

# 共和镇中心小学打造跆拳道特色社团 “跆拳道”上见真章 “拳”力展风采

日前,共和镇中心小学跆拳道队小将们参加2025年江门市青少年跆拳道锦标赛,凭借出色的表现和顽强拼搏的精神,成功斩获团体总分(丙组)二等奖,队员钟芳怡、贺泰熙获得丙组女子28-32KG第五名,展现了该校新时代少年的风采。

学生们取得良好成绩,既离不开一直以来的努力,也离不开学校打造的平台的助力。据了解,为进一步提高学生参加体育锻炼的积极性,同时,丰富学生的课余生活,该校结合“以体润德、以武赋能”理念,在2023年成立跆拳道社团,通过跆拳道社团训练和活动,为学生提供超越自我、展现才艺的机会。

文/图 江门日报记者 张舜同

## 强身体塑品格

## 全面提高 综合素养

“今天我给大家表演飞踢踢!”10月14日,共和镇中心小学跆拳道社团的“小前辈”梁安承、凌灏轩互相配合,为新加入社团的同学表演跆拳道“品势”,让大家更好地感受跆拳道的魅力,激发大家的学习兴趣。只见梁安承快速助跑,随后在合适的位置凌空跃起,十分帅气地伸出右脚精准地击中凌灏轩高举起的脚靶,精彩的表演让同学们不禁拍手叫好。

“我学习跆拳道已经7年了,这项运动不仅让我强身健体,还让我拥有保护自己的能力和学校成立跆拳道社团后,我在学校有了展示实力的机会,也为我提供进一步提升自我的平台,我可喜欢这个社团了!”梁安承说。

“跆拳道是一种竞技运动项目,强身健体的作用不言而喻,对于提高学生的抗压能力、专注力也有重要作用。同时,跆拳道精神中的‘礼仪、忍耐、克己、百折不屈’也是推动学生塑造良好品格,促进自身全面发展的重要因素。我们以‘立德树人,全面发展’为宗旨成立跆拳道社团,既锻炼学生的身体素质,也塑造学生良好的品格。”该校体育教师李嘉诚表示。

据了解,为了让不同水平、不同年龄段的学生更好地感受跆拳道的乐趣与魅力,该校跆拳道社团分别设置了“兴趣班”与“校队班”,面向全校学生招生。其中,“兴趣班”以培养学生对跆拳道的兴趣为主要目标,针对不同年龄段的学生有着不同的教学思路。“对于一、二年级学生,着重于兴趣培养和跆拳道礼仪教学,让学生从小养成良好的礼仪习惯。我们也会传授跆拳道基础动作,通过将基础动作融入小游戏,增加课堂的趣味性,让学生动起来,锻炼他们的注意力和身体协调性。对于三、四年级学生,我们着重于提高专注力与耐力,在课程中加入更多横踢、侧踢、复合脚法以及基本的‘品势’练习。这些内容需要长时间练习才能较好地掌握,我们将相关内容融入小游戏,让学生们更容易接受。此外,我们会进一步加强礼仪教学,逐步培养学生们的团队意识。”李嘉诚介绍。对于五、六年级学生,社团的教学内容更注重能力的提升,同时,把竞赛战术策略等内容融入实践环节,培养学生的竞技与战术思维。“我们还为五、六年级学生设立‘小教练’岗位,培养他们的责任心,让他们更加严于律己,做师傅、师妹的好榜样。”李嘉诚说。

“参加学校跆拳道社团,让我更加懂得团队精神的重要性,队友们的加油助威是让我增强自信的重要力量。我还是‘小教练’,把跆拳道的乐趣分享给其他同学!”凌灏轩说。



共和镇中心小学成立跆拳道社团,通过社团训练和活动,为学生提供超越自我、展现才艺的机会。

## 提升竞技水平

## 为实战做好准备



“小前辈”为新加入社团的同学表演跆拳道“品势”。

“能在强手如云的江门市青少年跆拳道锦标赛中取得好成绩,我感到非常自豪,也更有信心在接下来的学习与比赛中争取更好的成绩!”贺泰熙说。

与注重培养学生兴趣的“兴趣班”不同,“校队班”的教学内容更专注于竞技实战训练。对此,共和镇中心小学跆拳道社团科学设计课程,让学生们积累更多实战经验,提升竞技水平。

“跆拳道比赛的对抗性较强,对学生的身体素质有着较高的要求。在‘校队班’的训练中,我们更加注重提高学生的身体素质。例如,在每周2课时的教学内容中,专门利用其中1课时

为学生开展体能及爆发力训练,提升学生的体能、身体柔韧度以及行动爆发力。”该校跆拳道社团教练钟伟彬说。

“脚法是跆拳道的重要内容之一,在‘校队班’的专项训练中,我们进一步加强综合脚法的训练,更加贴近实战。例如,在反应力训练中,我们不断变换脚靶的位置,让学生迅速判断进攻方位并正确地连贯使用横踢、侧踢等动作击中脚靶,在提升学生随机应变能力的同时,培养学生的战术思维。除了传授进攻技巧,我们还会模拟赛场上可能出现的状况,为学生传授迎击、反击以及应对‘交手回合’的

相关技巧。我们还会在课堂上进行‘一对一’模拟比赛,让学生模拟赛时心理状态,锻炼他们的临场应变能力,形成正视输赢的良好心态。”钟教练说。

“我参加过不少比赛,也见识过许多强大的对手。通过在跆拳道社团的学习,我进一步提高了自己的心理素质,让我以良好的心态面对每一场比赛、享受每一场比赛!”该校跆拳道社团成员杨晋说。

值得一提的是,该校为学生们积极对接赛事资源,打造展示自我的舞台。“学校联动鹤山市跆拳道协会链接赛事资源,让学生们可以参与各类协会赛事、区域赛事和国外赛事,不断走向更大的舞台。在校内,学校邀请跆拳道社团成员参与文艺晚会、儿童节活动及元旦晚会等节目表演,既让大家展示跆拳道素养,也让更多学生感受跆拳道的乐趣,吸引他们参加跆拳道的学习。”李嘉诚说。

接下来,共和镇中心小学将对跆拳道社团的课程体系进行双向优化,满足不同基础学生的成长需求,同时,细化分层教学方案,将现有社团成员按基础水平分为“启蒙班”“进阶班”“精英班”三个层级,制订差异化教学目标;拓宽学生参与比赛的渠道,联动道馆、学校、协会等机构举办校内、镇内及区域联赛,让更多学生在比赛中进步,感受跆拳道比赛的乐趣;在现有成果的基础上,实现社团从“活动型”向“课程化、特色化、品牌化”的转型升级。

## 鹤山市高中学生辩论赛举行 “以辩促思”预防欺凌

江门日报讯(记者/陈佩筠 通讯员/区静涛)10月10日,由鹤山市教育局主办、鹤山市第一中学承办的2025年鹤山市高中学生辩论赛举行,来自鹤山市各高中学校的学生选手们齐聚一堂,为现场观众呈现了一场精彩纷呈的思辨盛宴。

本次辩论赛以“预防学生欺凌”为主题,引导参赛选手与现场师生深入思考“如何科学应对欺凌”和“如何从根本上预防欺凌”,让辩论赛成为预防欺凌教育的鲜活课堂。总决赛的辩题为“面对校园霸凌,教育和严惩哪个更重要?”鹤山市纪元中学的选手提出,“明确的惩戒措施能划定行为红线,让潜在欺凌者敬畏规则,是预防欺凌的‘硬保障’”,并通过校园欺凌案例有力论证“无惩戒的‘宽容’可能纵容欺凌行为升级”。鹤山市鹤华中学的选手则强调“教化治本,重塑认知”,提出“教育能从根源上纠正欺凌者的错误观念,引导旁观者不冷漠,是构建‘零欺凌’校园的基石”。

从开宗明义的立论陈述,到自由

辩论的观点碰撞,双方选手不仅展现出严密的逻辑思维与扎实的表达能力,更让“‘应对欺凌’不是个人行为,而是校园全员参与”的理念深入人心,为现场师生带来启发,真正实现“以辩促思”的防欺凌教育目标。

经过激烈角逐,鹤山市鹤华中学获得本次辩论赛的冠军,鹤山市纪元中学获得亚军,鹤山市第一中学、鹤山市第二中学获得季军。

鹤山市教育局相关负责人表示,预防校园欺凌,既需要制度的坚实保障,也离不开青少年的主动参与。本次辩论赛,选手们从“如何应对欺凌”到“如何预防欺凌”,以思辨探索路径,用言辞传递责任,有效推动了防欺凌从理念认知转化为师生共思共行的实际行动,进一步筑牢了校园安全防线。下一步,鹤山市将持续开展形式多样的预防欺凌教育,引导广大青少年积极行动,自觉做到“不做欺凌者、不做旁观者、争做守护者”,共同打造“零欺凌、有温度”的和谐校园环境。

## 雅瑶镇宝瑶小学举办班级文化建设评比活动 师生动手为教室“造景”

江门日报讯(文/图 记者/张舜同 通讯员/李俭红)

为营造富有个性、温馨和谐的班级氛围,激发学生们的集体荣誉感与创造力,日前,雅瑶镇宝瑶小学举办班级文化建设评比活动,各班师生携手同心,将创意与心意融入班级每一个角落,打造出一个个“有温度、有特色、有内涵”的“家园”。

活动中,宝瑶小学各班精心扮靓教室环境,对班务栏、黑板报、图书角等设施进行精细化设计,同时,将课桌椅排列得整齐划一,把地面清扫得干净卫生。各班的走廊是班级文化的“展示窗”,大家结合年级主题,采用手绘、照片、手工作品等形式,打造主题文化长廊。

在评比过程中,学校检查小组深入各班,从创意设计、教育内涵和学



生参与等多维度进行综合评价。最终,8个班脱颖而出,荣获一等奖。

宝瑶小学相关负责人表示,此次班级文化建设评比活动不仅让校园环境焕发新的活力,更让学生在参与设计与布置的过程中,增强了集体荣誉感与责任感。

## 古劳镇举办教学能力大赛 促进英语教师专业成长

江门日报讯(记者/陈佩筠 通讯员/罗子媚)为提升小学英语教师的专业素养,促进教师专业成长,近日,古劳镇小学英语青年教师教学能力大赛在古劳镇龙溪小学举行,来自该镇各小学的3名英语教师同台竞技。

比赛中,龙溪小学教师林泳棋巧妙创设真实情境,充分运用现代技术手段,引导学生在英语学习过程中养成良好的习惯。她的课堂不仅注重学生语言能力的提升,更着力于学生语言思维的培养,有效增强学生“用英语做事情”的综合素养。

双桥小学教师吕洁仪教学设计脉络清晰,板书设计精美大方,她以“最美家庭”评选为主线,引导学生通过探究家庭空间、参与家务劳动、记录家庭生活日常,学会用实际行动传递温暖,共同营造和谐的家庭氛围,提升精神。

## 沙坪街道第三小学举办语文教研活动 带领学生“重走长征路”

江门日报讯(记者/张舜同 通讯员/舒捷)“红军不怕远征难,万水千山只等闲……”10月14日,一场以《七律·长征》为主题的语文教研活动,在沙坪街道第三小学开展,在教师杨劲帆的带领下,学生们跨越时空,走进那段波澜壮阔的红色岁月,在诗词里触摸历史的温度,感悟不朽的长征精神。

活动以“重走长征路”为主线,将“五岭逶迤”“乌蒙磅礴”“金沙水拍”“大渡桥横”等化作一个个生动的画面。杨劲帆巧妙运用图文资料、视频片段与自主学习任务,引导学生从“背诵者”转变为“亲历者”,在“逶迤”与“磅礴”之间,在“暖”与“寒”的对比之中,体会红军战士“不怕难”的从容与豪情。

在“颂长征精神”的拓展环节,杨劲帆以《七律·长征》为原点,串联《沁

园春·雪》的豪迈与《菩萨蛮·大柏地》的深情。学生们在对比诵读中发现,无论时代如何变迁,诗词中始终激荡着共产党人的乐观与担当,长征精神也从“不畏艰险”的坚韧,升华为“开创未来”的壮志。

在评读环节,该校语文科的教师们围绕“诗词教学与红色精神传承”展开热烈研讨,大家一致认为,课堂的亮点在于“以景入诗,以诗传情”,通过“重走长征路”的情境化设计,让古诗教学不再枯燥。同时,教师们提出建议,增加“诗词改写”“情景演绎”等互动形式。

沙坪街道第三小学相关负责人表示,该校将继续以经典为桥梁,引导学生在品读文字之美的同时,读懂背后的家国情怀,让红色薪火在新时代的课堂中生生不息、代代相传。

## 沙坪街道第二小学举行少先队新队员入队仪式 争做新时代好少年

江门日报讯(文/图 记者/张舜同 通讯员/李惠)10月13日是中国少年先锋队建队76周年纪念日,当天,沙坪街道第二小学举行少先队新队员入队仪式,为少先队员注入新鲜血液。

仪式上,沙坪街道第二小学少先队大队委员会宣读新队员名单,老队员熟练地为新队员系上红领巾,向新队员敬礼祝贺,新队员庄严回礼。大队辅导员李惠带领新队员庄严宣誓,并寄语新老队员:“红领巾是光荣的象征,有着光荣

的传统,戴上红领巾,就多一份责任,要让它增光添彩。”该校领导也寄语少先队员,以红领巾为荣耀,以誓言为动力,在学习中长本领,在实践中锤炼品格。

仪式最后,李惠带领新老队员呼号,全体队员齐声回应:“时刻准备着!”铿锵有力的声音响彻校园。

活动中,老队员熟练地为新队员系上红领巾。



更多鹤山新闻请登录 [www.jmnews.com.cn](http://www.jmnews.com.cn)