



温师附小

珍藏阳光 课程建设有

春日清晨，一缕阳光通过晨雾，悄无声息地落在了温岭师范附属小学的校园里，伴随着微醺的日光，师范附小开始了它的一天。作为温岭学城里最大的民办小学，师范附小在关注学生五育融合、全面发展的同时，注重培养学生的个性特长和气质涵养。我们倡导 珍藏阳光·诗志成长 的小学理念，努力使教育的过程成为师生珍藏美好、集聚潜能的过程，让师生伴着阳光、书香、诗意快乐地成长，让教育更富情怀和美感。

校长应正荣说。2021年，依据办学理念，学校构建了 1+X+L 阳光课程体系，着力打造 珍爱身体 珍视学习 珍赏快乐 等教育品牌项目，培养身体出众、能力出众、心理出众的阳光学子。近日，记者跟随五年级学生蔡璐蔓的脚步，体验师范附小的学习生活。

珍爱阅读，他们是阳光少年

时值周一，一大早，五（2）班学生蔡璐蔓拖着行李箱来到了学校，因为家中有事，她在家多待了一个晚上。此时，同学们早已开启了一日的晨读时光。

7时50分，升旗仪式开始。除了周一，这段时间也是学生的晨读时间。仪式过后，一天的学习便正式开始了。第一节课是数学课，通过周末作业的回顾，蔡璐蔓和同学们在查漏补缺中迅速开启了学习状态。

第二节是语文课，与别的课程不同。站在讲台上的不是老师，而是蔡璐蔓，她带领大家背诵古诗。短短的5分钟，《四时田园杂兴》《稚子弄冰》《村晚》3首古诗被学生们反复背诵。这是学校 阳光阅读 中的课前阅读。

课堂上常重视学生阅读习惯的培养，鼓励学生自主阅读。通过课堂引导，利用课间阅读时间，让学生们养成良好的阅读习惯，让阅读成为孩子最美的光，让阅读成为最好的营养。

比如，学校大力开展 六读常态化 系列活动：早晨朗读、课前诵读、课中享读、晚间悦读、书店赏读、周末共读，让阅读自然发生，让书香浸润学生。阅读的重要性毋庸置疑，我们通过对碎片化的时间整理，让学生养成良好的阅读习惯，根植阅读的意识。学校课程建设中心负责人周小红说。将近一个学期的积累，蔡璐蔓深刻感受到 六读常态化 的好处。阅读渗透在学习生活的方方面面，很好地利用了我们碎片化的时间，这样的积累对于语文学习很有帮助，我现在很快就能掌握背诵的内容。

光是在教室里埋头苦读可不行，运动也是学生生活中必不可少的一部分。伴随着大课间的铃声，拿起抽屉里的跳绳，蔡璐蔓跟着同学们一起来到操场，先来一场热身运动 花样跳绳操。而后便是他们的自由发挥时间。瞧，单、双脚跳，正反绳跳，麻花跳 学生们运动起来，活力四射。

从去年开始，学校对体育课程进行校本化改造，选择花样跳绳及阶梯式球技作为学生全员参与的体育拓展校本课程，在大课间、体育课、课外体育活动等时段强化训练。不同年级段，开设的球类训练也不同，通过这种循序渐进的训练，有效提高学生的身体素质，让学生真正地成为阳光少年。应正荣说。于是，阅读的情趣、运动的活力、学习的专注构成了上午校园 动静相宜 的美好旋律。

珍爱时空，他们是向上少年

午饭过后，走进教室，蔡璐蔓小心翼翼地从书包里拿出一个袋子，取出里面的卡片，数了一遍又一遍。我有49张珍卡，我打算用来兑换文具！蔡璐蔓告诉记者，这是学校专门发放给学生的珍卡。

一直以来，学校追求学生的全面发展，坚持五育并举，融合现代信贷管理理念，实施 珍爱战略之珍爱储蓄活动，并融入评价体系，即以 珍卡 为流通币，依据学生的表现进行发放。目前，学校珍卡设珍爱卡、珍学卡、珍体卡、珍艺卡和珍技卡5种分卡。珍爱卡主要用于激励学生文明生活表现，珍学卡主要用于激励学生课堂表现与课外阅读积累，珍体卡主要用于激励学生积极参与体育锻炼，珍艺卡主要用于激励学生提升艺术素养，珍技卡主要用于激励学生积极参与生活劳动。当天上午，因为课堂表现好，作业完成出色，蔡璐蔓还被奖励了2张珍学卡。我们还会额外发放给家长20张珍爱卡，让家长参与

到活动中，培养学生在家做家务的习惯。

当珍卡兑换活动的前奏在广播里奏响时，这份幸福瞬间加倍。看到班主任摆放在台上的各种文具，学生们拿好手中的珍卡，排队向老师兑换。这些珍卡都是我用平时的努力换来的，同学们为了得到这些珍卡表现都很积极，所以我们特别珍视。蔡璐蔓分别兑换了铅笔、荧光笔、本子等文具。我所有的文具几乎都是从学校里兑换的，有时候我们还能兑换美食券、电影票，今年，我打算多集卡，争取拿到 阳光学子 的荣誉。

精心准备的活动让孩子们在兑换文具的同时实现综合素质的大提升。珍卡的浪漫都 熔 在了中午。接下来，我们准备将珍卡纳入智能化管理，让同学们将珍卡存入到自己的账户中，同时也让家长们通过数字系统查看珍卡数量，在家也能了解孩子在校的表现。

下午，学校为学生安排了25分钟的德育短课 珍爱时空。过量午睡以后，师范附小的又一设计。珍爱时空 是德育课程 午谈 的升级版，从周一到周四，全校统一设置珍爱时空，珍爱生命、珍爱播报、珍爱分享4个专题。作为寄宿制学校，生活教育是我们的关注重点，借助 珍爱时空 唤醒学生的自护意识，培养学生的生活自理能力，让他们在牵手和被牵手中体验阳光和温暖，感受快乐和成长。学生发展中心主任庄德方说。

当天， 珍爱时空 讲的是日本女孩阿花的故事，阿花四五岁就会切菜烧饭，照顾父亲。听完故事后，班级里又开展了讨论会，进一步探讨故事的启示。短短的25分钟，蔡璐蔓看到了阿花的坚强，她说要跟她一样学会生活。节目的播出对学生的影响特别大，尤其是周四的珍爱分享环节，每位学生必须进行分享，有的展示才艺，有的分享自己的进步，分享的内容不一定是出彩，但学生都下了十足的功夫，班级里有几位比较害羞的学生在台上磨砺了，现在上课发言都十分积极。班主任李美茜说。

珍视学习，他们是睿智少年

不知不觉，指针走到了1时25分，上课铃声尚未响起，教室里却响起了一片歌声。原来是课前唱环节，大家跟着一首《新地球》摇头晃脑，短短的5分钟，让学生们的大脑充分活跃起来。

在师范附小，下午的课程主要是学科拓展和特长选择课程。二线的马往三线跳，所以就是马二进三。第一节课是象棋课，面对象棋老师的提问，蔡璐蔓欢快地大声应答。这是学校 1+X+L 阳光课程的 X 课程中的其中一项 棋艺。 1+X+L 阳光课程是学校探索国家课程校本化改造的系列课程，1指学校基础课程，X指体艺特长类课程和实践活动类课程，L指生活课程，意在培养身体出众、能力出众、心理出众的少年。

为什么要开发这门课？应正荣校长解释，少年的生活重心并不是只有学习，接触更多的技艺，才能让生活变得更加精彩。除了棋艺，体艺特长类课程还包含球艺、琴艺、墨艺、技艺。他提到，开设这门课程，并不期盼学生学得有多精通，只是想让学生多了解一些，开阔眼界，长大后有所造诣。此外，考虑到学生的年龄不同，不同年级段的课堂也有所不同，以棋艺为例，一、二年级是围棋课，三年级是五子棋，四年级是象棋。为了让学生接受专业的指导，学校特地邀请专业的棋类老师进校指导。每节课我们都留一些时间，让学生两两相互进行练习，我们就在一旁点拨和引导，学生们都感到非常有乐趣，学得非常开心。象棋老师说。同班同学叶子寒也说，自己最喜欢的课就是象棋课。象棋课堂除了教授棋艺知识，还会教授象棋及其相关的历史文化故事，十分有趣。

除了象棋课，下午还有一节蔡璐蔓十分期待的音乐课。只见她从抽屉里拿起一个乐器包，来到了一楼的多功能教室。在音乐老师的指导下，蔡璐蔓从包中取出葫芦丝，和同学们一起吹奏。原来，学校对音乐课也进行了校本化改造，开展器乐进课堂，结合音乐教师特长，学校选择葫芦丝、竖笛、口琴作为普及乐器，每节音乐课抽出5分钟，练习小乐器吹奏，培养学生对演奏的兴趣，掌握基本的吹奏技巧。当听到别的小朋友说去培训班学习弹钢琴，学习绘画，我一点也不羡慕，毕竟我在学校就能接触到各种各样的技能，比如象棋、葫芦丝，有时候回到家还能给妈妈吹上一首。悦耳的音乐声飘扬在教室里，也荡漾在蔡璐蔓的心中。

珍爱生活，他们是独立少年

当夕阳的余晖洒满师范附小，乘着惬意的时光，蔡璐蔓和同学们在操场上一边散步，一边聊天。看到其他同学三五成群地打篮球、打排球，蔡璐蔓起了些兴致，也和朋友们加入其中。

看天色已晚，蔡璐蔓和同学们徒步回到教室，此时，班主任已经坐在讲台上，教室里的同学有的在写作业，有的翻开了课外书。晚上的时间比较充裕，不一会儿，蔡璐蔓就写完了当天的作业。每日的作业并不多，大多是课堂作业。基本上半个小时内就能完成了！

为了让学生安心、家长放心，学校费尽了心思。每天晚上，学校都会给学生分发夜点心。当晚的点心是小面包，简单地补充体力后，蔡璐蔓捧起了《西游记》细细阅读。比起家里，学校的阅读更能让人沉浸到氛围中。蔡璐蔓说，除了阅读，我们有时候还会根据自己的珍卡兑换开展其他活动。就在上周五，她用珍卡兑换了电影票，在阶梯教室里美美地观看了一场电影。

晚上7时40分，一天的学习结束了。蔡璐蔓飞快地回到宿舍，准备洗澡。宿舍不大，11个人的房间，麻雀虽小，五脏俱全。将鞋子摆放在嵌在墙壁中的鞋柜里，换上拖鞋，进门左拐便是两个洗手池，背后则是干湿分离的卫生间。这里，每天都有专门的生活老师进行清洁。

记者临别前，蔡璐蔓还是神采奕奕，跟网友们交流一天的学习趣事。即将在校住宿一周的她，脸上没有丝毫的不愿。家里和学校各有各的好，在学校我能和同学们一起聊天，分享趣事，或者交流学习上的问题，学校令我特别安心。她用8个字向记者总结了一天的感受：内容丰富，快乐并存。

蔡璐蔓的一天学习生活结束了，但是师范附小的灯依旧亮着。为了保障学生的就寝安全，每个楼层，学校都安排了两位值夜阿姨，每一个半小时巡查一次，为睡梦中的学生盖上被子。

确实，学校的悉心照顾得到了家长们的认可。孩子在学校被老师照顾得很好，不管是学习上还是生活上都不用我操心。蔡璐蔓的妈妈说。有时候在网上刷到家长辅导孩子作业鸡飞狗跳的场景，她就十分庆幸选择了温岭师范附小。她每次回家都能自觉地完成作业，自己的房间能自己整理，枕头和被子都能叠得整整齐齐。

蔡妈妈的评价得到了不少家长的共鸣。毕业生黄文禹的爸爸至今一直与学校老师保持联系，告诉老师孩子的学习情况。目前，黄文禹在温州的一所中学就读，成绩一直名列前茅，在竞赛中也能保持学有余力的状态。孩子十分自觉，回家能自己安排任务，什么时候做作业、什么时候玩耍，每天的生活都十分有条理，而这都归功于小学阶段学校给孩子培养的良好习惯。他说，很庆幸能遇到学校的老师，很高兴能遇到温岭师范附小。



三、四年级进行排球练习。



课间操花样跳绳。



蔡璐蔓（左一）和同学在课间下棋。



学生练习葫蘆丝。