

暑期运动热度不减 全民健身趣味无穷



■ 济宁日报全媒体记者 李允
通讯员 王超 周胜楠

我运动我健康

一场全员参与的运动热潮蓬勃兴起

最近一段时间,金乡县王杰中学运动场每天早晚热闹非凡。篮球场上的传球呐喊声、羽毛球的挥拍声以及仰卧起坐的加油声,亲子并肩奔跑的温馨场景等,汇成一曲夏日动听的旋律。

该校首创的“暑期运动团”活动点燃了学校运动热情,操场成为师生家长共同的“健康乐园”,一幕幕温馨又充满活力的画面,成为暑期里最动人的风景。面对眼前的场景,金乡县王杰中学教育集团总校长周勇感慨地说:“炎炎夏季,运动热情不减,我们以校园运动推进全民健身,让社会各界得实惠。”

“以前暑假总窝在空调房里刷手机,现在每天雷打不动来操场报到,明显感觉身上有劲儿了,整个人精气神儿都提上来了!”学生李浩宇边擦汗边说,他的运动“搭子”们正举着打卡手环互相展示当日成果。这场暑期运动热潮的兴起,源于学校的倡议。暑假伊始,王杰中学率先向本校师生及周边社区开放操场,组建“暑期运动团”,通过分班分批错峰、项目自主选择的方式,引导学生走出舒适区,在运动中强身健体,锤炼意志。

活动启动短短的几天时间,参与人数就

从最初的几十人飙升至数千人。清晨 6:30—7:30 的朝阳时段,以亲子运动为主,家长们陪着孩子跳绳、慢跑,共享晨光中的温馨时光;傍晚 18:00—20:00 的余晖时段,则成了学生主场,篮球对抗赛、团体慢跑、仰卧起坐接力等趣味项目轮番上演,体育教师和班主任志愿服务,现场指导,从热身动作到运动后拉伸,从器材使用规范到运动损伤预防,让大家练得更科学、更高效、更安全。

操场开放后,专业的技术指导不可或缺。学校组织了体育教师提供管理和指导服务。“人数从暑假第一天的 50 多人,十天后增加到了 500 多人,现在已经维持在日均 1000 人左右。”王杰中学副校长周胜楠笑着说,“本着教育惠民的初衷,学校不再区分本校与否,只要来到王杰操场锻炼,都一同训练。”

“请各位家长看护好低年级孩子,运动前先完成热身操!”操场上的值班教师利用操场音响进行提示,校门口的安保人员认真维持开放时间的校门秩序。为确保活动安全有序,学校制定了周密的保障制度:每天 2 名校领导带班、4 名教师值班,联合家委会组建 20 人志愿者队伍,负责现场秩序维护、器材管理和应急服务,配备常用药品和急救设备;学校体育组编制《暑期运动安全手册》,详细规范热身动作、器材使用和损伤预防知识。学校领导班子不仅轮流到场协调资源,还带头参与运动,这种“领导带头、教师跟进、家长协同”的模式,让开放活动既有温度又有安全感。这场暑期运动热潮,不仅温暖了校园,更赢得了社会点赞。周边社区居民路过操场时,常常驻足称赞:“在暑假开放操场,老师天

天陪着练习,太不容易了,学校这个活动办得好!”有家长感慨:“孩子现在每天主动运动,说要和同学‘PK’打卡次数,我也放下手机陪着孩子一起锻炼,非常充实!”

从运动倡议到长效坚持

一项原创活动的深远影响

作为该校今年原创的暑期品牌活动,学校已制定延续方案,将分班分批开展的运动项目纳入开学第一课计划,通过运动会、班级挑战赛等形式巩固成果;通过持续的运动教育,让学生养成终身锻炼的习惯,更让王杰精神中“艰苦奋斗、团结互助”的品质在实践中扎根。活动中家长放下手机陪练、同学间互相鼓励的场景,正是家校共育最生动的写照,王杰中学以操场开放为切口,既破解了暑期学生宅家难题,又搭建了家校社协同育人的新平台。

金乡县王杰中学通过明确岗位职责并实现全校联动,形成了有效的安全闭环保障,为开放活动奠定了坚实的安全基础,不仅充满人文关怀的温度,更营造了可靠的安全感,赢得了师生、家长及社会的一致好评。家长们纷纷在“朋友圈”分享孩子的积极变化和运动热情。

夕阳西下,运动场上又开始热闹起来。王杰中学这场暑期运动热潮正成为滋养学生成长的生动实践。当走出空调房的脚步愈发坚定,放下手机的笑容愈发灿烂,健康、活力与向上的种子已在每个学生心中扎根生长,让这个夏天的运动记忆,成为滋养终身健康习惯的珍贵养分。

教师园地

山东黄河文化的内涵特质

■ 中共梁山县委党校 张业敏

山东是黄河文明的重要发祥地之一,境内拥有儒家文化、运河文化、泰山文化、水游文化、红色文化、海洋文化等多种文化,它们与黄河文化交融共生,共同凝练了山东黄河文化的内涵特质。这种内涵特质既有坚韧不拔的治水毅力,也有儒家文化的道德追求;既有农耕文明的勤劳质朴,也有河海交汇的开放包容,并成为当代推动黄河流域生态保护和高质量发展的最大文化底气。

儒家思想为山东黄河文化提供了哲学升华。黄河文化以其厚重的历史积淀为儒家思想提供了诞生的沃土,儒家思想则以其深刻的价值理念赋予黄河文化精神内核。大禹治理黄河“三过其门而不入”的奉献精神,成为儒家“修身齐家治国平天下”“舍生取义”的精神原型。儒家以“仁”为核心,以“礼”为规范的伦理体系,与黄河流域的宗法社会结构深度结合,成为维系社会秩序的精神纽带。如山东黄河流域的孔氏家族、颜氏家族等,在儒家“孝悌”思想影响下形成“耕读传家”“诗书继世”的家风传统。儒家“礼义廉耻”的道德规范又融入乡规民约,塑造了山东黄河流域“重名节、守信用”的淳朴民风。

海洋文化为山东黄河文化注入蓝色魅力。黄河文化在长期农耕文明中形成了“坚韧不拔”“重土安迁”的精神特质,而海洋文化的“冒险探索”“海疆防御”等元素,为其注入了更丰富的精神内涵。山东沿海是古代“海上丝绸之路”的北方起点,通过港口登陆的域外文化与黄河流域的儒家文化、道家文化碰撞融合,如佛教在山东的传播中,既保留了印度佛教的核心思想,又吸收了黄河文化中“天人合一”的理念。春秋战国时期齐国以黄河下游的农业基础为依托变得强大后,又凭借海洋贸易开拓疆域,既体现了黄河文化的“中原正统”意识,也融入了海洋文化的“开放拓殖”精神。明清时期山东沿黄地区的民众既参与黄河治理,又支援沿海抗倭,形成了“既抗河患,又守海疆”的双重抗争传统,这种精神成为黄河文化中“坚韧不屈”品格的重要补充。在民俗文化互鉴方面,山东沿黄地区的庙会中,既有祭祀黄河龙王的仪式,也有供奉妈祖的活动,体现了海洋民俗对黄河民俗的渗透;同时,黄河流域的剪纸、年画等民间艺术,也吸收了海洋文化中“鱼”“海浪”等元素,形成了独特的艺术风格。东营的黄河入海口不仅造就了河海交汇的旷世奇观,更是形成了人与自然和谐共生的湿地文化景观。

中原文化为山东黄河文化提供了精神滋养。中原文化作为中华文明的核心源头之一,以河南为中心辐射周边,对山东黄河文化的形成、发展及特质塑造产生了深远影响。尤其是鲁西地区在思想、制度、民俗、艺术等层面深度吸纳中原文化养分,形成了兼具地域特色与中原基因的文化形态。孔子年轻时曾前往洛阳向老子问礼,系统学习中原礼乐文化,并结合山东黄河流域的农耕社会现实,将“礼”从宗教祭祀规范升华为“仁政”“爱人”的伦理体系。孟子“民为贵,社稷次之,君为轻”的民本思想,可追溯至中原商代“重民”观念和西周“敬天保民”思想。在治水实践中,西汉贾让提出“治河三策”,其“疏川导滞”的理念被山东沿黄地区采纳。北宋朝廷从开封派遣水利官员主持山东黄河疏浚工程,将中原成熟的“堤防分段管理”“汛期巡查制度”引入山东,形成了“中原规划、山东执行”的治河传统。在音乐、舞蹈、绘画、雕塑等艺术方面,既继承了齐鲁文化的传统特色,又吸收了中原文化的艺术精华。如山东柳子和河南豫剧均源于黄河上游地区的山陕梆子,山东柳子对河南豫剧的豫东调、沙河调均产生过较大的影响,同时山东柳子又大量吸收豫西调、祥符调等来完善自己的唱腔体系。山东出土的商代青铜器,既保留了中原地区“饕餮纹”的威严风格,又融入了“鱼纹”“水波纹”图案,形成具有自身特色的“山东纹饰”。曲阜的孔庙石刻、济南的灵岩寺彩塑等,既体现了齐鲁文化的庄重、肃穆,又融合了中原文化的细腻、精致。胶州秧歌、海阳秧歌等也吸收了中原地区舞蹈的优美姿态和表演技巧。



乐不思“暑”

近日,济宁市金太阳幼儿园举办“乐不思暑,泡沫之夏”亲子乐水节活动,让孩子们和家长们尽享戏水欢乐。

■ 通讯员 黄娜娜 摄

“智慧家长课堂”公益课程 助力亲子关系和谐发展

本报泗水讯(全媒体记者 纪闻路 通讯员 董雯)2025 年暑假以来,泗水县教育和体育局推出“教子有方·智慧家长课堂”公益线上课程,旨在帮助家长读懂孩子心理需求,掌握科学教育方法,化解亲子沟通难题,陪伴孩子度过一个充实而有意义的假期。该课程自 7 月 9 日起每周三晚 19:30 开课,共设 8 期主题讲座,同步每周一晚推送郑委老师智慧课堂供家长自主学习。

据了解,本次课程聚焦数字时代家

庭教育痛点,涵盖亲子沟通、习惯养成、情绪管理等核心议题。课程内容由心理健康和家庭教育专家团队精心设计,首期主题《为什么孩子一玩游戏就停不下来》直面手机使用难题,第二期围绕“放手+守护”亲子陪伴模式、青春期心理调适、开学焦虑缓解等实用话题展开深入讲解。

暑期课程共安排 8 期讲座,从 7 月 9 日持续至 8 月 27 日,每周聚焦一个教育主题,如 7 月 16 日探讨如何平衡孩子的安全与自由,8 月 6 日解析青春期“心”信

号,8 月 27 日则以“增强心理韧性”为主题帮助孩子迎接新学期。所有课程均通过线上平台免费开放,家长可直接参与学习。

泗水县教育和体育局相关负责人表示,暑期是亲子共同成长的关键时期,希望通过系统化的公益课程,为家长提供科学的教育工具,轻松读懂孩子的心理需求,构建和谐亲子关系;同时呼吁广大家长积极参与,将知识转化为行动,用“爱与智慧”点亮孩子的成长之路。

核心素养下初中地理教学创新实践与应用

■ 山东省德州市第九中学 杨新艳

地理学科的四大核心素养是培养学生的人地协调观、综合思维、区域认知、地理实践力等,落实立德树人的根本任务,与思政教育的根本目的一致。初中地理作为一门综合性较强的学科,涵盖了自然、社会、经济等多个领域,与人们的生产生活息息相关,蕴含着丰富的思政教育资源,教师就应该运用这些有利资源,融入到教学中,培养新时代德智体美劳全面发展的青少年。在教学过程中,突破以往单一学科的局限性,从跨学科的角度把教育学、地理学、历史学、文化学等多学科理论和方法结合在一起,探索创新一套可操作性的思政教育融入初中地理课堂的教学模式,地理教学和思政教育同步发展,相辅相成,两者高质量有机融合,达到教学和育人的目的。重点是理论教育与实践探索的突破,突破传统教学的方法,探索创新灵活多样的教学方式,深挖教材,构建地理教学案例,增加分析思考、图片展示、阅读片段、音视频内容等形式,制作成多媒体课件,既增加学生的学习兴趣,又有利于理解知识。开展课外实践教学,拓宽学生知识面,促进知行合一。

把爱党强国教育融入地理教学中。在讲授地球的公转和节气时,通过地球公转示意图,讲解春分、夏至、秋分、冬至四个节气的昼夜长短,出思考题:中国共产党的生日和国庆节分别是哪一天,分别位于哪两个节气之间等,让学生记住党的生日和国庆节,弘扬敢为人先的红旗精神,明白没有共产党就没有新中国的道理。在讲授聚落人类的居住地时,展示黄土高原的窑洞图片,让学生了解黄土的直立性和干燥气候,引入实事求是和自力更生的延安精神。在讲授我国的地形和气候复杂多样时,穿插红军飞夺泸定桥、四渡赤水的故事,通过手

绘长征路线图,让学生体会艰苦奋斗、坚韧不拔、团结群众、依靠群众的长征精神。我国山区面积大,经济欠发达,此处引入载入史册的脱贫攻坚战略,让学生再次感受到:为中国人民谋幸福,为中华民族谋复兴是中国共产党的初心所在。在讲到武汉是湖北省省会时,补充材料,引入生命至上万众一心的抗疫精神,通过文字介绍和学生亲身感受,认识到生长在中国是多么的幸福和骄傲,听党话、跟党走、知党恩、报效祖国的情感油然而生。在讲授珠江三角洲经济发展带时,播放视频歌曲《春天的故事》,补充邓小平南方谈话材料,开启了我国改革开放的新时代,引入改革创新精神,建设中国特色社会主义。展示《海陆分布》章节王亚平首次完成太空授课插图,让学生感受到中国航天事业已居世界领先水平,引入科教兴国战略,弘扬探月精神,建设航天强国,再补充载人航天、载人深潜、北斗导航、量子通讯、青藏铁路、纵横飞驰的高铁等等,得出没有共产党就没有新中国就没有中华民族的伟大复兴。通过学习“一带一路”沿线国家,阅读梳理“一带一路”材料,培养学生的责任感使命感和大国情怀,梳理出:“一带一路”是指丝绸之路经济带,“一路”是指 21 世纪海上丝绸之路,“一带一路”是希望之路、发展之路、机遇之路、绿色之路。

中华优秀传统文化与地理知识相结合。“坐地日行八万里”让学生感受地球的自转和赤道的周长;“小桥流水人家,枯藤老树昏鸦”“千里冰封,万里雪飘”“大漠孤烟直,长河落日圆”等让学生感受南方地区、北方地区、西北地区景观差异,“黄梅时节家家雨”说明长江中下游地区夏季风造成的阴雨连绵的梅雨天气。俗话说一方水土养一方人,不同的地域孕育出多姿多彩的民歌戏曲艺术,在优美的旋律中,感受到中华优秀传统文化的博大精深,展望祖国的大好

河山,提高审美能力,掌握地理知识。《请到天涯海角来》展现了海南瓜果遍地四季如春景象,海南属于热带季风气候,农作物一年四季三熟。《我爱你塞北的雪》来到了东北三省,这里属于温带季风气候,煤炭和石油资源丰富,是我国重工业基地,引入艰苦奋斗的大庆精神和铁人精神,让学生深刻明白,祖国建设离不开一代又一代人前仆后继忘我的工作。欣赏《吐鲁番的葡萄熟了》,去寻找新疆瓜果特别甜的原因,这里属于温带大陆性气候,昼夜温差大,瓜果积累糖分多。《我们就是黄河泰山》来到了物产富饶的齐鲁大地,这里属于暖温带季风气候,有一览众山小、五岳独尊泰山和生生不息的母亲黄河、泰山和沂水孕育出艰苦奋斗的沂蒙山精神。《美丽的草原我的家》展现了锡林郭勒草原的风光,这里以畜牧业为主。黄土高原孕育出高亢嘹亮的秦腔,蒙古族那达慕和藏族的锅庄舞展现出草原人的粗犷豪放等。

开展实践教学,培养学生的家国情怀。带领学生参观黑陶实践基地,学习制作过程,感叹艺术品的美轮美奂和高超的技艺,惊叹劳动人民的勤劳与智慧,体会到什么是“工匠精神”。远足太阳谷,参观微排国际大酒店,锻炼了学生毅力,了解绿色环保低碳的酒店建筑,提升学生的环保意识,树立正确的资源观。

总之,这种全新的初中地理教学模式,有利于推进新时代背景下思政教育和地理教学改革理论创新深化,推动教学方式的创新,丰富了教学内容和资源,增加了教师和学生互动,提升了教学育人成效,有利于传承和弘扬红色文化,促进社会主义先进文化建设,培养学生爱党爱国爱社会主义的家国情怀,增强学生的民族自豪感和使命感,提高学生的思想政治觉悟,为实现中华民族伟大复兴的中国梦凝聚精神力量。



邹城“三个维度”发力 筑牢校园安全屏障

■ 通讯员 贾宝华 王夫泉

今年以来,邹城市将校园安全作为教育高质量发展的“基石”,从时间、空间、资源“三个维度”齐发力,为学生健康成长保驾护航,打造了具有邹城特色的校园安全保障体系。

全时段深耕,抓细抓实“安全教育课”。创新教育形式,将涵盖多项内容的安全教育专题活动,融合到安全教育“1530”、班团队活动、综合实践、地方课程、校本课程等日常教育教学活动中,语文课讲历史故事、历史课析国际形势、道德与法治课谈责任担当,通过跨学科融合,引导学生树立“国家安全无小事”的观念。强化精细化管理。各学校组建由教师、安保人员和学生志愿者共同构成的课间巡查队伍,覆盖每个角落巡查,及时制止楼梯间追逐打闹、攀爬栏杆等危险行为。建立校园设施安全排查制度,每月进行全面检查,对于检查中发现问题,立即制定整改方案,明确责任人与整改期限,及时消除安全隐患。

校内外联动,织密织牢“安全防护网”。营造浓厚氛围。在校园内张贴醒目的安全标语,举办安全知识竞赛、安全主题演讲比赛等活动,定期更新校园安全标语和宣传栏,打造浓厚的校园安全文化氛围。同时,利用校园广播系统,在课间循环播放安全小贴士,全方位提醒学生注意课间安全,使安全意识渗透到学生日常生活的每一个缝隙。丰富活动内容。开展“安全主题手抄报大赛”“少年说安全”演讲比赛等活动,激发学生参与热情,让安全意识内化于心。充分利用社会资源,让学生参观消防站、科技馆等,校社广泛联动,拓宽学生安全视野,在实践中增强安全意识和自我保护能力。强化协同联动。设立“1+4+N”护学岗 304 个,每天上下学时段,民警、学校领导、执勤教师、安保人员和志愿者共同执勤,维护校园周边治安秩序和交通秩序。

多方面整合资源,培优增强“安全保障力”。大力争取各级支持。政府层面,出台关于校园安全的政策指导和保障文件,设立校园安全专项资金,用于更新高清监控摄像头、升级一键报警系统等。充分挖掘校内资源。科学老师开展“生活中的安全科学”教育,体育老师开展“应急避险与自救互救”教育等方面,发挥教师专业优势,拓展校内安全教育师资队伍,丰富安全教育的内容,提高学生的兴趣和参与度。有效做好实战演练。各学校根据自身实际情况,定期进行火灾应急疏散演练、地震应急避险演练、反恐防暴等演练。演练前科学制定方案,演练中规范操作流程,演练后注重总结反思教训,确保演练活动的真实性和有效性。例如,某校一次地震应急避险演练后,发现部分学生在避险过程中存在慌乱、躲避位置不正确等问题,学校及时组织教师进行分析总结,加强对学生的指导和训练。在下次演练中,学生的表现明显改善,应急能力得到了有效提升。

山东金乡 让扎染非遗 在校园绽放新彩

■ 济宁日报全媒体记者 纪闻路 通讯员 王超 王丹丹

素白棉布在指尖翻飞,棉线缠绕出万千结绳,蓝靛染液中浸润出独特色纹。在金乡县春城小学 of 的扎染工作室,每周三下午都会上演这样充满生机的场景。作为国家级非物质文化遗产,扎染这项古老工艺正以“千结千色·解缚成纹”的育人理念,在校园里绽放出个性化教育的绚丽之花,为济宁非遗传承注入青春活力。

“大家看,这块布经过氧化,正从绿慢慢转蓝,这是老祖宗传下来的‘化学魔法’。”非遗传承人、该校教师李莎莎手持刚从染缸取出的布匹,向围坐的学生们讲解扎染技艺。对角折叠、旋转收拢、橡皮筋分段捆扎,看似简单的步骤里藏着传统技艺的千年智慧。小学学生潘静初解开绳结时,蓝白相间的螺旋纹路让她惊喜不已:“像旋转的星空!原来老手艺人能做出这么潮的图案。而且扎染课程对我的学习和生活都有很大的影响。在学习上,它让我变得更加细心和专注。在生活中,我学会了用自己的双手去创造美好的事物,也更加珍惜传统文化了。”

将传统技艺转化为成长养分,是春城小学非遗教育的鲜明特色。针对“重展示轻传承”的普遍难题,学校构建三层课程体系:在课程设计上,根据学生的年龄特点和兴趣爱好,设计了不同层次的教学内容和活动,让学生在轻松愉快的氛围中学习扎染技艺,感受非遗文化的魅力。在教学过程中,老师们注重从多个方面将非遗文化与小学个性化育人相结合。在教学方法上,他们采用项目式学习、小组合作学习等方式,让学生在自主探究和合作交流中培养创新思维和实践能力,发挥特长,实现个性化发展。“在关注学生学习成果的同时,注重对学生学习态度、合作能力、创新精神等方面的评价,让每个学生都能在学习中获得成就感。”德育主任靳浩的话语中满是欣慰。目前,该校扎染艺术已成为金乡县非遗代表性项目,校本课程《校园扎染》获评济宁市精品课程,学校也跻身济宁市首批传统文化进校园示范学校。

破解师资短缺、教材空白等难题,是课程扎根的关键。学校邀请非遗传承人驻校培训,组建教师团队研发教材教具,联合文化机构拓展资源。如今,两项省级课题顺利结题,学生作品屡获济宁市校园艺术节一等奖,学校入选山东省非遗传承联盟校。“孩子变得更专注了,常把扎染巧思用到生活中。”家长刘女士的反馈,道出了多元化评价体系的成效——不仅看成果,更重过程中的合作与创新。

从校园到社会,传承的火炬持续传递。春城小学的育人模式已辐射全县 20 余所学校,带动 3000 余家庭参与,其红领巾扎染社团多次被省市级媒体报道。“非遗教育不是培养工匠,而是培养学生的创新能力、实践能力和社会责任感,为学生的未来发展奠定了坚实的基础。”副校长王丹丹的感慨,道出了济宁非遗传承的“新声”所在,当古老技艺遇上青春力量,文化的根脉正在校园里蓬勃生长。