

恩平市中小學生田徑運動會落下帷幕 競速砺志 激揚青春

12月10日至12日，恩平市中小學生田徑運動會舉行。來自全市各中小學的运动健兒齊聚一堂，同台競技，獻上一場活力滿滿的體育盛宴。本次賽事分為高中組、初中組、鄉鎮小學組和城區小學組四個組別，設有短跑、中長跑、跳遠、跳高、接力等多個項目，成為檢驗恩平市中小學體育教育成果的重要舞台，也為推動全市學校體育工作不斷向好發展提供了“指揮棒”。

文/圖 江門日報記者 吳健爭

精彩紛呈的開幕式： 傳統文化與體育精神 同頻共振

運動會的開幕式上，文體展演輪番登場，氣氛熱烈。恩平市體育學校帶來的醒獅表演活力四射，鑼鼓鏗聲中，“獅子”騰挪跳躍、翻滾嬉戲，動作機敏靈活，贏得陣陣掌聲，盡顯中華優秀傳統文化的獨特魅力；馮如小學的《中華少年咏春》節目剛柔并濟，孩子們一招一式有板有眼，動作干净利落，展現出咏春拳的精妙韻味與少年的精氣神；鰲峰中學的拉丁舞熱情奔放，明快的節奏、舒展的舞姿瞬間點燃全場氛圍；恩平市華僑中學的軍體拳、長拳表演氣勢如虹，隊形整齊劃一，拳拳生風，盡顯少年意氣與昂揚風采。

“這些節目把傳統文化、體育精神和校園生活結合在一起，孩子看得很投入，也更能感受到身為中國人的自豪。”一位觀賽老師表示，這場精彩的開幕式，不僅是一場視覺盛宴，更是一堂生動鮮活的思政課，通過優秀傳統文化的集中展示，讓師生們的文化自信在潛移默化中得到提升。

開幕式現場還舉行了授牌儀式。恩平市職教中心、鰲峰中學、馮如小學、大田鎮中心小學、恩城街道石欄小學、橫陂鎮中心小學、沙湖鎮中心小學獲授“校園武士試點校”牌匾。一塊塊牌匾，既是榮



袁昊文在比賽中展示“勝利之吻”。

譽，更是責任，標志着恩平市在推進校園武士項目、弘揚中華武士精神方面邁出了堅實一步。

此外，恩平市教育局還向大力支持本次運動會的恩平市盛悅地產公司、恩平市金沃房地產開發有限公司、恩平匯銀房地產開發有限公司、恩平市建安房地產開發有限公司贈送牌匾，對企業長期以來關心支持教育事業、助力學校體育發展表示感謝。

賽場瞬間： 速度與激情點燃青春夢想

開幕式結束後，比賽正式拉開帷幕。男子初中組、女子初中組、男子高中組和女子高中組的800米決賽率先鳴槍開跑，跑道瞬間沸騰起來。

在備受關注的男子高中組800米決賽中，恩平一中學生袁昊文到最後200米時，已明顯拉開與對手的距離，遙遙領先的他不忘向觀眾席送上一個俏皮的“勝利之吻”。最終，他以2分04秒18的成績沖過終點線，獲得冠軍。

本次賽事，袁昊文報名了800米和

400米兩個人項目。“這次800米的比賽我還沒盡全力，主要是適應場地、調整狀態，不過也積累了不少實戰經驗。”袁昊文賽後坦言，“我的偶像是劉德助，希望未來走體育專業道路，通過體育特長考上理想的大學。”

他分享道，自己主要利用課餘時間訓練，同時，通過看書、看視頻钻研技術動作。今年，袁昊文在2025年廣東省中學生田徑錦標賽中嶄露頭角，以51秒96的成績斬獲男子甲組400米亞軍，目前已成為男子400米和800米兩個項目的國家二級運動員。接下來，他將代表恩平出征江門市的相關賽事。

恩平市成德小學學生吳昊東認真貫徹教練的訓練計劃，僅僅用了兩個月的時間，便將800米的成績提升到2分35秒，奪得了比賽的第一名。“要感謝教練對我的培養，通過兩個多月的運動訓練，我的身體也變得更加強壯，以前經常感冒，現在不會了。”吳昊東說。

體教融合： 让更多孩子享受體育鍛煉

恩平市中小學研學季啟動 學生收穫知識與快樂

近日，恩平市中小學研學季啟動。依托深厚的歷史文化底蘊、豐富的生態資源和特色產業，恩平精心規劃了航空文化、自然科普、農耕體驗等多條主題研學線路，引導學生走出課堂、走進自然與人文實景，在體驗中學習，在探究中成長。

江門日報記者 吳健爭

讀萬卷書 行萬里路 實景課堂中學思踐悟

恩平花海歡樂世界通過多元业态打造沉浸式研學課堂，將農耕體驗、紅色教育、禁毒宣傳、自然科普等內容有機融合。一批批中小學生在此參與勞動、探索自然、釋放天性，在“玩中學、學中悟”的過程中拓寬視野、收穫成長。

除農耕體驗外，自然科普課堂同樣引人入勝。在玫瑰生態園，學生跟隨導

師辨識玫瑰品種，學習花卉養護知識；動物樂園里，羊駝、斑馬、孔雀等動物吸引孩子們駐足觀察，了解動物習性。“這是我第一次見到細尾獾，它們站在洞口張望的樣子真可愛！”同學們一邊觀察，一邊認真記錄動物的特征。

禁毒教育示范基地內，林則徐坐像與“虎門銷煙”壁畫莊嚴肅穆。學生們通過仿真毒品模型、圖文資料和真實案例，直觀認識毒品危害。“看到吸毒者的身體變化，太震撼了！”有學生感嘆道。景區還設有仿古觀光長城及相關展覽，通過功勛人物事跡與長城歷史圖文，激發學生的家國情懷。

歡樂游藝環節則讓學生們盡情放鬆。旋轉木馬、自控飛機、太空漫步等項目前排起長隊，歡聲笑語不斷；花海劇場的杂技表演精彩刺激，“空中飛人”等高難度節目贏得陣陣掌聲。“平時學習緊張，這次能和同學一起玩，特別開心！”一位學生表示，研學活動不僅放松心情，也增進了同窗情誼。

在牛江鎮昌梅村馮如文史館，同學們圍繞“馮如二號”飛機模型展開熱烈討論。“原來馮如先生是在如此艱苦的条件下造出中國第一架飛機的！”一場以“航

空精神”為主題的研學，讓歷史走進現實，也讓愛國情懷深植于心。

家長陳女士對此高度認可：“實景教育比單純書本講解生動得多，能在孩子心中筑牢安全與歷史的雙重認知。”

陶冶情操 塑造品格 體驗中實現全面成長

恩平研學課程不僅注重知識傳遞，更關注學生綜合素質的培養。位於聖堂鎮水塘村的恩平天村研學基地，融合紅色記憶與田園氣息，串聯起恩平第一個黨支部旧址、馮燊故居、農村改革開放展覽館等紅色地標，並配套生態農田與采摘園，成為集紅色教育、農耕實踐與民俗體驗於一體的研學优选之地。

“原來恩平的革命火種是從這里點燃的！”在天村黨支部旧址，同學們聆聽講解，神情莊重。這里是恩平革命的搖籃，1928年，馮燊在此建立全县第一個黨支部，點燃了侨乡的红色火焰。

在馮燊故居，馮燊生平展板、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？”孩子们好奇地发问，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。”研學活動中的集體協作、堅持探索、好奇發問，無形中塑造着學生的品格。家長馮女士感言：“孩子們在親近自然、觸摸歷史的同時，學會了溝通、合作與擔當，這是課堂難以完全賦予的成長財富。”

為進一步提升研學品質，恩平將持續優化線路設計，加強校企合作，推動研學基地與高校共建實訓平台，豐富課程內涵。未來，恩平將繼續深挖本土資源，打造更多特色研學產品，讓“研學經濟”成為文旅融合發展的新引擎，助力更多學生在行走的課堂中收穫知識、快樂與成長，持續提升恩平文旅品牌影響力。

育良師 興教育 恩城中心小學為教師專業成長提速

“你們把非遺融入大課間太有特色，這是立德樹人的生動實踐！”“師資梯隊建設還能再加點力，建議加強青藍結對傳幫帶！”12月10日，江門市余卓權名師工作室團隊在恩平市恩城街道第四小學開展集中研修時，這樣的暖心肯定與務實建議頻頻湧現。“要把這些‘金點子’變成推動學校高質量發展的硬舉措！”診斷反饋會上，該工作室主持人、恩平市恩城街道中心小學黨委書記、校長余卓權表示。

文/圖 江門日報記者 張安怡

名師領航 輻射引領促均衡

這場“沉浸式診斷+實打實支招”的研修活動，是恩平市恩城街道中心小學（以下簡稱“恩城中心小學”）以黨建為引領、搭建教師成長平台的生動實踐，既為學校破解發展瓶頸指明方向，也讓工作室學員在實踐中錘煉了辦學治校能力。作為轄下13所學校、992名教師的教育“領頭雁”，恩城中心小學以“黨建賦能，強師強校”為核心，通過“揭榜領題”激活黨建活力，依托名師引領、青藍結對、以賽促教等有力舉措，為教師專業成長提速，為恩平教育高質量發展注入澎湃動力。

恩城街道現有小學名師工作室8個，涵蓋語文、數學、英語等學科，擁有在職名師45人，資源寶貴。恩城中心小學堅持黨建引領，充分发挥名師帶動作用，為教研提質注入動能，借助多元平台促進科研資源共享，推動優質教育力量輻射延伸。

今年5月，廣東省梁柳燕名師工作室支持的江門市小學教學課堂教學展評活動在恩平成德小學舉辦，吸引400余名教師參與。江門市教育研究院教師丁玉華作《小學教學情智型課堂——情感賦能·思維进阶·智慧生成》專題講座，結合實例深入解析作業設計，聚焦學生高階思維培養，并就賽事亮點與改進方向予以點評，為課堂教學改革明晰路徑。11月14日，恩平市陳潤芳名校長工作室以課題研究為抓手，主持人陳潤芳凭借33年從教經驗，圍繞教師專業成長課題進行開題報告，分享“四位一體”培養體系，在專家點評與交流中，為區域教師搭建“理論—實踐—反思”的成長階梯。

近一年來，恩城中心小學已邀請省、市級專家開展講座18場，組織名師送課下鄉33次，惠及教師1200余人。通過聯片講座、結對幫扶、集中研討等形式，名師示范引領作用得以有效發揮，助力教師從“經驗型”向“技術型”轉變，教研效益在共享共研中持續提升，有力緩解了區域師資發展不均衡問題。

青藍結對 薪火相傳育新秀

針對轄區內176名臨聘教師及82名近三年新入職教師的成長需求，恩城中心小學將“青藍工程”作為培育青年教師的關鍵抓手，推動各校全面落實。



江門市余卓權名師工作室團隊走進課堂觀摩教學。

少年強 中國強



中國網絡電視台 • 天津泥人張彩塑工作室