

13枚金牌、9枚银牌、9枚铜牌—— 华洋空手道 从不“空手”回

□记者 杨寒冰 吕玲玲 通讯员 郭冰冰

13枚金牌、9枚银牌、9枚铜牌……近日，在河南省青少年空手道锦标赛上，华洋国际学校空手道队代表我市出征，并取得优异的成绩——在金牌榜和奖牌榜上均为全省第一。



比赛中的精彩瞬间 (资料图片)

22枚金牌 华洋获13枚

河南省青少年空手道锦标赛于11月底在新乡举行，华洋国际学校空手道队代表我市出征。这次比赛共设22枚金牌，华洋的37名队员分别参加了儿童、少年、青年三个组别不同公斤级的比赛，夺得13枚金牌、9枚银牌、9枚铜牌，金牌总数和奖牌总数均为全省第一。

华洋是我市唯一开展空手道的学校，其教练是全国空手道冠军、国家级教练员王海防。王海防说，空手道在华洋是一项被普及的运动，不少学生从小学就开始练习了。这几年，学生因为练习空手道，磨炼了意志，开阔了眼界，取得了成绩：在2015年全国空手道俱乐部争霸赛上，该校学生获得6金、1银、4铜的优异成绩；在亚洲空手道锦标赛上，该校4名队员代表中国队出征，取得1银、3铜的好成绩；在全国空手道锦标赛中，该校学生又取得2金、5铜和两个第五名的优异

成绩。每次出征，他们都拿到了奖牌。“以前，有家长担心孩子学空手道会变得更调皮、更爱打架。我觉得这样的担心是多余的。”王海防说，通过这几年的观察，他发现练空手道的孩子不仅很少参与打架斗殴，而且比同龄孩子更懂事、更能吃苦耐劳。

普及空手道 磨炼学生意志

四(1)班的李奕凡，是从三年级开始学习空手道的，仅仅学了一年，他便在全国性的大赛上取得了儿童组的冠军。这个以前很内向的男孩，现在无论是面对镜头还是面对领奖台都毫不怯场。他说，华洋给他提供了学习空手道的机会，这个机会让他间接发现了自己。因为经常参加比赛，他的眼界开阔了，所以，面对镜头和采访，他能收放自如，也变得更加开朗、健谈和自信了。

华洋的空手道专业队里，有一个漂亮的小姑娘，她的一招一式都非常专业。女孩练空手道的不多，怀着好

奇心，我们走向小张迪。

张迪说，她以前练过跆拳道，到了华洋后，便迷上了空手道，她迷恋这种力量与速度的搏击。

练习空手道，不耽误学习吗？张迪说，平时的练习时间是固定的，不会太长，只有在大赛前，才会集训。不过，比赛之后，她会立即把落下的功课补回来，所以，练习空手道不会耽误学习。

华洋国际学校校长裴素青说，空手道在华洋的开展分为三个层次，在普及的层面上，学校每周拿出一节体育课让学生们学习空手道；对空手道特别感兴趣的学生，可以加入空手道社团。目前，已经有数百名学生参加了空手道社团。在空手道社团中，特别好的苗子可以入选专业队进行专业的训练。

裴校长说，空手道这项运动让人看起来非常有力量，不仅能鼓舞士气、强身健体，还能磨炼学生的意志，所以，华洋把空手道作为一项特色体育项目来推广。



让学生 在阅读中成长

□韦红晓

今年，我校语文课题组的老师在任教的班级开展了“创建班级阅读文化 培养学生阅读习惯”的活动。活动的具体内容为：设立班级图书角，营造书香班级环境，设立课前自由读、课上导读等“四读”时间；提倡同伴共读，师生共读；组织各种读书活动。

活动开始后，学生读书的热情空前高涨，学生的阅读量不断增加，独立阅读能力日益增强，语文综合素养得到了整体提升。

班里有名学生在入校时作文只能写二三百字，而且语言逻辑混乱，错别字也不少。刚开始举行读书活动时，他拒绝参加。后来，看到其他同学人手一本书时，他着急了，又争着参加。几个月下来，该同学作文里的错别字减少了，语句也通顺了，作文篇幅也长了。不仅如此，他的言行也变化了很多，对人彬彬有礼，做事也不毛糙了，老师同学都说他像变了一个人似的。

读书活动得到了家长的广泛关心和支持。看着孩子在课外阅读中不断进步，看着孩子在书的世界里成长，家长们不再担心读课外书会影响孩子的学习，许多家长还为孩子建立了家庭图书角。课题组实验班学生人均图书拥有量大幅度提高，这种读书热潮很快影响到其他班级，学校兴起了读书热。

利用图书角创建班级阅读文化对培养学生的阅读习惯起到了非常好的引导作用，该活动也成为我校一道靓丽的风景线。

(作者系洛龙三中教师)

汇集集体智慧 构建高效课堂

□师睿

近日，市六中举行了“信心课堂”课改研讨会，分别以文、理科的两节观摩课为例，进行了深入地课改研究。其中，理科课程是赵琳辉老师讲的《有理数乘方》，文科课程是王华丽老师讲的《塞翁失马》。

观摩课结束后，课改领导小组根据老师们填写的听课反馈表，对课堂评价进行汇总，并整理出相应的改进办法。在当前导入、自主、合作、训练和拓展五个课堂环节的基础上，进一步完善课堂模式，构建高效课堂。

据了解，此次研讨会是研究“‘信心课堂’教学模式探究”课题的一项重要工作，本课题由该校校长史林旭主持，于今年6月通过河南省教育科学“十二五”规划领导小组专家的评审、核准，成功立项。



科学方法记单词 考试提分就是快



上周，本刊“互联网+英语”公益班在市十九中举行高三年级的结课典礼。在本月的月考中，公益班的张英明英语成绩进步了21分，荣获公益班一等奖学金。

公益班高三(1)班的班主任介绍，本次月考全班学员平均提高9分。自开

课至今，全班学员实际学习天数为45天，共学习2150个单词，相当于完成了高一、高二的单词学习。学员学习的每个单词都在平台上经过了3遍强化，学习效率大幅提升，成绩进步也是自然的事。

学员快速提分，得益于智能英语平台上的专利技术“记忆引擎”。它会

在“人机互动”式学习中全程记录学生所学的内容，根据每个学生对单词记忆的强度、对错次数等，科学聚焦生词、熟词、夹生词，并在学生的“黄金记忆点”上精准提示其复习。平均每个单词学习3至7遍，学生即形成牢固的“母语式记忆”。

目前，本刊“互联网+英语”公益助学活动持续进行，现面向全市小学、初中、高中各年级学生征集免费试学学员。各年级限30名，先报先得。

活动时间：自即日起接受报名(学生在校期间，家长可预约试学名额)

报名电话：65101235 60879288 15539737790 13838845013

学习地点：西工区中州中路郑州大学附属洛阳中心医院对面、洛城宾馆5楼红杉树智能英语

高三年级课改获奖合影