

AI助力点燃运动热情,多元课程筑牢健康根基 无锡小学这样培养儿童“好身体”

“第一名是三(3)班熊宇希,跳绳个数236个;第二名是四(6)班郁子文,214个……”1月4日,江苏省锡山高级中学实验学校第三小学的“不服来战”跳绳趣味竞赛“百强榜”更新,2025年12月的各项信息清晰排列在数据表格中。变化的数据中能直观看到学生持续提升的运动能力和热情。近一年来,省锡实三小持续深化体育改革,形成特色课程体系和日常竞赛体系,助力学生以强健体魄、阳光心态奔赴未来。



“不服来战”,一句响亮的口号持续调动着省锡实三小学生的运动热情。

2025年2月,省锡实三小积极落实“2·15专项行动”,发起“不服来战”跳绳趣味挑战赛。“我们充分利用AI智能运动测评系统,鼓励学生利用课间和体育课时参与跳绳比赛,系统实时采集数据,每月公布‘百强榜’,学生们的运动热情明显提升

近日,省锡实三小体育老师高静带领一年级学生学习掌握投掷技巧。她布置的课堂第一项任务是让学生用力投出手中提前叠好的纸飞机。精心设计的40分钟体育课包含预热、技巧传授、组队练习、体能训练等多个环节,确保学生动起来、学起来、乐起来。“设计纸飞机环节一方面是作为投掷技巧教学的导入环节,另一方面也

在前不久刚刚结束的省锡实三小2025年冬季“体育健康节”中,全校学生都需要完成5项基础运动项目,真正实现“人人有项目、个个能参与”。

良好的体育氛围源于扎根校园的“健康育人”理念。“自2021年建校起,学校就确立了‘健康是一种责任,温暖是一种底色,自律是一种能力,优雅是一种习惯’的育人宣言,把‘健康’排在首位。”省锡实三小党支部书记、校长胡德运介绍,近年来,学生中“小眼镜”“小胖墩”“小豆芽”“小焦虑”等“四小

“不服来战”:AI助力点燃全员运动激情

了。”省锡实三小教学处副主任唐俊说。数据是最有力的说明。根据AI智能运动测评系统显示,三(3)班学生熊宇希在去年4月最佳成绩为每分钟跳绳220个,去年12月最佳成绩达到236个,完成了对自

我的超越。他不断刷新的纪录也鼓舞着更多“不服输”的学生加入跳绳挑战。唐俊告诉记者,从测评系统给出的成绩统计可以看到,熊宇希的进步不是个案,许多学生、班级乃至全校的跳绳成绩都有一定提升。

省锡实三小副校长高明珠介绍,系统可以对每位学生的运动情况精准分析,助力老师为学生提供个性化辅导,帮助学生提升跳绳成绩。在该校体育老师赵佳铭执教“双脚踏”课时,AI成了有力助教。他借助系统为学生创造出“森林运动会”这一课堂情景,引导学生模仿动物跳跃的动作,以此锻炼学生的跳跃能力。

三小学生的每一个课间都有看点。2025年9月开始,省锡实三小大课间就启动了“四个一”活动,即一根绳、一个毽、一套体能操和一套武术操。“我们选取了所有学生都能参与的项目来丰富课间活动,为了让项目更具特色,体育组专门设计了口号和配套音乐,打造独属于省锡实三小的活力课间。”该校副校长齐坚星说。

课程赋能:系统设计让体育教学“活”起来

是希望学生在体育课开始阶段就打开自己、释放自己。”高静说。“我们注重体育课程的发展性和递进性,根据不同年级学生的身心发展特点和认知规律,将总目标进行阶梯式分解,形成各

有侧重的学段目标。”省锡实三小教学处主任杨帆介绍,目前学校体育课程包括基本运动技能教学、体能训练、健康教育、专项运动技能教学和跨学科主题学习5项内容。被精心设计的不仅是体育课,省锡实

开展“家庭运动打卡21天挑战”,还邀请家长担任体质健康课程助教,形成全方位、多层次的体育育人合力。

2025年,学校也在各项体育赛事中发力,夺得“无锡杯”校园三人篮球比赛小学甲组女子组第一名、无锡市青少年校园足球冠军赛小学女子乙组第三名,并斩获惠山区小学生篮球、足球比赛的3个冠军。胡德运表示,学校将持续深耕健康育人之路,让每个孩子都能以强健之体魄、阳光之心态,奔赴未来人生路。(杨涵)

理念深耕:培养学生“好身体”

问题呈现早发、高发的趋势,培养身心健康的少年儿童是学校面临的重要课题。

2024年,学校在已有经验的基础上确立了“健康育人:儿童‘好身体’课程体系校本化建构”研究项目。2025年,该项目立项为无锡市基础教育内涵建设项目。“‘健康育人’就是‘用健康的方式育健康的人’。‘好身体’的培养,应是强健体魄、发展

体能、传播健康知识、塑造健康行为、涵养生命活力的综合工程。我们关注的不仅是学生当下的健康状态,更要为学生终身健康负责。”胡德运说。

如今,省锡实三小用多样的校园体育赛事和活动丰富学生在校生活。该校党支部书记陈燕娜介绍,作为首批江苏省家校社协同育人“教联体”建设领航校,学校

以美育人 以文化人 湖滨中学举行高质量 发展成果展示活动



近日,无锡市湖滨中学举行“木铎金声·尚美培元”2025年度高质量发展成果展示活动。活动分为“溯光·薪火传承”“筑梦·青春绽放”和“启航·时代新声”3个篇章,展示湖滨中学坚持“以美育人、以文化人”,在特色课程建设、艺智融合探索、家校社协同育人等方面取得的成果。

当天活动中,“怡美·艺智融合教育研究共同体”正式成立,湖滨中学携手江南大学物联网工程学院、无锡学院传媒与艺术学院、无锡博物院、无锡美术馆、无锡派克新材料科技股份有限公司和无锡市第一中学,共同探索美育与人工智能融合新路径。

“工作室是我送给母校和湖滨学子的一份永恒的礼物,让工作室品牌发光是每一位走进湖滨的少年!”江南大学设计学院教授、湖滨中学1996届毕业生周敏宁说。采访获悉,周敏宁在系统创新与数智交互设计、文化数字化创新等领域深耕不辍,取得了亮眼的学术成果。她与湖滨中学党委书记夏敏、校长张念共同为周敏宁工作室揭牌,鼓励更多学生与时代共振,勇敢逐梦。

湖滨学生带来的一场场节目同样精彩纷呈,多元的艺术形式集中展现他们全面发展、昂扬向上的精神风貌。舞蹈“鲤鱼跃龙门”生动演绎学生在艺术道路上不断突破、勇敢追梦的生动姿态,英语课本剧“长安的荔枝”是对优秀传统文化的创新性表达,“时代的召唤”则致敬钱伟长,生动演绎少年与时代同频共振的责任担当。这些都是湖滨中学“以美育人、以文化人”办学理念在日常教学与社团活动中的体现。

市教育局相关负责人充分肯定湖滨中学多年来的办学成果和创新实践。他提出学校要始终聚焦核心素养培育,真正将合作优势转化为育人实效;要强化师资队伍,要以共同体为平台,建立健全协同共育的师资发展机制,紧扣基础教育改革核心要求,为特色教育高质量发展提供坚实师资支撑;要立足示范引领,扩大辐射效应,将共同体建设与学校发展规划紧密结合,率先探索艺术教育融合创新的有效路径,推动学校特色化优质化水平的提升。(杨涵整理)

赓续红色基因 走读大美家乡

近日,江阴市辅延中心小学组织全校学生分年级开展“红领巾·小澄光”走读家乡主题研学实践活动,充分挖掘江阴本地丰富的长江生态文化、悠久历史文脉、鲜明红色基因与前沿产业动能,引导学生在生动的社会课堂中坚定文化自信、砥砺强国之志、提升综合素养。

该校低年级学生在庄重古朴的文庙中聆听“忠义之邦”的历史故事,感受儒家文化中“仁义礼智信”的深厚内涵。在充满生机的田园里,学生亲近土地,认识作物,在探索与体验中激发对家乡自然与物产的热爱。中年级学生则踏上红色研学旅程,先后走访小石湾古炮台遗址、江阴渡江战役纪念馆和江阴市天华国防教育馆。这场行走的思政课,将本土红色资源转化为鲜活教材,让爱国主义精神在实践中感悟中赓续传承。高年级学生深入江苏圣澜服饰创意有限公司开展科普研学,亲眼见证从功能性面料研发到智能裁剪生产的现代化流程,感受科技对传统产业的影响。他们还走进观山乐谷,通过团队协作项目锻炼意志、释放活力。

此次“红领巾·小澄光”主题研学,是辅延中心小学构建“大思政”育人格局、扎实推进“红领巾”品格提升工程的关键举措。学校将持续以“红领巾”教联体建设为纽带,系统化、课程化深耕本土资源,丰富实践育人载体,引导广大学子在与家乡的深度对话中开阔视野、增长才干,成长为拥有家国情怀、文化自信和时代担当的新时代好少年。(辅延)



2025年12月31日,无锡市第三高级中学举行校园爱心义卖活动。此次活动以“传递温暖,成长赋能”为主题,既是学校“四重四有”德育理念的生动体现,也是构建实践育人体系的重要一环。未来,学校将继续创新德育形式,丰富育人载体,传递爱与责任。(三高中)

无锡这所中学把教室变成城市主题“展馆” 江南学子用创意解锁江苏文化密码

“尝一尝,这桃花糕不仅颜值高还好吃!”“要盖章的同学来这边!”2025年12月31日,江南中学教育集团“冬之华”艺术节日活动现场,江南中学新城校区内歌声、笑声、欢呼声此起彼伏。七年级教室化身“苏超”与江苏城市文化融合的主题“展馆”,吸引学生在互动体验中“解锁”各城市的文化密码。

各班团结协作,充分发挥创意与想象力,为展馆命名、布置氛围,设计有趣的互动环节,吸引全年级学生穿梭其间体验。七(5)班门外,一串串小红灯笼烘托出浓浓的喜庆氛围。教室门口的秦淮彩灯,让人品味金陵雅韵。教室内,南京元素随处可见,文创产品、特色小吃备受青睐。

除了各地美食小吃,各教室里的创意互动小游戏也人气十足。七(12)班教室里,白绿相间的气球旁,一块足球场形状的展板上悬挂着三排盲盒,分别写着全省13个地级市的名字,供活动参与者抽取。“抽到盖有红章的纸条,就能领取奖品!”该班组织活动的学生介绍。此外,设摊开展画足球、带球绕桩射门等游戏,也让参与学生乐趣倍增。值得一提的是,学校为每个班级都准备



了一批印有“苏超”元素的盲盒,里面装着学生喜欢的小零食、小挂件等,给他们的活动增添惊喜。

筹备活动的过程让学生收获颇丰。七(12)班的钱柯羽特别留意了同学们的喜好,结合苏州城市特色布置教室,得到了一致好



评。七(5)班的曹锦涵则表示,他们班同学前期分工协作,利用课余时间搜集并了解“苏超”这项赛事以及秦淮彩灯、风景名胜、传统小吃等,“我们把‘苏超’与南京的传统文化融合,设计班级海报、宣传语,布置环境。随着对南京文化和‘苏超’赛事的深入

了解,我越感到自豪。”

“冬之华”艺术节不仅是学生张扬个性体验快乐的舞台,还是学科融合成果的展示平台。当天,七年级庭院里,无人机足球竞技、“小熊拍一拍”等游戏吸引来许多学生;八年级学生则体验吹球过河、夹玻璃球等无锡传统游戏,在艺术展示舞台尽情展现才艺。不远处的操场上,师生篮球赛、排球赛战况激烈,留下许多精彩瞬间。各学科融合的作品展示区同样人气高涨,历史仿古作品、英语手抄报、叶脉书签等优秀作品,吸引了众多学生围观。“听说金家依用了近一个月完成了这座干栏式房屋模型,真精美!”一名学生赞叹道。

校园文化活动是学校课程体系的重要组成部分。该校相关负责人介绍,学校以“大课表”理念进行顶层设计,将全年校园文化活动梳理为“春之声、夏之行、秋之韵、冬之华”4个篇章,融入学生的日常学习与成长过程中,形成横跨四季的课程化框架。“我们的学生在‘春之声’中放声高歌,在‘夏之行’里挥洒汗水,在‘秋之韵’中开拓思维,在‘冬之华’里感悟成长,留下青春的精彩印记。”(陈春贤)