

搏出来的美好

——记市四中跆拳道训练基地

邵阳日报记者 李超 通讯员 宋宁 黄丹

在前不久落幕的2018-2019年中国中学生跆拳道联赛陕西分站赛暨2020年世界中学生运动会选拔赛上,市四中学生王德斌、杨骏、尹凯、李文涛、何懿俊分别荣获高中甲组男子45公斤级、48公斤级、51公斤级、63公斤级和女子52公斤级第一名,市四中荣获高中甲组团体总分第一名,并荣获大赛“体育道德风尚奖”。金灿灿的奖牌、奖杯,成为了市四中跆拳道教育成果的又一有力证明。

中小学生学习跆拳道运动,不但可以强身健体、修心养德,还是学生成为体育特长生,迈入高等学府的重要路径。市四中跆拳道项目创办于2013年,作为“质量立校、特色强校”办学理念的典型代表之一,六年来,市四中跆拳道项目教学体系不断完善,教学规模不断扩大,教学成果不断涌现。

在市四中跆拳道训练基地墙壁上,鲜红的五星红旗十分醒目,两侧张贴着“以礼始、以礼终”的对联,这是跆拳道礼仪的基础。“我们重视学员的技术指标,但更看重学员的道德品质。”中心负责人、国家一级教练员柯燕说,跆拳道衍生自中国古武术,中华传统礼仪一直是跆拳道

的魂。因此,在跆拳道训练之初,教练员就会将学员的综合素质培养纳入到教学计划之中,从最基本的礼义廉耻教起,从生活习惯、为人处世教起,而随着训练的深入,教练员们更强调学员的团队意识。“比如在某项训练中,一名学员某个技术动作没有做到位,那么全体队员都要重来、受罚。”教练员杨勇余说。

因为学员训练的时间都是晚上和周末的课外时间,因此对学员的管理,全体教练员都十分重视。“极个别学员的习惯不好,比如训练完后没有立即回家,而是跑去了网吧。在发现了这样的情况后,教练员会给予重点关注,在密切与家长沟通的同时,不断加强安全教育,很快学生就改掉了这一坏习惯。”柯燕说,在周末和寒暑假的训练期,教练员们可谓是既当爸又当妈,不但要抓好训练,还要负责做好学生食宿等方面的安排。“有时单纯靠严格并不能管理好学生,很多时候,教练员与学员更是努力营造亦师亦友的关系,这样才能‘亲其师、信其道’,最能达到较好的效果。”

作为竞技为主的跆拳道训练,对于技术指标有着十分严格的要求。几年

来,市四中跆拳道训练基地已经形成了较为完善的课程体系,将训练目标按年级、学期细化为三大阶段和六小阶段,每个阶段都确定了明确的目标,如高一年级第一学期打好基础,第二学期全面能力基本合格,高二学期以比赛为中心,以赛促练等,教学时教练员会严格按照目标要求执行训练计划。“尽管技术训练的过程很枯燥,甚至伴随着伤痛,但每当掌握一个技术动作,学员们的学习兴趣和自信心都会明显提升,也更加坚定了学习的目标与信心。”柯燕说,通过三年的训练,学员们基本都能达到跆拳道黑带一段的水平

随着综合素质的提升和竞技水平的增长,学员们在全国、省级跆拳道比赛中先后夺得金奖(一等奖)10人次、其他奖项54人次。而作为专业特长生,更有40余名学员通过跆拳道的训练,最终以优异的成绩和文化成绩被成都体育学院、广州体育学院等高校录取。而作为“邵阳市中小学生跆拳道训练基地”的市四中跆拳道训练基地,也成为了学生们逆势扬帆、实现理想的优秀平台。

为高中学生规划好明天
市迪航艺术高中全面推进生涯教育工作走笔
李超

自上月下旬我省公布新高考改革实施方案以来,市迪航艺术高中与湖南生涯研究院生涯专家团队合作,以邵阳生涯教育师资研修群的教师和本校各班班主任及学生科负责人为骨干,创办了迪航艺术高中生涯指导中心,正式开启了生涯教育的新航程。

自2017年创办时起,市迪航艺术高中就一直高度关注新高考改革进程,不断寻求与之配套的生涯教育解决方案。新高考改革背景下,如何帮助学生在学科兴趣与特长、大学及相关专业选择乃至未来职业发展方向等方面进行提前思考与规划?如何增强学生学习发展的源动力和内驱力,引导学生自主学习?如何帮助学生唤醒生涯发展意识、认知自我、客观评价自己的真实能力?结合这些问题及国内生涯规划教育形势,市迪航艺术高中的领导层确定了“顺应新高考改革需求,全方位推进生涯教育”的发展方向。

为提升全校教师的生涯规划指导水平,该校采取“走出去、请进来”的方式,选派教师分赴北京、上海、浙江、福建等地参加生涯教育专项培训并深入试点学校参观学习,还邀请生涯规划指导专家来校,解读新高考政策,解读生涯教育的愿景、目标和内容,系统传授生涯教育理论知识、生涯课程整体设计框架和实操办法。

在经过学习、探讨、反思、构建,迪航艺术高中的教师们开始将生涯规划教育融入到教育教学工作之中。学校还利用班会等时间,分班开展生涯主题研讨活动,帮助学生树立人生的短期、中期、长期目标,引导学生们朝着自己的目标不断努力。

为了配合生涯教育的开展,帮助学生提升综合素质,市迪航艺术高中还积极为学生的特色成长、个性化成长搭建平台:学校斥资购买了进口的高级音响设备、点歌系统,建成了练歌房,成立了合唱团,此外还聘请青年书法家到校,每周为学生们开展4节硬笔书法讲座……

“自从接触了生涯规划之后,我对自己做一名舞蹈家的理想更加坚定。只要一有空余时间,我都会到学校的练功房去练习基本功。”市迪航艺术高中高二年级的舞蹈专业学生邓宝琳说。“通过生涯规划的学习,邓宝琳现在的目标十分明确,专业学习刻苦勤奋,文化课的学习也更加积极主动了。”邓宝琳的班主任说。

在积极服务本校师生的同时,市迪航艺术高中还创建了“邵阳生涯教育师资研修群”,经常性组织研讨和学习,在为我市培养了首批生涯教师的同时,还邀请知名的生涯教育专家深入邵阳市第二中学、邵阳县德望中学等学校开设生涯课堂,助力我市生涯教育的发展。

心理健康讲座为教师减压

5月8日下午,邵东县大禾塘中心小学小学班主任心理健康教育知识培训在该县昭阳小学举行,国家二级心理咨询师刘凌宇、易慧茗为200余位小学班主任开展了专题讲座。

刘凌宇的《小学教师心理健康自我调适》讲座从游戏“金龙拍拍操”入手,在营造一个轻松愉悦的氛围后,先后对心理健康的标准和本质做出阐释,对教师压力症状做出分析,将现场调查、体验活动和具体的案例分析紧密结合,帮助与会教师进行正确的压力管理和情绪管理。易慧茗则从绘画的角度,对儿童心理问题进行了识别,并有的放矢进行针对性辅导,鲜活生动的案例,贴近生活,让与会教师大有所获。(通讯员 徐湘果)

市教科院开展教育科研扶贫活动

邵阳日报5月12日讯(通讯员 张伟庆 邓明子) 5月10日,市教育科研扶贫团队一行来到科研扶贫基地——洞口县黄桥镇中心小学和洞口县七中,通过“送教下乡”的方式为学校送去教育的新理念、新知识和新方法。

这次活动中,送教教师和扶贫基地学校的教师围绕同一教学内容进行上课、评课、研讨。教科院的教育专家还开办专题讲座,开展教育理论和实践的培训活动,让扶贫基地的教师们开阔了眼界,学到了新的教学方法,更加深了对新课程理念的理解,增强了教学教研意识。



5月11日,邵阳京华服装学校“京华杯”学生服装设计作品发布会在该校礼堂举行。宫廷风、民族风、中国风、职业风……由学生们自主设计、自主展示的一系列服装款式,受到了在场所有学生、家长的好评。

创办20多年来,邵阳京华服装学校已与沿海发达地区和内地百家大中型知名服装企业建立合作关系,致力为国内外知名服装企业培养具备高能力的服装设计、服装制版人才。李超 摄

安全大检查 筑牢防护网



▲检查组成员检查随车医药箱。

邵阳日报5月10日讯(记者 李超 通讯员 尹文吉) 为消除校车安全隐患,坚决遏制校车安全事故发生,4月25日至5月6日,市校车办组织教育、交通、交警等部门组成三个检查组,分赴各县(市、区),对县乡两级校车办、校车监控平台进行检查,并对校车公司、校车定点维修企业、学校及校车运行线路进行抽查。

5月6日上午,在大祥区校车办,检查组人员详细查看了校车办的工作情况,对相关资料进行了查阅。在大祥区校车监控平台,检查组成员向该区相关负责人询问了监控平台的运行情况,检查了监控台账,并随机对监控情况进行了抽查。时近中午,监察组人员又赶到大祥区金贝贝幼儿园,对该园的校车安全管理工作进行检查,之后走上校车,查看校车车况以及安全带、安全锤、消防器材、医药箱等设施的配置使用情况,还对运行记录进行了核查。

在几天来的检查中,各检查组对发现的一般安全隐患当场下达了《校车安全隐患整治任务现场交办单》,对重大安全隐患,按照“一单四制”要求下达交办单,要求各县市区在规定时间内将整改落实情况报市校车办。

如何实现“高薪就业”?

——邵阳市精英职业技术学校育人模式解析

李超 申平

“我成绩平平,到你们学校来读书会不会跟不上?”

“我不想卖苦力,做普工,就想有一份高薪的办公室工作,你们能帮我实现吗?”

“据说在你们学校毕业以后,就能拿到比大学生还高的工资,是真的吗?”

……

目前,正是初中毕业生填报志愿的时期。在市精英职业技术学校,每天都有不少家长陪同孩子来校参观学习、生活环境,咨询教育教学方法等,围住学校的招生老师问这问那。不过,在经过细致的考查和老师详细的讲解后,学生和家

长都对精英学校给予了高度评价,并表示愿意前来就读。邵阳市精英职业技术学校是市教育局批准、省教育厅备案的电脑中专学校。创办以来,精英学校从主攻计算机网络技术,到专注“网页设计”唯一专业,不断做好、做优、做精“高度专业化”的职业技能教育,成为了我市精品化办学的标杆和典范。

网页(电商)设计专业是目前需求量大、年薪增长快、创造价值高的IT职业之一。据无忧工作、智联招聘、中华英才、58同城四大招聘网站统计,全国每年需求网页电商设计类人才超30万,而国内

该专业的毕业生不足10万人,市场缺口相当大。精英学校的“网页(电商)设计”就是利用电脑软件与计算机语言,进行网店的店面布局、商品展示、详情介绍、图片处理、视频欣赏,最终在PC端、手机端提供界面,让用户可以实现在线体验、交互、购买的设计过程。毕业生的就业出口不仅包括天猫、淘宝、京东等各类电商设计师及相关的网页美工、网站维护、网站编辑、网站规划师、项目经理等,还可以到同类学校担任设计老师,更可以自主创业,成立自己的设计公司。

早在2008年,精英学校的网页(电商)设计专业就被评为“省级精品专业”。那么,他们的教学是如何开展的呢?

精英学校学生所学的课程,并非国家通用的普通中专技校或高校的教材,而是依托学校研训部深入北京、上海、广州、深圳等一线城市的用人单位与就业市场,细致调查电商职业及设计师岗位,听取权威公司与专家意见,结合邵阳地区初中毕业生年龄、基础、爱好等实际情况,为学生量身设计的课程体系。

在校期间,学校采取“做中学”的教学方法开展教学。“做中学”教学法是学校董事长罗黎明学习美国实用主义教育家杜威先生和我国伟大教育家陶行知先

生的从做中学的理论,结合精英学校实际,潜心研究并形成的特色教学方法。在日常学习中,以实际工作任务为中心,教学课件是一个个商业实例,学生作业是一个个模拟订单,学生根据老师的教学,当天即按步骤上机操作,完成的作品可以发布到网站上,让同学、老师、家人甚至用人单位欣赏,不少学生都是由于设计作品经过用人单位审核,直接被用人单位录用。

当然,在不断强化专业教学的同时,精英学校更是强调学生综合素质的培养,特别是近三年来,通过培养用书习惯、“综合素质课”、开展社团活动及学生志愿活动等,努力让学生们形成良好的习惯,具备一定的管理、沟通交流和学习能力,实现综合素质的全面提升。

精英学校培养的德才兼具毕业生,受到了用人单位的广泛好评,也让精英学校提出的“高薪就业”承诺变成了现实。根据“中智咨询”的调查数据,2018年全国应届毕业生中,专科平均起薪为4016元,本科平均起薪为5044元。而精英学校刚刚毕业的2019届126春季班,由于学生专业技能强、综合素质高,全班68人,除1人自主创业外,其他67人全部找到对口工作,学生转正后平均月薪达6259元。