锋精神,从小学先锋、长大做先锋,努力成长为担当民族复兴大任的时代新人。

作文选登

都是近视惹的祸

进入高年级,看到身边同学纷纷戴上了眼镜,我心里不禁也开始忐忑:原本由于个子高,我都坐在最后一排,还能看得很清晰,但最近上课时,我却发现黑板上的字渐渐模糊了起来!我也常常因为看不清题目,错过很多举手发言的机会,甚至还会因答不上题而被老师批评……哎,都是近视惹的祸!

最让我沮丧的一次,就是学校检测视力那天。轮到我了,我忐忑不安地走上前。看到视力表时,我愣住了,原先最后一排都能轻松应对,这次却只能勉强看到“4.7”一行的字符。我使劲瞪大眼睛,可眼前仍是一片模糊。面对医生的催促,我只好随便说了一个方向。以往测视力时的自信早已烟消云散,留给我的,只有万分的悔恨……

我为什么会近视呢?还要从几个月前说起。那时的我,迷上了看电子产品,因为长时间盯着屏幕,不注意保护眼睛,我的眼睛会经常酸疼,视力也逐渐下降。起初,我还不以为然,心想:没事的,酸了揉揉就好了,就算近视了也不影响……直到如今,我才深切感受到近视给我的学习和生活带来了多大的麻烦!我把视力下降的事情告诉了妈妈,妈妈语重心长地对我说:“近视以后就很难恢复,只能做手术,如果术后不保护视力还会反弹!”听了妈妈的话,想到以后可能要终日戴眼镜,我的心里追悔莫及……哎,都是近视惹的祸!

早知今日,何必当初啊!我为了追求一时的快乐,竟把自己最重要的眼睛给耽误了。“渴望知识的眼睛不应该戴上眼镜!”从那以后,我下定决心改正坏习惯,培养保护视力的好习惯。比如每次读书、写字姿势尽量摆正,连续看书一小时左右就休息一会做眼保健操,不在光线暗的地方看书……我小心保护着我的视力,努力想摆脱“小眼镜”的称号。

通过近视这件事,我不仅重新养成了好习惯,还明白了一个深刻的道理:贪图一时的享乐,后患无穷!平时上课不认真听,等待我们的只有糟糕的成绩;平时暴饮暴食、不爱运动,等待我们的只有肥胖的躯体。只有珍惜自己拥有的一切,以积极的态度拥抱生活,培养健康的生活习惯,才能迎接美好的未来!

苏州高新区金色小学六(2)班 柴宇浩
指导老师:高珏雯

橘子

橘子让我不禁赞叹啊!

外皮闪闪发光,像生命的灯光。那个颜色令人感到温暖,那就是橙色。一个个棕色的小斑点像一个个微小水库啊,他为橘子提供水分。一捏“啾哩”一声,如同毛毛雨落地之声。轻轻捏来,皮如同树皮,凹凸不平。白白的内皮如同给橘子穿上一件衣服,让肉减少摩擦。

九个兄弟弯着腰抱起来,老天爷真的把橘子变得活灵活现啊!果肉外面的丝如同血管,缠着小小的橘肉,给果肉输入营养。果肉吸上去甜津津的。里面有一个个小小的、金黄的果粒,一咬如同爆珠,令人神清气爽。如果把橘子变成一件艺术品,那个艺术家一定非常了不起。我们要怀着感恩的心,发现生活中各种各样的美。

就像罗丹说的那样:“生活里并不缺少美,只是你没有发现美的眼睛。”

苏城外国语学校 孙乙皋
指导老师:李蕊