

冬日研训正当时 解锁课堂新范式

江南冬至暖，研训启新程！12月23日，苏州高新区小学体育教师成长营研修活动在苏州科技城实验小学教育集团（科业校区）圆满落幕～本次活动聚焦核心素养，以“结构化教学设计+情境化评价”为抓手，4位优秀青年教师带来趣味与实效并存的课堂展示，导师天团精准点评+干货分享，为全区小学体育教师送上了一份“成长大礼包”！

陈超老师：体操课变身“太空探险记”



苏州科技城实验小学教育集团（玉屏校区）陈超老师的三年级体操课太燃啦！以《后滚翻成跪立接跪跳起

组合动作》为核心，创设“神舟发射”趣味情境，把枯燥的技能训练变成“太空任务”——抢垫子热身、分组互助练习、倒计时展示，全程高能！



一句“一摆、二压、三提收”口诀，搭配精准纠错示范，让孩子们在欢乐中轻松掌握动作要领，协调性和核心力量双双 up～

吕涛老师：跳远课藏着“思维小挑战”



苏州高新区文正小学教育集团（水城路校区）吕涛老师的六年级蹲踞式跳远课，设计亮点拉满！腾空步练习结合过障碍训练，助跑动作搭配“速度大比拼”体能游戏，技能训练秒变挑战性任务，学生参与热情直接拉满～



吕老师用问题导向法启发思考，巡回指导时及时纠错+暖心鼓励，师生互动超频繁！分组跳远比赛中，学生既当参赛者又当执裁者，不仅深化了动作理解，还悄悄培养了规则意识～

陈士君老师：定向运动解锁“苏州漫游”



苏州高新区长江小学校陈士君老师的五年级《趣味定向运动》课，创意满分！以“游览苏州美景”为情境，设计“美景打卡”“美食拼图”等任务，把定向识图和体能训练巧妙融合～慢跑热身识场地、小组定向打卡、美食拼图竞速，环节节奏紧凑又有趣！



孩子们在协作比拼中，不仅练会了定向识图+跑动结合的技能、增强了核心力量，更在小组合作中涵养了团队意识和规则意识，一举多得～

徐亚强老师：足球课玩转“实战大比拼”



苏州科技城实验小学教育集团（科业校区）徐亚强老师的三年级足球课活力开赛！围绕《足球运球、转身与射门组合运用》，创设“趣味游戏+实战比拼”双重情境，“剪刀石头布转身跑”“2v2攻防赛”等任务让孩子们玩嗨了～



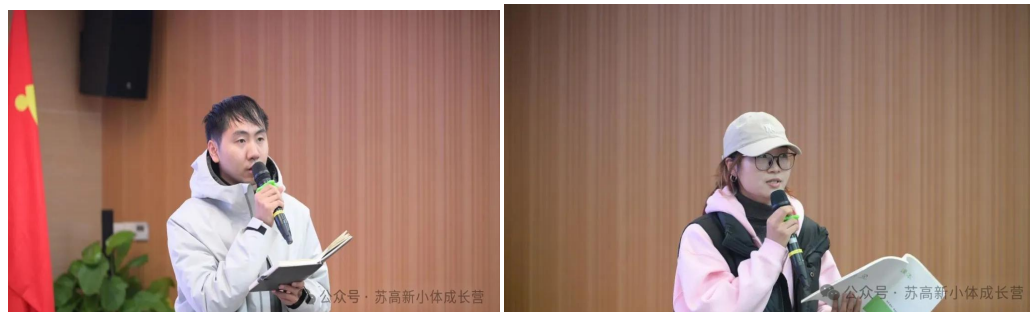
一句“平行站，踩拉转”的动作口诀，搭配纠错示范与择优展示，让孩子们在欢乐竞技中练就过硬技能，团队协作能力也同步提升，赛场氛围感直接拉满！

说课点评干货多！靶向赋能促成长



公开课后，精彩的评课议课环节如期而至～4位执教老师依次分享教学设计思路与自我反思，参会教师积极交流心得、碰撞思维火花。

更有成长营三位导师与高新区中小学体育教研员金刚老师联袂“坐诊”，对四节课进行切片式深度点评，精准点出课堂亮点与优化方向，强调“以学定教”的核心原则——让每个学生都能参与其中、能力跃升！



专家还带来超实用“成长锦囊”：2025版课标修订对比图、目标教学“一个都不能少”的达成策略、大单元——单课联动动态评价模型、定向越野结构化教学案例……满满干货直接转化为青年教师触手可及的“教学实践路线图”！





活动总结：以素养为锚，让课堂焕新

本次成长营研修活动以“素养导航、任务驱动”为核心，将新课标理念转化为看得见、摸得着的教学行为，为全区小学体育课堂提供了可复制、可推广的实践样板～老师们用创新设计诠释专业厚度，用趣味课堂点亮学生成长之路！

未来，苏州高新区小学体育教师成长营将继续聚焦“立德树人”根本任务，搭建更多优质研修平台，助力教师深耕课堂、精研教学，让体育课堂成为学生核心素养拔节生长的沃土！

撰稿：张苗苗、孔林焄

摄影：高天翔、周璇

编辑：王岩

一审：郭丽

二审：金刚