

这所小学里藏着体育新星的成长密码

多元体育课程+体教融合模式,校园里掀起运动热潮

在教育强国与健康中国战略融合背景下,体育成为立德树人关键载体。无锡市春城实验小学建校10余年来,以“相拥幸福童年,结伴自然成长”为办学理念,深耕“弘毅”体育品牌,践行“以体育人”目标,推进体教融合创新,构建特色体育育人体系,先后获评全国青少年足球特色学校、江苏省足球后备人才示范学校、江苏省田径特色学校、无锡市体育传统特色项目学校等,在省市级赛事中佳绩频出,成为区域体育育人标杆。

课程理念引领多元发展

春城实验小学立足“幸福童年”课程理念,打造了“基础+特色+拓展”多元体育课程体系。“每天一节体育课”开展基础运动、体能训练、特色项目,保障学生运动时长,强身健体;田径、足球、羽毛球等“春晓俱乐部课程”为有运动潜力的学生提供专业指导,培养体育后备人才;“幸福童年”自助走班课程满足学生个性化需求,为未来美好生活奠基。

足球课程是学校核心特色,构建了“全员参与、分层培养、梯队成长”模

式:低年级设启蒙课,中高年级每周1节专项课,实现“人人会踢球”“班班有队伍”“校外创佳绩”,年度班级足球联赛贯穿全年。2025年6月,学校的“春之毅”足球队在市级青少年校园足球冠军赛中夺冠,成了首支夺得该赛事男子甲组冠军的新吴区队伍。

“市队校办”培育体育新星

春城实验小学与无锡市体育运动学校深度合作,引入足球、羽毛球“市队校办”项目,构建“学校育人+专业训练”双轨模式,助力体育人才成



长,在校园内外掀起了学习足球、羽毛球的浪潮,深刻影响了一批又一批的春城学子。

学校在足球教学上深耕不辍,为省队、市队输送了多名后备力量。江苏省城市足球超级联赛无锡队8名主力球员陈立群、蒋孟泽等均毕业于春城实小。2024年国际中体联足球世界杯女足决赛,中国队夺冠,主力球员梁欣怡、程子彤及点球制胜的李钧,均为学校“市队校办”项目培养的学子。

羽毛球项目自2020年启动后,王梓轩等选手在省、市级锦标赛中多次斩获单项与团体奖项,成为无锡羽坛新星。这些成果印证了体教融合模式的成功,也在校园掀起运动热潮。

体育嘉年华浸润幸福童年

春城实验小学以体育文化为核心,通过“全年有赛事、四季有活动”实现“以体育心、以体润德”。学校每年举行2次校园文化体育节,重点开展田径运动会、足球、篮球、拔河等传统项目,进行班级联赛的同时,也不断尝试开展趣味运动会、体育嘉年华等活动,做到班班有比赛,人人都参与,让每一个学生都能感受到体育的魅力。

春城实验小学将继续坚守“健康第一”理念,以“诚毅”党建为引领,深化“以体育人”实践,擦亮“弘毅”体育品牌,“五育并举”培养全面发展的时代少年,助力体育事业发展。(高新)



精彩少年

“科技创新是扎根现实的探索” 我市高中生在全国科技创新大赛获两项大奖

近日,第三十九届全国青少年科技创新大赛在内蒙古呼和浩特落幕。来自江苏省锡山高级中学的高二学生张雨涵凭借现场挑战任务中的卓越表现,一举拿下“码高杯”创新人才奖与“学而思大科学拔尖创新人才”两项大奖。

此前,张雨涵在第三十六届江苏省青少年科技创新大赛中崭露头角,不仅摘得高中组一等奖,还跻身全省5人代表名单,获得了代表江苏出征此次全国青少年科技创新大赛的资格。本届大赛赛制全面革新,首次以“现场科技挑战”模式取代传统的作品评审方式,难度升级,张雨涵迎难而上,以出色的表现在国赛中再次脱颖而出。

在个人挑战环节,张雨涵参与了“粮食仓储方案设计”任务。面对农村小型粮仓通风不良、温湿失控导致霉变的现实难题,她需要在一个半小时内完成从设计到测试的全流程。“民以



食为天,但仓储环节常被忽视。”她敏锐指出问题核心,现场切割组装管道构建通风系统,以实测数据验证降温除湿效果。

赛事期间,张雨涵积极参与国际青少年交流。她向美、德、日等国学生详细介绍作品的设计理念,并在交流中发现:尽管各国青少年关注的领域不同,但对解决实际问题的热忱高度一致。

从省赛到国赛,张雨涵表示学校的科创环境给了她很大支持:“省锡中开放的科创教室、专业的指导老师,一路为我保驾护航。”近年来,省锡中把科技创新融入日常教学,形成了“课堂一实验室一竞赛”的贯通培养模式。省锡中看重知识应用、动手能力和创新思维这些核心素养,这与学校着力培养“问题解决者、责任担当者”的目标高度一致。

赛后,张雨涵分享道:“这次大赛让我收获了很多成长经验。我真切体会到,科技创新不是关起门来空想,而是扎根现实的探索。比如研发气体检测装置时,我学会把传感器知识变成解决安全问题的方案;设计粮食仓储系统时,更让我明白科技成果得贴近生活需求才有真正的价值。和国外同龄人交流后,我也更清楚,科技是连接世界的桥,互相分享、借鉴,才能在创新之路上走得更远。”(省锡中)



眼干、口干,吃不下馒头 就是干燥综合征吗?

感觉眼睛有沙、灼热、畏光,但却流不出泪,甚至“欲哭无泪”;口干干,要不断喝水,吃馒头、饼干甚至大米饭,都要喝汤才能下咽;还会烂牙齿、鼻子干、阴道干涩,这些都可能是干燥综合征。

3个上海专家开的易可中医医院 专家坐诊信息

9月6日,上海中医药大学硕士生导师、易可中医医院创始人谭德福教授,在“干燥综合征专病门诊”为干燥综合征、带状疱疹后遗神经痛、风湿/类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、痛风性关节炎等患者诊疗。

9月7日,上海脉管专家柳国斌教授,为静脉曲张、丹毒、血管炎、老烂腿、黑肿腿、下肢皮肤溃疡等疑难杂症患者诊疗。