

训练成绩两手抓,学生家长都爱她了不起,入职一年就带出了全国第一的校队

本报记者 沈梦雪



不容易 新老师带出精英队伍

据悉,全国学生定向大赛是国内最高级别的定向赛事,共有来自全国各地的200多支队伍,2600多名运动员参赛。这次杭州天杭实验学校的成绩可谓一鸣惊人,用校长邱曙光来说就是“逆天了”。

要知道,这支定向队成立才一年多,队员多为普通学生。张晓娜就是队伍的总教练,这位90后的体育老师比队员们大不了多少,队员都把她当成大姐姐。

一位入职才一年的新老师,为什么能带领新成立的定向队取得这么好的成绩。原来,张晓娜从小是一名体育特长生,五年级在杭州市陈经纶学校练中长跑,是800米项目的国家一级运动员。大学期间她进入了定向越野的国家队,完成了从田径项目向定向的转型。而这10年的运动员生涯也帮助她在体育教学和训练中取得了更好效果,她说:“因为自己当过运动员,所以在训练学生的时候更能把握他们的心理和想法,及时沟通帮助学生答疑,让他们更快进步。”

不仅仅是定向队的16名学生喜欢张晓娜,连他们的家长都对她赞不绝口。张晓娜合理安排训练的同时,更把学习计划制定得井井有条。每

尽管杭城最近的高温天气有所缓解,但在室外依旧能感受到盛夏酷暑的炎热。不过,在杭州天杭实验学校却有一支不畏高温的定向队,放弃暑假坚持训练。他们就是刚刚在2017年全国学生定向大赛获得百米男子第一名、第二名、第三名、第五名,百米女子包揽前四名的天杭实验定向队,而带领这些学生训练的老师则是去年刚刚参加工作的90后美女老师张晓娜。

周一到周五,为了不影响学习,定向队利用下午5点到6点半的业余时间训练。她还要求学生不能在考试中有明显退步,不然就不能继续参加定向队;周末她会去杭州植物园或者市外等路线较复杂但相对安全的地方训练,从早上9点开始到下午3点左右结束,期间,张晓娜会一直陪着孩子们。她说:“初中生已经有自己独立的思想,老师要做的不仅仅是交给他们技能,更是一些抗压的方法,做人的道理,这些是对他们心理素质提升的好办法。”

有原则 先沟通后纳新

虽然只是一名年轻教师,可是张晓娜在处理家长、学生和老师之间关系的问题上却很“老道”。这一切都归功于她始终坚持和家长保持沟通,和学生良好互动。

张晓娜在接纳每个队员之前都与家长进行过沟通和交流,她说:“体育训练没有家长的信任和支持会很难一直持续,所以我在挑选队员的同时会和家长沟通,让他们充分理解定向队是做什么的,有什么好处。”

正是张晓娜的这份认真负责让家长们都对她交口称赞。队员陈婉妍妈妈说:“张老师会认真地为每一位队员考虑,这是一种发自内心的关爱,不仅是训练上和孩子沟通,更和家长保持联系,让孩子更好成长。”

张晓娜在选拔队员时也有自己的一套原则,她喜欢外向、活泼的学



生,哪怕淘气一些也不要紧,因为定向训练可以让这些学生的“淘气”更有规矩。很多学生进入定向队四五个月之后,不仅行为更规范,也变得更加自觉,不少定向队员的家长反映,“自从孩子进了定向队,就变懂事了,学习训练都更有计划性,学习成绩还稳步提升。”

有梦想 让更多的学生感受定向

在杭州市的中小学生运动会上,如果能获得定向赛前六名的成绩,就可能以特长生的资格进入杭城的一些重点高中。去年,天杭实验学校就有3名学生以这种方式升入高中。目前,张晓娜的定向队有16名队员,其中不乏初三的学生,她说,中小学的孩子往往比较缺乏野外生存能力,而

定向恰好能给他们一个机会,同时还可以结合体力与脑力,利于学生的全面发展。在张晓娜的这支定向队里,队员除了身体素质需要更胜一筹外,每个队员还需要有更强的有识图能力,学习地图上的理论知识,逻辑性和推理性也不甘人后。

接下来,张晓娜将带领队员参加更多全国比赛,8月还将去南京进行体能集训,明年她还有可能带着这群孩子代表中国参加在瑞典举行的国际比赛,她说:“希望孩子们能在自己的坚持下走出自己的一片天。”

张晓娜期待能有更多的学生了解并爱上定向,通过定向运动能去更好的高中乃至大学,未来有更多可能性。“定向需要标定地图,寻找每一个参照物,最后到达目的地,人生也一样,需要有一个人生方向,一步一步达到每一个小目标,最终实现目标。”



舞动腰鼓 传承文化

8月1日,在建德市杨村桥镇“春泥计划”活动俱乐部王谢教学点,十多名留守儿童在镇腰鼓队员的指导下,有模有样地演练民俗腰鼓基本动作,舞动精彩的假期生活。暑假以来,该镇以“红色暑假 快乐童年”为主题的“春泥计划”系列暑期假日学校活动,为全镇13个村的130多名留守儿童开展丰富多彩的活动,传承民俗文化,过一个快乐而有意义的暑假生活。

(通讯员 宁文武 文/摄)

双语教学洋气了 洋教练为“小候鸟”带来体育课

8月1日上午,杭州石桥街道的“小候鸟”夏令营上,几名金发碧眼的美国大学生成了孩子们的新老师。全程微笑、时常鼓励、精心备课……这些年轻的“洋面孔”为课堂更添几分活力。

据悉,为小候鸟们授课的“桥(Bridge)”志愿者团队由美国学生和中国留学生组成,这个夏天将在石桥街道为孩子们提供两周时间的教学服务,除了数学外语为主的双语课程,每天上午还会分组进行足球、排球、飞盘等体育户外运动锻炼。

10岁的姚瑶是一只“小候鸟”,和暑期班里的许多“小候鸟”一样,每年一到暑假,从全国各地“飞”来杭州,暑假成了他们和父母团聚的宝贵机会。今年暑假能参加“小候鸟”夏令营,让她收获意外的惊喜。

在这里,她上了人生第一堂双语

教学的体育课,也有了第一个英文名——Molly。这个英文名字是一位美国老师取的,Molly的英文发音和中文的“茉莉”一样。姚瑶说,外国老师觉得,她和茉莉一样美丽可爱。

“Bridge-桥”团队给暑期班孩子们上的第一堂体育课就用上了特别的道具“飞盘”。这是帅气的美国小伙Chapin的主意。这个19岁男孩在美国一所高校学习汉语和商业,会说一口不大流利的中文,飞盘是他最擅长的运动。在Chapin和小伙伴们的带领下,孩子们撒欢地满操场飞奔,脸上洋溢着的是快乐和满足。Chapin说,这不是他第一次来中国,但却是第一次来杭州。“我很喜欢中国的文化,也很喜欢中国人。第一次来给孩子们上课好紧张,可是孩子们给了我很多鼓励,谢谢他们那么喜欢我。”

(通讯员 倪雁强 石怡锋)