

# 跳啦啦操 你想不开朗都不行

□记者 崔宏远 文/图

在舞台上,她随着动感十足的音乐翩翩起舞,激情四射。她做着扭腰、挺胸、花球翩翩等花样繁多的领舞动作,赢得掌声一片。

她一年前还是害羞的小女孩,如今已是学校啦啦操队的主力队员了。她是洛龙区第二实验小学五(4)班的王梦婷,今年11岁。

## “这就像一个挑战,我想试一下”

“这就像一个挑战,我想试一下。”梦婷回忆自己当初的选择时,眼中闪烁着兴奋的光芒。

梦婷说,去年夏天,她有一次路过操场,正好赶上学校啦啦操队训练,“‘操姿’太给力了,光是看就让人热血沸腾,我之前从没见过”。后来,她经常“顺路”出现在啦啦操队的训练场地,“有时手脚不由自主地就跟着动起来了,有时我一边跳一边笑个不停”。再后来,她找到负责的教练,轻易就通过了测试,“顺理成章”地成了一名啦啦操队队员。

## “因为是真的喜欢,我一直在坚持”

“啦啦操跳起来感觉棒极了,可以完全释放活力和热情。”梦婷说,啦啦操和传统的广播体操可不一样,它是吸收了芭蕾舞、现代舞等各种舞蹈的长处,不断发展而来的,极富节奏感、有朝气,能够通过队员的动作展示,体现青春飞扬、健康向上的

团队精神。

“你能想象我原来见陌生人时话都不敢说吗?现在班里就数我活泼了。”梦婷告诉记者,只要你跳啦啦操,想不开朗都不行。

啦啦操表演起来活力四射,但背后也少不了汗水。梦婷每天早上都要进行压腿和规定动作训练,下午放学后还要进行1个多小时的训练,有几次把韧带、肌肉都拉伤了。“因为是真的喜欢,这都不算什么,我一直在坚持!”

## “连快乐都是一起分享的哦”

“舞台上,大家一起‘吃苦’练习,舞台上,大家一起配合表演,跳啦啦操让我有了很强的团队意识。”梦婷说,跳啦啦操好处多多,既可以强健身体,练就轻盈的体态和自称的形体,还可以培养大家的合作意识,“队员们在一起,连快乐都是一起分享的哦”。

跳啦啦操还能让人变得自信。梦婷说,经常在台上表演,让她获得了自信,不管有多少观众,无论在什么场合,她从来不怕。

如今,学校里喜欢啦啦操的学生越来越多,梦婷有时还要充当“老师”,这也让她交到了更多的朋友,体会到了更多的乐趣。



王梦婷(左一)和同学展示啦啦操动作



郭建勋,涧西区实验小学六(2)班班主任。从教15年来,他所带的班级曾连续8年被评为“文明班级”。他认为,班级管理是一个系统工程,这一工程由多个支点组成,只有把握好每一个支点,才能把班级管理好,比如让学生自己选择座位,就较好地解决了一个“支点”问题。

# 我们的座位 自己选

□记者 李书平 文/图

学生,他就采用“圆桌会议”的形式把他们编排在一起,让他们取长补短,共同进步。

他在编排座位时,全面了解学生各科成绩,尽可能把学科上有差异的学生编排在一起,让他们“一对一”。如把语文学困生编成一个组,然后挑出相同数量而且成绩好的学生对其进行帮扶。

让学生“自由组合”,把选择座位的主动权交给学生,这不仅是对学生的信任,而且有利于他们在学习上寻找默契的合作伙伴,加深同学之间的友谊。

记者在采访中询问了多名学生,他们都对自己的座位排序感到满意。一个名叫强强(化名)的同学说:“我和桐桐(化名)是好朋友,他数学好,我语文好。我俩坐在一起互相学习,共同提高。”

## 座位问题很敏感

提起让学生自己选择座位的初衷,郭建勋说:“排座位在班级管理中虽然是个小问题,但十分敏感。”他介绍,自从教以来,他每年都会为学生的座位排序感到头疼。“主要是说情的人太多”,因为家长都想让自己孩子坐在前面,但前面的座位就那么几个。于是便出现了很多家长、亲友甚至领导来说情。

学生座位的排序,往往会影响学生的学习情绪、学习态度和学习效果,但传统的“排排坐”,比如按照身高来排序,或按照成绩来排序,都存在诸多弊端。“就拿按照身高排序来说吧,个子矮的坐在前面,个子高的坐后面。于是,就有个子高的同学问他‘难道我个子高就应该坐在后面吗?’还有的同学嘴上不说,但心里很不顺气。”郭建勋说。

## 让学生“自由组合”

那么,如何才能解决这一难题?郭老师的做法是:让学生“自由组合”。“当然,自由组合并不是说学生想坐哪里就坐哪里,而是最大限度地让学生对自己的座位满意,对学习有利。”郭建勋在编排座位时,根据学生的兴趣、视力、身高等进行编排,如对班里喜欢画画的

## “自由组合”受好评

郭建勋说,用“自由组合”的方式让学生选择座位,不但解决了困扰他多年的“敏感问题”,而且这一方法也得到了大家的好评。

小明(化名)同学说:“我眼睛近视但个子高,过去一直被排在最后一排。通过‘自由组合’,我的座位被调到了中间。这样,黑板上的字都能看清楚,学习成绩提高也很快。”

采访中,郭老师给记者看了一条学生家长发给他的短信:“郭老师,你改变排座方式使我的孩子找回了自信心,而且他的集体意识也增强了……”



## 疯狂 Style

# 这个冬天 让你的英语“飞”起来!

## ——李阳疯狂英语冬令营报名空前火热

读万卷书,不如行万里路!家长和老师苦口婆心地说教,不如孩子的一次亲身经历和感悟。

寒假即将到来,不少家长为选择培训班大伤脑筋!专家建议:好的辅导机构,首先解决的是学习动力问题,让孩子掌握学习方法,培养学习习惯、提高兴

趣。集训营通过感恩教育、情商教育,配合拓展训练,激发孩子学习动力。通过对不同年级不同性格学员的分析,传授学习方法、改变学习状态。

疯狂英语集训营已成功在洛阳举办了15期,培训超过4500人,是全国集训营著名品牌,是家长心目中最安

全、效果最理想的集训营之一,也是孩子心目中很酷、很时尚、很好玩的集训营!

近期全市报名火爆,1月31日开营,现余少量名额,本周内报名可享千元优惠,请致电:63917388、63917599。

**班主 任** 洛阳市彩虹教育学校  
涧西校区:13937918875  
西工校区:15515300365  
洛龙校区:15515300757  
瀍河校区:15515300537