

# 恩平市中小学生田径运动会落下帷幕 竞速励志 激扬青春

12月10日至12日，恩平市中小学生田径运动会举行。来自全市各中小学的运动健儿齐聚一堂，同台竞技，献上一场活力满满的体育盛宴。本次赛事分为高中组、初中组、乡镇小学组和城区小学组四个组别，设有短跑、中长跑、跳远、跳高、接力等多个项目，成为检验恩平市中小学体育教育成果的重要舞台，也为推动全市学校体育工作不断向好发展提供了“指挥棒”。

文/图 江门日报记者 吴健争

## 精彩纷呈的开幕式： 传统文化与体育精神 同频共振

运动会的开幕式上，文体展演轮番登场，气氛热烈。恩平市体育学校带来的醒狮表演活力四射，锣鼓铿锵声中，“狮子”腾挪跳跃、翻滚嬉戏，动作机敏灵动，赢得阵阵掌声，尽显中华优秀传统文化的独特魅力；冯如小学的《中华少年咏春》节目刚柔并济，孩子们一招一式有板有眼，动作干净利落，展现出咏春拳的精妙韵味与少年的精气神；鳌峰中学的拉丁舞热情奔放，明快的节奏、舒展的舞姿瞬间点燃全场氛围；恩平市华侨中学的军体拳、长拳表演气势如虹，队形整齐划一，拳拳生风，尽显少年意气与昂扬风采。

“这些节目把传统文化、体育精神和校园生活结合在一起，孩子看得很投入，也更能感受到身为中国人自豪。”一位观赛老师表示，这场精彩的开幕式，不仅是一场视觉盛宴，更是一堂生动鲜活的思政课，通过优秀传统文化的集中展示，让师生们的文化自信在潜移默化中得到提升。

开幕式现场还举行了授牌仪式。恩平市职教中心、鳌峰中学、冯如小学、大田镇中心小学、恩城街道石栏小学、横陂镇中心小学、沙湖镇中心小学获授“校园武术试点校”牌匾。一块块牌匾，既是荣誉，更是责任，标志着恩平市在推进校园武术项目、弘扬中华武术精神方面迈出了坚实一步。



袁昊文在比赛中展示“胜利之吻”。

## 赛场瞬间： 速度与激情点燃青春梦想

开幕式结束后，比赛正式拉开帷幕。男子初中组、女子初中组、男子高中组和女子高中组的800米决赛率先鸣枪开跑，跑道瞬间沸腾起来。

在备受关注的男子高中组800米决赛中，恩平一中学生袁昊文到最后一分钟时，已明显拉开与对手的距离，遥遥领先的他不忘向观众席上一个俏皮的“胜利之吻”。最终，他以2分04秒18的成绩冲过终点线，获得冠军。

本次赛事，袁昊文报名了800米和

400米两个个人项目。“这次800米的比赛我还没尽全力，主要是适应场地、调整状态，不过也积累了不少实战经验。”袁昊文赛后坦言，“我的偶像是刘德助，希望未来走体育专业道路，通过体育特长考上理想的大学。”

他分享道，自己主要利用课余时间训练，同时，通过看书、看视频钻研技术动作。今年，袁昊文在2025年广东省中学生田径锦标赛中崭露头角，以51秒96的成绩斩获男子甲组400米亚军，目前已成为男子400米和800米两个项目的国家二级运动员。接下来，他将代表恩平出征江门市的相关赛事。

恩平市成德小学学生吴昊东认真贯彻教练的训练计划，仅仅用了两个月的时间，便将800米的成绩提升到2分35秒，夺得了比赛的第一名。“要感谢教练对我的培养，通过两个多月的运动训练，我的身体也变得更强壮，以前经常感冒，现在不会了。”吴昊东说。

体教融合：  
让更多孩子享受体育锻炼

近年来，恩平市高度重视中小学体育工作，中小学生每天不少于2小时的体育活动时间逐步落实到位。恩平市各中小学通过举办校园田径运动会和各类体育赛事，为同学们提供展示运动风采、强健身体素质的平台。

一年一度的全市中小学生田径运动会，不仅是对恩平学校体育工作成果和师生精神风貌的一次全面检阅，更是为青少年搭建的挑战自我、追求卓越的广阔舞台。在这里，孩子们学会了坚持，懂得了拼搏，也体会到团队合作的力量。“各学校要以此次运动会为契机，广泛开展阳光体育运动，严格保障学生每天2小时的体育活动时间，帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。”恩平市教育局局长梁素贞表示，将持续完善各校体育设施，推动校园运动场、体育馆等项目建设和升级改造，加强体育教师队伍建设，通过培训、教研、交流等方式不断提升体育教师专业水平，推动校园体育活动常态化、多样化、特色化发展。

# 恩平市中小学研学季启动 学生收获知识与快乐

近日，恩平市中小学研学季启动。依托深厚的历史文化底蕴、丰富的生态资源和特色产业，恩平精心规划了航空文化、自然科普、农耕体验等多条主题研学线路，引导学生走出课堂、走进自然与人文实景，在体验中学习，在探究中成长。

江门日报记者 吴健争

## 读万卷书 行万里路 实景课堂中学思践悟

恩平花海欢乐世界通过多元业态打造沉浸式研学课堂，将农耕体验、红色教育、禁毒宣传、自然科普等内容有机融合。一批批中小学生在此参与劳动、探索自然、释放天性，在“玩中学、学中悟”的过程中拓宽视野、收获成长。

除农耕体验外，自然科普课堂同样引人入胜。在玫瑰生态园，学生跟随导

师辨识玫瑰品种，学习花卉养护知识；动物乐园里，羊驼、斑马、孔雀等动物吸引孩子们驻足观察，了解动物习性。

家长陈女士对此高度认可：“实景教育比单纯书本讲解生动得多，能在孩子心中筑牢安全与历史的双重认知。”

## 陶冶情操 塑造品格 体验中实现全面成长

恩平研学课程不仅注重知识传递，更关注学生综合素质的培养。位于圣堂镇水塘村的恩平天村研学基地，融合红色记忆与田园气息，串联起恩平第一个党支部旧址、冯燊故居、农村改革开放展览馆等红色地标，并配套生态农田与采摘园，成为集红色教育、农耕实践与民俗体验于一体的研学优选之地。

“原来恩平的革命火种是从这里点燃的！”在天村党支部旧址，同学们聆听讲解，神情庄重。这里是恩平革命的摇篮，1928年，冯燊在此建立全县第一个党支部，点燃了侨乡的红色火焰。

在冯燊故居，冯燊生平展板、旧书信、军装等实物，生动再现这位工运先驱的奋斗历程。“冯燊爷爷说，要‘到困难中去，以困难解决困难’，这句话让我明白，面对学习难题时不能退缩。”有学生在笔

记中写道。讲解员结合历史事件，阐述天村党支部在革命岁月中的战斗堡垒作用，引导学生珍惜当下、砥砺前行。

农村改革开放展览馆犹如“时光机”，陈列着20世纪的粮票、老式农具、录音机等物件，让孩子们大开眼界。“以前买东西真要用粮票吗？”“这个手摇电话怎么用？”孩子们好奇心发问，带队老师一一解答。家长志愿者陈女士表示：“这些老物件让我们大人也回忆起童年，沉浸式体验比课本更生动、更有感染力。”

研学活动中的集体协作、坚持探索、好奇发问，无形中塑造着学生的品格。家长冯女士感言：“孩子们在亲近自然、触摸历史的同时，学会了沟通、合作与担当，这是课堂难以完全赋予的成长财富。”

为进一步提升研学品质，恩平将持续优化线路设计，加强校企合作，推动研学基地与高校共建实训平台，丰富课程内涵。未来，恩平将继续深挖本土资源，打造更多特色研学产品，让“研学经济”成为文旅融合发展的新引擎，助力更多学生在行走的课堂中收获知识、快乐与成长，持续提升恩平文旅品牌影响力。

少年强 中国强  
把书包放在路边，  
把责任扛在双肩。  
国脉因你强劲刚健，  
民族复兴少年梦圆。

讲文明 树新风 公益广告  
中国精神 中国形象  
中国文化 中国表达

少年强 中国强



中国  
CHINESE DREAM

中国网络电视台 · 天津泥人张彩塑工作室

# 育良师 兴教育 恩城中小学为教师专业成长提速

“你们把非遗融入大课间太有特色，这是立德树人的生动实践！”“师资梯队建设还能再加点力，建议加强青蓝结对传帮带！”12月10日，江门市余卓权名书记工作室团队在恩平市恩城街道第四小学开展集中研修时，这样的暖心肯定与务实建议频频涌现。“要把这些‘金点子’变成推动学校高质量发展的硬举措！”诊断反馈会上，该工作室主持人、恩平市恩城街道中心小学党委书记、校长余卓权表示。

文/图 江门日报记者 张安怡

## 名师领航 辐射引领促均衡

这场“沉浸式诊断+实打实支招”的研修活动，是恩平市恩城街道中心小学（以下简称“恩城中心小学”）以党建为引领、搭建教师成长平台的生动实践，既为学校破解发展瓶颈指明方向，也让工作室学员在实践中锤炼了办学治校能力。作为辖下13所学校、992名教师的教育“领头雁”，恩城中心小学以“党建赋能，强师强校”为核心，通过“揭榜领题”激活党建活力，依托名师引领、青蓝结对、以赛促教等有力举措，为教师专业成长提速，为恩平教育高质量发展注入澎湃动力。

恩城街道现有小学名师工作室8个，涵盖语文、数学、英语等学科，拥有在职名师45人，资源宝贵。恩城中心小学坚持党建引领，充分发挥名师带动作用，为教研提质注入动能，借助多元平台促进科研资源共享，推动优质教育资源辐射延伸。

今年5月，广东省梁柳燕名师工作室支持的江门市小学数学课堂教学展评活动在恩平成德小学举办，吸引400余名教师参与。江门市教育研究院教师丁华作《小学数学情智型课堂——情感赋能·思维进阶·智慧生成》专题讲座，结合实例深入解析作业设计，聚焦学生高阶思维培养，并就赛事亮点与改进方向予以点评，为课堂教学改革明路断航。11月14日，恩平市陈润芳名校长工作室以课题研究为抓手，主持人陈润芳凭借33年从教经验，围绕教师专业成长课题进行开题报告，分享“四位一体”培养体系，在专家点评与交流中，为区域教师搭建“理论—实践—反思”的成长阶梯。

近一年来，恩城中心小学已邀请省、市级专家开展讲座18场，组织名师送课下乡33次，惠及教师1200余人。通过联片讲座、结对帮扶、集中研讨等形式，名师示范引领作用得以有效发挥，助力教师从“经验型”向“技术型”转变，教研效益在共享共研中持续提升，有力缓解了区域师资发展不均衡问题。

## 青蓝结对 薪火相传育新秀

针对辖区内176名临聘教师及82名近三年新入职教师的成长需求，恩城中心小学将“青蓝工程”作为培育青年教师的关键抓手，推动各校全面落实。

展望未来，余卓权表示，恩城中心小学将继续锚定“党建赋能教育高质量发展”目标，深化党建与教育教学融合，使名师引领更具穿透力、青蓝结对更富实效、以赛促教更显活力，引领全体教师坚守教育初心、担当育人使命，为培养担当民族复兴大任的时代新人筑牢坚实师资基础。



江门市余卓权名书记工作室团队走进课堂观摩教学。