

# 无锡校园足球拿了个“冠军”

近日,无锡校园足球传来喜讯,在刚刚落幕的2022年江苏省校园足球教练员技能大赛中,无锡市代表队满载而归,获综合团体一等奖第一名、综合单项一等奖第一名,共获得5个一等奖、1个二等奖、1个三等奖。

## 高度重视 层层选拔

无锡市教育局、无锡市体育局高度重视此次大赛,举办全市青少年校园足球教师教学技能比赛,共吸引了来自全市“全国青少年校园足球特色学校”的155名足球教师参赛。在此基础上选拔了7名优秀校园足球教师和教练员组成无锡代表队参加省校园足球教练员技能大赛。

## 齐心协力 团结拼搏

本次大赛共有来自全省各设区市选派的近百名足球教练员参加理论考试、赛事点评、教案编写、体能与技能考核、教学实践等项目的考核。

无锡代表队虽然组建不久,但这是一支充满凝聚力和战斗力的团队。参赛选手们顶住重重压力,充分发扬团队精神,将各自收集的足球教学、训练及比赛规则等理论知识发至群里共享学习讨论。体能技能比赛包括折返跑,一分钟颠球、传准、运球绕杆射门等项目,参赛选手们认真研究技术要点,灵活采用分散练习的方式,自主安排技能及体能训练,保证每位选手都以最佳状态参赛。

## 无锡代表队的选手们在比赛中共同学习、一路成长,让我们来听听他们的心声:

①此次省足球教练员技能大赛体现了无锡代表队团结进取、敢打敢拼的体育精神。赛前队员们各自积极备赛,赛中大家共同讨论、互相帮助,认真准备各项考核,优异成绩的取得离不开每位领队、队员们的辛勤付出!省赛的经验也让我意识到了自身存在

的诸多不足,在校园足球工作的道路上还要继续努力,不断取得进步!

②积极备赛,团结协作,功不唐捐,玉汝于成。

③此次比赛让我深感团结的力量,我们不是最年轻的队伍,是一支新老交替的队伍,老队员给我们经验,新

队员有拼搏奋斗的精神,比赛的优异成绩源自团队的力量。

④我们无锡市代表队能获得佳绩离不开大家的关心与帮助!赛前精心地组织备战,赛中全力地保障支持,我们才能全身心地投入到比赛中,享受比赛。



## 2022年江苏省校园足球教练员技能大赛综合单项奖获奖名单(无锡)

### 一等奖

徐回回  
江南大学附属实验中学足球教师  
中小学二级教师,江苏足协E级教练员  
中国足协国家一级裁判员

### 陆磊

江苏省天一中学足球教师  
中小学一级教师,中国足协D级教练员  
中国足协国家级裁判员

### 王基琬

宜兴市西甲足球俱乐部教练员  
中国足协C级教练员

## 链接

### 王嵩

无锡市蠡园中心小学足球教师  
中小学一级教师,中国足协C级教练员  
中国足协国家三级裁判员

### 杨国威

无锡市辅仁高级中学足球教师  
中小学一级教师,中国足协C级教练员

### 二等奖

#### 周瑛

宜兴市树人中学足球教师  
中小学一级教师

### 三等奖

#### 郝鹏辉

无锡市新吴区第一实验学校足球教师  
中小学高级教师,中国足协D级教练员  
中国足协国家二级裁判员

# 未来的优秀教师,需要成为这“三者”

近日,北京第一实验学校校长李希贵在一场主题为“创建2035教育现代化样本学校”大会上发表了演讲。在演讲中,李希贵认为,2035年教育率先实现现代化,根本上是学生的现代化。学生要现代化,就要求老师首先实现现代化,就需老师成为情绪管理者、和谐关系构建者、领导者,并具备成长性思维。

## 新时代的教师需要具备成长性思维

教师是情绪劳动者,那么我们就需要规划和管控好情绪。首先,我们要明确人有多少种情绪。人的情绪有十几种,如喜悦、悲伤、厌恶、生气等。你如何管控,不生气?如何管控使你能够有更多的喜悦?这里面就有大量的学问。我给各位分享几个小小的策略,如“4×4”工作法,先吸气4秒钟,再平息4秒钟,再呼气4秒钟,再平息4秒钟,基本上那种剧烈的或者生气或者恐惧情绪就会减掉80%。

还有一个叫90秒法则,当我们正在经历压力的时候,需要90秒的时间,让大脑和身体完全“自我清洁”。包括30秒数数、30秒深呼吸、30秒的肢体的挤压,这样基本上你内心的压

力就会消失。

如果有学生在课堂上破坏课堂纪律,这时候你直接批评,就会加剧学生和你的对立。碰到这样的情况,你应该制定规则,当你提醒这个学生注意遵守班级规则时,就是在教育全班学生遵守规则。这样,你也回避了和学生的一次正面冲突。对学生来说,也是一次交流。

我们培养的学生如果成长性特别低,就没有能力面对高度不确定性的世界。教学中,我们发现,一些培养了众学生学习习惯和能力的人,往往都拥有成长性思维。那么教师就更应该具备成长性思维。

2017年,德勤公司一项对在跨国公司工作的年轻人离职原因的研究

显示,70%的年轻人离职是因为在原有的岗位上不能继续成长,而不是因为薪水、待遇。那么,如何让我们能在工作自我成长?

第一是经验加反思等于成长。我们好多人工作五六年,就是积累了混日子的经验,如此工作二三十年,就退休了。这就是我们不能成长的一个重要原因。我们只有不断反思,不断推翻自己,才能成长;只有不断反思,我们才能有所得、有所获。

其次,成长还要对标先进、榜样。青年教师要有所成长,就要找到一个你心目中理想的老师。特别是你身边的老师,去和他对标,甚至几个老师的优点,把它拿过来形成自己

的标准就好,然后适应它。

有一个公式:Y=F(X),内归因,这是外交上著名的“我要喜欢你”工具。使自己成为自变量,我们都是X。要学会内归因,不要把自己当Y,我们首先要改变自己才能改变学生、家人、同事。我们改变,学生一定会改变。我们要从自己身上找问题,一想就通了,从别人身上找问题,一想就疯了。

三是,既要有思维也要形成解决方案。有一个案例是,一个五六岁的孩子到公园向警察求助找爸爸,原来父子俩玩捉迷藏游戏,爸爸为让孩子找不到自己,藏身荷花池,爸爸竟然用芦苇在水中呼吸。这也是一根筋思维,这在教育中是要不得的。

## 新时代的教育需要老师成为领导者

管理是一个老师最重要的能力。一个老师面对的学生与家长是扁平化的,复杂多变情景对老师的领导能力是一个很大的挑战,目前课堂教学不尽如人意的原因就是我们没有认真研究教师如何提升领导学生学习的能力。

如何提升教师领导学生学习的能力?有如下三种路径。

一是教师要引导学生把教学目

标转化成学生的学习目标。教师可以把目标写在白板上,让学生明确学习目标。教师如果能设计具有挑战性的学习任务,首先,要把目标写在白板上,让学生明确学习目标。

二是设计具有挑战性的学习任务,并让学生成为评估自己学习效果的主人,课堂效果就会好很多。比如拟一道题,动物园有一只大象,鼻子受了伤,断了一截,生活很不方便,园

长听说你们是专业的生物医学工程师,希望你们能帮助鼻子受伤的大象好起来,让它能生活得好一点。

我们教育的目的就是在校园里帮助他认识世界。当他对这个世界有所认知,他走向社会,他才会熟练应对很多坎坷。

第三,让学生成为评估学习的主人。这是评估学习效果最好的方式。曾看过一幅画,一位老师去看医

生,医生说:“你的心脏,比平常人的要稍大一点,因为你是一位老师。”这里,我想说的是,过去的工作与肌肉有关,但是未来的工作,将与心脏有关,教师需要一颗“大心脏”。

情绪管理能力、和谐关系构建能力、领导能力,这些能力也不是一蹴而就的是需要用心逐渐培养的,希望每一位老师都能成为拥有多种能力的新时代好老师。(杨洁丹整理)

## 锦囊妙计