

踏绳启程 载德远行 追求教育“高境”界

宝山区高境科创实验小学 支乔

2015年，高境科创实验小学踏上了创建新优质学校之路。几年来，学校得益于高境科创小镇建设和教育局综合教育改革的驱动和指引，开展了新优质学校创建工作。我们以“绳文化”为指导，追求学校发展的新境界、新高度，通过“基于绳文化发展的教师专业精神的养成研究”项目的实施，形成了一支坚韧、守法、合作、聚心、精确、持续的教师队伍来助推学生健康快乐地成长，更好地为师生终身发展服务，为高境科创小镇建设服务。

一、初尝“绳”的滋味，奠定“绳韵教育”之基础

（一）初识花绳

跳绳运动在我国已有数千年的历史，是一项民间喜闻乐见的健身活动，一直受到人们，特别是小朋友们的喜爱。因为它具有较强的健身娱乐功能，能有效地增强人们的体质，丰富人们的业余文化生活。近年来，我国传统的跳绳融合了现代元素，成为了新兴体育运动项目。花样跳绳作为阳光体育的一项创新运动在广大中小学进行了推广，它具有趣味性高，简单易学，不受场地限制等特点，是一项适合普及的群众体育运动，既能提高学生的学习积极性，又能培养他们的团队合作精神。学生在这项运动中能充分发挥自主能动性、创造思维和创造能力，并促进智力、技能和技术的全面发展，真正体现到在玩中学，学中玩。

（二）与绳结缘

2010年，学校搭乘阳光体育的东风，在上级有关部门的全力关怀和支持下，在上海体院专业教练的亲临示范和指导下，全方位地开展了以绳为主要内容的体育活动，将绳从体育锻炼的一个项目，提升到学校层面的师生共同活动，掀起了一波又一波的花样跳绳体育运动热潮，并逐步成为了全校师生喜闻乐见的体育特色项目。学校还采用红、蓝、黄三种颜色的绳子，在学生中开展跳绳的升段活动，大大激发了学生的学习兴趣，同学们你追我赶，跳绳的水平快速提升，让全校教师、学生和家長共同分享了跳绳带来的快乐。

（三）绳舞飞扬

新一轮课程改革不仅给国家课程的创造性实践开辟了天地，而且为地方课程和校本课程的建设提供了机遇。学校以学生发展为本，逐步把花样跳绳课程化，确立了“以绳育人”课程开发理念，选择花样跳绳这一运动项目作为体育校本课程的建设，充分利用学校的体育资源，发挥教师的积极性，满足学生及家长的需求，从而形成“学校以本土加特色、教师以优质加专长、学生以全面加特长”的传统体育课程特色。

我们基于绳本体功能开发课程，注重普及与提高并存交错。普及性训练，面向全体。以全体师生为主体，坚持上好每周一节的基础性训练课，做到人人能掌握1至2种花样跳绳技能，坚持全校师生每天早上做好两操（广播操+自编绳操）。在前期的实践过程中，学校群策群力，共同开发了一套集体绳操，还编写了《花样跳绳》校本教材，每个年级专设一节体育课为跳绳课。利用早操及大课间活动，组织全校师生开展跳绳活动，实现了花样跳绳课程化。以校队学生为主体，坚持做到每天一小时的基本功训练，每周一次的提高性训练班，每学期一场展示，每年参加一次全国跳绳锦标赛，力争获取好成绩。

短短三四年，花样跳绳已完全深入到全校师生和家长的心中，尤其是学校每年参与各级花样跳绳比赛捷报频传。花样跳绳体育项目的建设，无疑为创办特色提供了一条可探索的道路。以花样跳绳带动校园文化建设逐步成为师生的共识，也为学校优质发展奠定了基础。

二、拓展“绳”的意韵，开展“绳韵教育”之实践

在创建过程中，学校围绕绳这一特色，考证绳之发展历史，挖掘绳之文化内涵，确立了“以绳育人文化立校”的办学精神；围绕“绳文化”中的创新、合作、坚韧、务实、快乐等精神品质，我们提出了“绳韵教育”。从而使之从体育锻炼的“本色跳绳”，上升到了艺术欣赏的“花样跳绳”，再到办学文化的“阳光绳韵”。“阳光”包含：快乐、温暖、普惠、包容；“绳韵”包含规矩、团结、韧劲、灵动，“阳光绳韵”体现了高境科创实验小学全体师生从“体锻绳”向“教育绳”的转变，体现了凝聚，体现了准绳，反映了“以绳育德、以绳增智、以绳健体、以绳审美、以绳聚心”的学校文化内涵，走出了一条“绳韵教育”的特色创建之路。

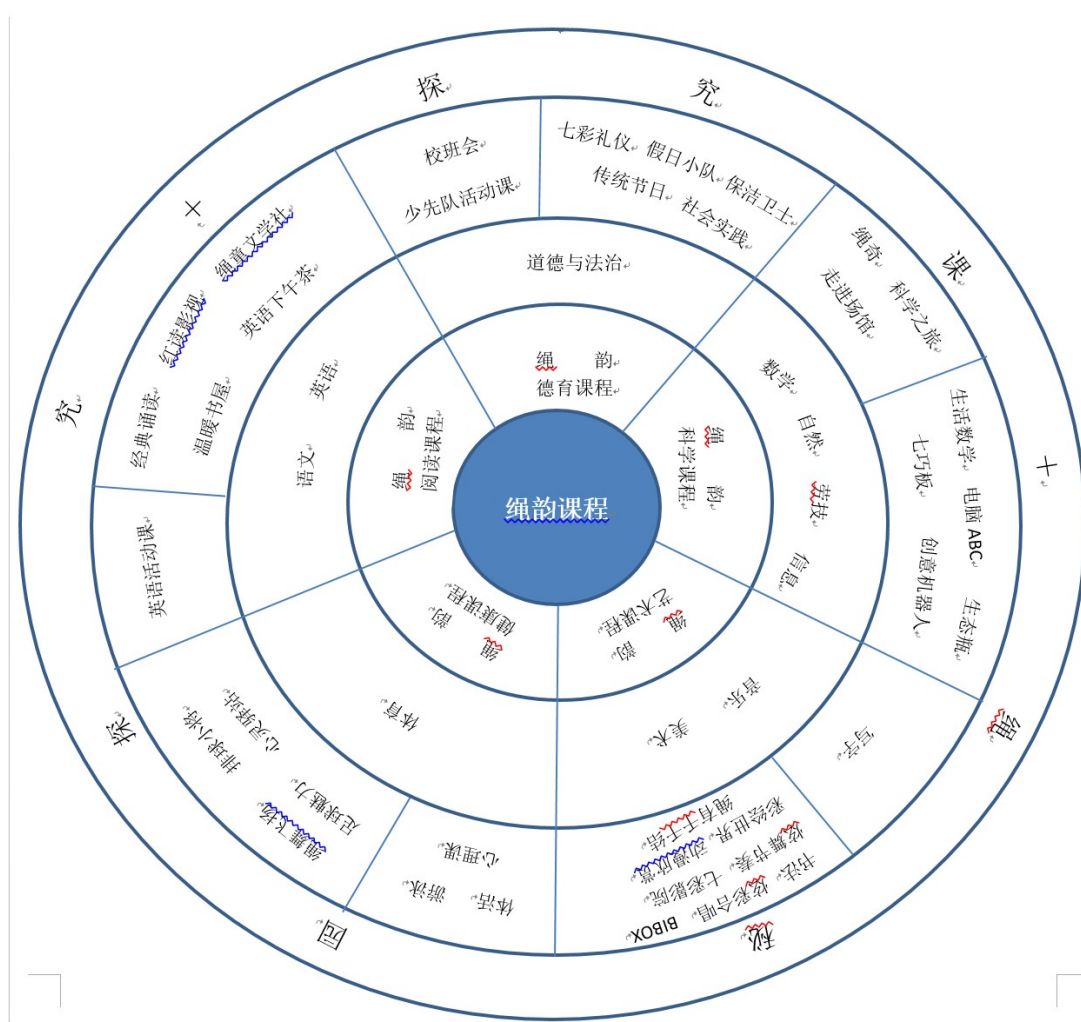
（一）行动一：炫彩小绳子，“绳韵课程”形成体系

开发绳韵显性课程

培养学生核心素养是新时代我国基础教育的目标，也是“绳韵教育”的追求。2017年6月，基于高境科创小镇建设的需求，基于教育综合改革的需求，学校正式更名为宝山区高境科创实验小学。我们审视学校发展的需求，重新梳理了学校办学方略，丰富了“以绳育人，文化立校”的办学精神，注重“绳韵教育”的拓展与延伸。

在新优质学校创建活动中，我们探究“绳韵教育”与健康、艺术、学习、生活、劳动、法制、科学……之间的相互关系，紧扣“绳韵教育”开发校本课程，把绳的精神融入到其它学习中，逐步架构丰富“绳韵教育”课程体系。

（这是我们学校“绳韵课程”结构图）



我们以“绳韵教育”为指南，用一根绳子构建校本课程体系，提出了“绳韵课程”体系：绳韵德育课程、绳韵科学课程、绳韵艺术课程、绳韵健康课程、绳

韵阅读课程。

这几年，我们正在进行《中华绳韵之一一》系列校本课程群的开发与编写工作。完成了《七彩礼仪》“绳韵德育课程”，《绳秘之旅》、《绳童大本营之探究篇——科普场馆行》、《绳童科学之旅》、《创创成长记》（机器人中高年级）等“绳韵科学课程”，《千千中国结》“绳韵艺术课程”，《绳舞飞扬》“绳韵健康课程”，《经典诗词游乐园》“绳韵阅读课程”。这个课程体系始终与时代同步，为有效培养学生的核心素养服务。

布局绳韵隐性课程

我们注重校园绳韵隐性课程的规划与布置。

一是学校标识发挥隐性教育功能。我们设计与“绳韵教育”相匹配的学校LOGO、学校吉祥物、校歌等标识，使师生耳熟能详，达到心领神会的教育成效。

二是学校环境渗透显性教育功能。我们充分利用学校的墙面、楼道、教室、网络等环境，渗透“绳韵教育”功能。孩子们通过“绳秘园”探究之旅，潜移默化地接受“绳韵教育”，达到“润物无声”的教育目的。

（二）行动二：绳童大本营，“绳韵评价”泽被桑梓

我们把握创建新优质学校这一契机，结合“绳韵教育”的内涵，设计了深受学生喜欢的“‘中华绳韵之绳童大本营’争章手册”，制定多元化的评价机制，形成统一的评价标准，以“七彩绳结”为激励手段，有效地落实日常教育教学中的过程性评价。

学校围绕“七彩绳结”争章评价机制，根据学生的年龄，结合学科特点细化了“绳结”评价标准。通过老师对每一个学生日常各个方面进行细致地观察、记录，给予学生较为全面、公正的综合性评价。借助“绳结评价”这种显性的评价方式，促使学生明确各种规则，培养学生核心素养，逐步形成正确的价值观、人生观。高科实小每位绳童的争章手册里贴满了通过自己努力争得的“七彩绳结”。每月各中队进行阶段总结，根据获得的绳结数量，评选出当月的“七彩之星”，兑换学校的特色奖品。一枚枚“七彩绳结章”组成了一条炫彩的成长之绳，促进了学生的全面发展。

绳，已成为高科实小学生书包里的“必备品”，也是他们每天锻炼的“巧器械”。毫不起眼的一根小小绳儿，却承载着学校对教育内涵的追寻。

高科实小的绳娃们也逐渐走出了上海，迈上了国际舞台，多次代表中国队参加国际比赛，获得 14 枚金牌；代表上海参加国内比赛，获得 74 枚金牌；还打破了吉尼斯世界纪录。孩子们多次走进中央电视台，接收新闻媒体采访。“跳绳大课间”活动向全区进行了展示，参加了“上海市学校体育课程”展示活动。来自世界各国的跳绳爱好者和世界冠军来到校互动切磋技艺。学校的社会影响力逐年提升。

真是小小的一根绳，大大一股神。近年来，我校围绕“绳舞飞扬”这个文化特色品牌，做实“绳韵教育”，让无形之绳连接学生、教师、家长，泽被桑梓，始于创新，踏绳启程，载德远行，积极探索出了一条具有学校特色的文化建设之路。

（三）行动三：成长在岗位，“绳韵教师”体现价值

学校的课程需要老师去加以实施，我们注重教师在“绳韵教育”润泽下的专业成长。在创建新优质学校之初，学校把教师队伍建设作为学校管理的重中之重，确立了“朴实的品质、敬业的精神、典雅的风度、严谨的教学”教师发展理念，在“绳韵教育”文化浸润中，润泽教师心灵成长，促进教师德业双馨，实现从“绳”向“绳韵”的华丽变身，体现我校教师的价值追求。

加强骨干教师队伍建设。我们完善骨干教师使用机制，在“绳韵教育”润泽下，本着边培养边引领，边出成效的思想，以“高境镇名师工作室”为载体，聚焦课堂教学，开设专场教学研讨，不遗余力地发挥骨干教师的示范引领作用。

在高境镇教委的关心下，我们与高境三中携手成立了跨学段“曹丽珍名师工作室”。借助这一平台，给名师搭台子、压担子，给青年教师教法子、架梯子，给学生引路子、促发展，实现优质资源最大化。

注重成熟型教师队伍建设。中老年教师有着丰富的教育教学经验，我们以任务驱动、机制激励为策略，积极发挥他们在教研组内的参与、指导作用，帮助他们克服懈怠期，让他们在体现其价值中实现二次成长，同时也在教学相长促进中，进一步提升他们自己的业务素养。

加速青年教师队伍建设。在青年教师培养过程中，学校成立了“杏林成长坊”，通过开展“问题—目标—措施—实践—反思”的多轮循环式实践研讨活动，逐步形成反思性实践青年教师培养模式。通过主题演讲、读书沙龙、专题讲座等形式，

帮助青年教师提高认识，提升他们的业务能力。我校青年教师邢建伟在平台上成长，从教五年荣获宝山区第十一届青年教师教学大奖赛一等奖的好成绩。

得益于学校对教师队伍建设的重视，近两年，我校教师先后获得了多项奖项和荣誉称号。在宝山区第十三届教科研评比、宝山区教育技术有效性教学展评、宝山区第十一届青年教师大奖赛等各项市区及级比赛中成绩斐然，为学校争得了良好的社会声誉。

三、深挖“绳”的内涵，展望“绳韵教育”之境界

在新优质学校创建过程中，我们建构了“绳文化”，追求“绳”到“绳韵”的转变，把“花样跳绳奠人生之基，科创教育突思维之规，绳韵教育引成长之向。”作为“绳韵教育”的文化内涵；用现代化发展视角研究新情况、新问题，探索校发展的新策略、新途径，以期创建有内涵、有特色、有品牌的新优质学校。

我们依据“绳韵教育”文化内涵，从“绳韵教育”育人价值中逐步提炼出了PEACH（吸引力）师生发展实践模式。所谓PEACH是**坚持、情感、主动、聪慧、健康**等含义的5个英文单词的缩写。

PEACH 师生发展实践模式的构建是基于我校“花样跳绳”和“阳光绳韵”学校特色，目的是提升师生的精气神，展望“绳韵教育”的更高境界，实现师生从“绳韵”——“神韵”的华丽转变。下阶段我们将实施中完善师生发展实践模式，实现师生坚持、情感、主动、聪慧、和谐健康的高境界。

反思过去，有成绩，有遗憾；展望未来，正师道，秉担当。回眸新优质学校创建之路，凝心聚力，心无旁骛，我们把自己奉献给学校，投身于教育事业；抓铁有痕，踏石留印。站在“绳韵教育”文化内涵起点上，放飞梦想，追逐梦想。高屋建瓴，臻于善境。我将以“阳光绳韵”的激情和精神，继续带领我们的老师，用我们的智慧和执着，踏绳启程，载德远行，追求教育“高境”界，享受阳光绳韵，且行且飞扬！