

亲亲康桥 020 期

Qinqin Kang Chiao



创办人：李万吉 发行人：钟鼎国 陶秀蝉 发行单位：西安曲江康桥学校小学部 编委：刘蓉侠 王珈琳 责编：生辅组

从体育探索中心视角谈康桥体育教育

体育探索中心主任 王珈琳

康桥的体育教育实践在课堂与课间中，透过日常的体育教育养成学生运动竞技、运动健康、品格群性等素养教育的目标。学校透过日常体育课程、阳光课间时间一步一步达成所设定的素养目标，每周共有四节体育类课程，包含两节体育课、两节游泳课，并且每日确实实施早晚两次大课间时段。

一、每周四节的体育教育，我们做什么？

四节的体育教育，包含了每周两堂的体育课、两堂的游泳课，并从三年级开始，从每周四节的体育教育课堂中，安排四次探索课、四次高尔夫球课。康桥的游泳教育源自于台北校区从一年级起，透过分组帽色能力检定的方式，培养孩子一项一辈子的运动习惯；从体育课程中培养团队合作精神、竞争意识，依照低中高年段设计特色项目，从高年级开始融入外教教学；高尔夫球中除了供孩子一项尖端的运动项目外，培养孩子专注与耐心；在探索教育课程中，培养共同解决问题能力、多元思考能力并培养学生勇气与毅力。

二、体育教育从安全做起。

为了让孩子动的安全，学校针对校园所有的运动场地在孩子入校前进行每日基础巡检；游泳馆每日发送水质报告、每堂课前进行水质检测；高空场地每两周固定进行设施测试检查；此外，每逢寒暑假前后，由体育探索中心同总务、校外第三方会针对每个项目专项测，以保障孩子在运动中的安全性。

学校坚信，唯有安全的设备、妥善的环境，才能够让孩子们动的健康，健康运动着！

日常的体育教育外，会以年度为孩子规划菁英课程、运动会、水运会、铁人赛，全方位的提升孩子展现自己的平台与契机。

三、以体验式教育为奠基的菁英课程。

康桥的菁英课程，不仅仅是研学。最常被问到的：「菁英课程不就是公办院校的研学吗？」学校能很有底气地跟家长说，绝对不是。康桥菁英课程设计之初，是依照孩子身心发展的阶段作为对标的资讯，以体验式教育的方式带着孩子了解认识世界的方式，了解与人合作的精神，逐步的突破舒适圈，创造自己人生的高峰经验。一路从小学到初中到高中，一个阶段一个阶段的菁英课程，持续的给孩子赋能。此外，在学科融合的方式，让所有教室内的知识，延展到户外（自然之中），向天地学习。

在小学阶段最引家长关注的，肯定是六年级“筑梦秦岭·圆梦秦岭之巅”，冰晶顶登顶领取毕业证书的G6菁英课程。每年我们带着一批又一批孩子，创造自己小学生涯中的不平凡，留下了一届又一届的伟大故事！

邀请每一位家长，鼓励并要求孩子投入到每一届的菁英课程中，跟孩子讲100个勇敢的故事，倒不如带孩子亲身经历挑战一次勇敢，菁英课程——这就是我们在坚持的精神！让我们共同成长！

四、运动会、水运会、铁人赛展风采。

“三会”——是全校每年的三场重要运动盛典，同时也是体育教育展现的平台，日常的积累展现在每一场的赛场中。运动会会在每年的四月份、铁人赛会在五月份、水运会会在十二月；必定是每一位孩子、家长在年度中引颈期盼，尤其是铁人赛事，会让孩子亲身经历一次同社会赛事一般的赛典体验，从报名、领取物资、晶片计时、颁奖等完全复刻进校园。

“三会”，让孩子在汗水中享受荣耀的光彩，同时培养运动的观赛礼仪，敬重每一位场上的运动员为之喝彩；看得懂每个赛事的规则，享受赛场上的精彩过程。

五、从日常体育教育到专项校队训练。

“校队”是学校体育教育的延伸，在专项喜爱的项目中全身心的投入，目前小学校队共有篮球、足球、攀岩、游泳、田径等五项，校队的成员不仅是运动的选手，更是康桥运动文化的推广者，透过每周三次早训、两次下午训练的模式扎实训练成效。近年，随着校队的发展，在不同的联盟赛场上，都能见到学生优秀的身影。

- **篮球校队：**西安地区国际学校联盟赛U11冠军、U8季军。
- **田径校队：**西安地区国际学校联盟赛U12、U14冠军；曲江新区运动会多项前六名、WES田径公开赛西安站3金1银。
- **游泳校队：**陕西省第七届游泳俱乐部多项前八名。
- **足球校队：**西安地区国际学校联盟赛亚军。
- **攀岩校队：**2024凯乐石攀岩之星系列赛（西北区）U9个人难度赛第一名、攀石赛第二名。

康桥的体育教育，不仅是锻炼，更是全人教育的理念。我们会一直坚持康桥的每位孩子，健康、快乐、平安、喜悦！

小学部重要事项行事历

▲9/18	优秀暑假作业展	▲9/29	家委成立大会
▲9/18	新生适应评估开始	▲9/29	德育活动:第1期Hello Book阅读分享
▲9/18	管弦乐团开始团练	▲10/8	德育活动:第1期“21天习惯养成活动”开启
▲9/19	G3菁英课程(小小飞行员)	▲10/12	德育活动:第2期Hello Book阅读分享
▲9/21	小学部家长会	▲10/17	G1菁英课程(小小动物观察家)
▲9/21	新生游泳教学分班完成	▲10/19	G6第二次山训
▲9/22	G6第一次山训	▲10/21	康桥Time第3次上课
▲9/23	康桥Time第2次上课	▲10/24	G3「学习小达人」竞赛
▲9/23	第二轮探索课程启动(高空挑战)	▲10/24	G2英语活动
▲9/26-9/27	G5菁英课程(峡谷生存挑战营)	▲10/31	万圣节活动
▲9/28	九月“礼书之星”评选		

星辰图书馆来报

<<爱心小志工招募>>

- 1.9/1-9/20报名；9/23-27面试及培训；9/30始上岗。
- 2.上学期已是志工的同学，只需前来报名，免面试。
- 3.服务内容：环境小尖兵、书架守护者、得力小助手、流通小天使。
- 4.服务奖励：服务时数前10名，期末可参加志工小餐聚。

<<图书馆新书等你来>>

图书馆9月为同学们添购了200多本新书，有苍蝇小子全集、皮特猫全集、内裤超人、漫画半小时、黄同学漫画等，别忘了带上学生证来图书馆带他们回家跟家人分享。

<<阅读存折礼物大换新>>

阅读存折你有几点了啊？赶紧把你阅读过的书都写到阅读存折，来图书馆兑换礼物，这学期礼物可有很多不一样的，等你来探索。



康桥探索课程 | 积累探索与勇气的试炼

体育探索中心活动探索组

01 康桥探索教育系统

康桥开办探索教育课程(Adventure Education Course) 三年级至八年级为特色课程统一于体育课程里进行,每学期采用4+1的模式,依据类型探索课程分为高空课程(High Element)、低空课程(Low Element)、平面课程(Portable courses)。在探索教育课程中,学生学习共同解决问题能力、多元思考能力并培养学生勇气与毅力。

探索教育特色课程让学生在小组制度中挑战自我、团队沟通合作,培养问题分析与解决问题的能力。同时,学校通过课程注重学生探索自我发展的过程,并分享个人的经验与感受,体会参与团体活动的历程,面临逆境能乐观积极的负责完成分内工作,并与其他人有效沟通与合作。



02 课程基石—全方位价值契约

(◆型塑团体行为与规范,尊重彼此想法)

首次课程中,学生以小队方式进行,老师带着大家讨论属于各小队的全方位价值契约(Full Value Contract),凝聚共识、建立共同的价值观与共同的目标,未来将以此为基础,进行各项挑战活动,让同学们从活动中学习共同解决问题的能力。

团队与团体两者间最大的差别在于除了拥有共同的目标外,更着重于个人参与决策的权力,团队成员对彼此的责任,较团体中出现更多的横向沟通,因而团队里的成员对于沟通与协调能力较团体成员更显得重要。因此,透过全方位价值契约建立,让队员们寻找出属于各小队合理、成员彼此可以接受的冒险行为与目标。



04 平面课程,团队默契

(◆培养孩子共同解决问题的能力)

平面课程中,老师先布置场景、讲解游戏规则,队员们经过沟通讨论,尝试挑战在透过失败总结,再次突破完成挑战。老师再进行引导反思及总结。锻炼小队之间的沟通协调能力和默契程度。

期望学生们能从体验与探索中了解自我、建立自信与培养解决问题的能力,再透过团队活动,学习同侪相处、共同合作、产生同理心与责任感,让康桥的学生真正达到适性发展、勇于追求自己梦想的目标。

06 引导反思, 菁英拓展

(◆兴趣是孩子最好的老师)

探索课程中,引导反思的环节必不可少,在每次的课程最后阶段,老师们通过提问、引导及分享的方式期望学生们能从体验与探索中了解自我、建立自信与培养解决问题的能力,再透过团队活动,学习同侪相处、共同合作、相互接纳,产生同理心与责任感,让康桥的学生真正达到适性发展、勇于追求自己梦想的目标。

03 挑战高空, 流星闪耀

(◆让孩子学习勇于面对未知的挑战)

在高低空挑战中,更考验着团队的默契与个人的勇气。挑战过程中,队员们必须妥善的分工与互助,让在进行高空挑战的队员能够更专注的自己的恐惧,克服环境带来的压力以完成各项高空挑战,因此挑战者的成功来自于队员们的保护与支持,团队责任感也油然而生。

高空课程课前老师教授保护方法,采镜面教学且拆分步骤讲解,学生跟着一步步练习实践。遇到操作不熟练的同学,老师会一对一进行讲解,让孩子一节课既学会攀爬,也学会保护。

保护、下降时,学生和老师的相互配合。学生掌握技能,独立完成保护队员的任务。挑战前:对确保口令,检查装备,老师需再次检查学生装备;挑战时:学生在高空会有恐惧心理,同学老师给予鼓励的同时,手抓确保绳确保学生的安全;下降时:老师需协助确保同学完成保护。遇到不敢攀爬的学生,老师们会鼓励并引导学生尝试完成。



05 专业场地, 师资保障

(◆安全仍为首要前提)

为达到康桥探索教育核心目标与各阶段发展目标,学校建设高低空挑战场(巅峰广场),攀岩墙(抱石攀岩墙、先锋攀岩墙),高空挑战项目20项、低空挑战项目6项,总计26项;西安曲江康桥高低空挑战场亦符合ACCT之标准,建制后为西北地区于校内建置相关设施之最大型场域,配合室内场馆满足课程需求。我们的挑战场也已获得国际教育组织PA(Project Adventure)认证,为康桥学生开展的教育课程提供更为专业场域。

同时,探索教育课程统一采用法国Petzl专业户外装备,及探索教育老师均持有国际野外高级急救证WAF(Wilderness Advanced First Aid)、山地户外社会体育指导员证、攀岩指导员证等,为同学课程中的安全保驾护航。

什么是看不见的学力?

体育探索中心活动探索组

康桥的校本菁英课程

菁英课程作为康桥的校本课程,以体验式教育为基础,秉承康桥教育理念,全面推进素质教育的同时,也丰富了学生的课外生活。随着年段的提升,启发学生的学习思路,全面提升学生的知识技术创新,培养劳动技能、团队协作、思维力、品格力、领导力、共同解决问题等学生可以带着走的能力。正是这些看不见的学力,才足以成为基底让我们的康桥学子们成为具有国际竞争力的社会菁英。

康桥的菁英课程有别于其他传统公办学校的普通研学活动,体现在课程实施的前、中、后期,分别来自教务处、英语IB课程中心、体育探索中心的老师们分别进行课程融合的讨论,用心落实了的课程设计理念及课程成果展示准备,用一次次的尝试体验,收获不一样的成长。

课程前期,首当其冲就是资料的准备,在每一个菁英课程前期规划时,具体包含了实施规划/计划、预估本年段学生参与人数、确认活动流程及地点、人员配比(校内+厂商),随后与厂商对接,确认方案及课程整体流程。在此过程中思考并融入亮点与创新,例如将课程本身进行跨学科整合,融入体验式教育概念等。在每个独立资料夹的管理下,经由例如场地、餐食、进校、物料等方面方面的考量,配合复杂且细致的行政作业,缜密的逻辑梳理,为正式课程的实施打好先前基础。

课程实施阶段,学生的安全为最基本考量,落实在如出勤统计、群组汇报。同时,团队也配备有专业医师及保障团队,全程为课程保驾护航,随时关注学生的身体状况;用餐环节更为关键,老师们都将全力照顾到每一位同学在课程中的学习成效,并且在收获满满的同时,为同学们留下更为精彩的瞬间。特别之处在于,在每个年龄段的菁英课程实施中,所有的课程环节以校方为主导,关注并提前想到下一步,落实相关细节。

课程后期,不仅有花絮、视频、公众号的发出,更有更为重要的课程成果展,让每位同学投入其中,在班主任的领导与指导下将所学习到的知识得以运用并表达出来,这就是课程的意义与产出。另外,满意度调查及精进会议的召开则是带给团队反思,哪里还有更值得精进的地方,更多的建议与意见是让康桥菁英课程持续精进的源动力。

康桥菁英课程看似是我们团队每一年都在做着同样的事,好像只是去骑骑车、爬爬山,但真正每一届的学生透过每一次的菁英课程,对于每一个学生来说,都是收获他自己独特经历与成长的机会。透过菁英课程,我们看到的是舍我其谁的勇气、积极热情的参与、感恩回馈的反思。在未来,相信菁英课程能持续精进并优化,给予康桥学子们更多的课程体验与收获。

康桥菁英课程设计——小学阶段

(◆脉络与亮点)

菁英课程每学年各年级一次,课程融入各个学科的知识,希望学生能通过菁英课程将校内课程相链接的知识得到升华。再透过团队的活动,与同伴相处学会包容、互助、协作,凝聚班级向心力。

菁英课程作为康桥学校的特色校本课程,深受学生及家长的喜爱。各年段的课程都针对学生的身心发展规律特点而制定,从课程目的出发,促进学生全面发展。

G1小小动物观察家

一年级的菁英课程我们会去到秦岭四宝科学公园,秉持康桥菁英课程精神,全面推进素质教育,丰富学生课外生活,启发学生的学习思路,通过利用有效的地方资源促进学生的发展,开拓孩子们的视野、丰富知识,满足孩子们的好奇心和求知欲,激发学生对大自然的热爱,增强学生保护动物的意识。

- 一、通过秦岭独有的动物,让小朋友认识秦岭,了解秦岭。
- 二、培养学生团结互助、相互关怀、促进人际关系发展。

本次课程还需要同学们将观察到、学习到的知识予以运用,每个动物站点都有相应的闯关任务需要完成,比如通过团队合作的形式完成动物拼图,动动小手制作属于自己的熊猫手办等。每完成一个任务,同学们就会获得一枚动物徽章,集齐四个徽章可以兑换终大奖——大熊猫挂件一枚,这也象征着孩子们圆满完成了“小小动物观察家”的挑战。

G2奇妙植物小侦探

二年级的菁英课程我们走进色彩缤纷的植物园,做一个打开五感的植物小侦探,用自然笔记的方式记录初夏美好,我们将会:

- 一、了解植物的生物学特征
- 二、了解植物的六大器官以及生长规律
- 三、了解植物与人类的关系
- 四、提升学生对周边自然环境的感知力,激发自然探索的好奇心

五、学会简单的植物以及生物多样性的调查、辨识方法

六、思考生物之间,生物与气候、环境间的关系。以植物为师,结合观察和发现,创作一份独一无二的自然笔记作品,自然的滋养就这般“润物细无声”地走进我们的心田,同学们完成并学习各种挑战与学习任务,就可收获相应的自然徽章,集齐徽章后,每位同学还可获得一个自然盲盒!

G3小小飞行员

三年级菁英课程秉承康桥教育理念,全面推进素质教育,丰富学生课外生活,启发学生的学习思路,全面提高学生的知识创新和技术创新能力,及培养学生文化科学、劳动技能的实践性课程。

一、在菁英课程中,通过真飞机参观、模拟体验、沉浸式体验、视频播放、人工讲解互动等,以寓教于乐的方式传播航空文化,播撒航空梦想。

二、在菁英课程中,通过了解航空文化、航空知识,使青少年关注航空事业,培育爱国主义情怀,为国家储备更多的航空人才具有重要的现实意义。

三、菁英课程后,持续关注航空科技发展,展望航空职业规划与憧憬。

同学们完成并学习各种挑战,获得了小小飞行员贴纸,集齐贴纸后,意味着今天的飞行旅程顺利抵达目的地,同学们也将获得一个C919立体拼图,并完成相应的课后作业。

G4小小农夫

四年级菁英课程我们将和孩子们一起在这里拔秧、插秧,通过在稻田间的劳作体会食物的来之不易,去理解粒粒皆辛苦。见证一个禾苗成长为饱满的稻米的过程,观察它们,感受生命的力量。通过真实的田间体验以及趣味的田间游戏,让学生了解我们与食物的关系,并了解背后与生态中生物多样性的关系,了解学习稻田的生物多样性,并且落实联合国可持续发展目标中的内容,让每一个孩子都成为行动者。

一、学习插秧的方法技巧,从而体会到传统农耕文化的脉脉相承,感悟劳动光荣,劳有所获。

二、了解我们与食物之间的关系,珍视生物多样性,并落实联合国可持续发展目标中的内容,让每个孩子成为行动者。

G5峡谷生存挑战

五年级的菁英课程为峡谷生存挑战,从到达基地开始,最初的营地建设,搭建团队的大本营,逐步通过户外取火,保存火种,学会辨认户外生存环境,人与自然共处,搜寻食材及户外烹调美食等关卡让学生以团队协作配合的形式完成基本的生存挑战。户外生存的环境是多变的,除了基本生存外还需面临复杂的地理环境及河流等,扎筏泅渡与皮划艇则是通过动手制作木筏,学习观察水流风向等掌控划桨技巧克服困难。户外生存是一门人与自然相处的方式性学问,从了解自然,顺应自然环境,巧用自然资源到战胜自然困难。

我们希望:

- 一、参与户外活动,学习户外知识、团队协作、开拓视野、培养团队精神。
- 二、活动期间以团队来迎接挑战,从团队初建立,到提高团队配合协作能力,以合宜的态度在团队中与人相处,探索并表现自己在团体中的角色。

G6筑梦康桥·圆梦秦岭之巅

六年级筑梦康桥·圆梦秦岭之巅菁英课程要求同学透过自己的双脚与小队组员的相互扶持,抵达山顶领取小学毕业证书的过程中培养沟通交流、问题解决、互助合作、相互关心等人际关系与能力,从而提升登山徒步知能与强健体魄、增进师生体能、耐力与意志力,并落实「敬山」、「净山」、「静山」,激发守护山林、向山学习的信念。

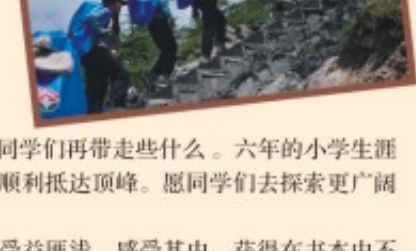
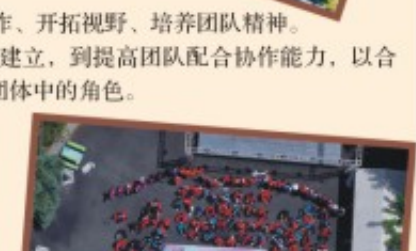
一、透过自己的双脚与小队组员的相互扶持,抵达山顶领取小学毕业证书。

二、培养沟通交流、问题解决、互助合作、相互关心等人际关系。

三、提升登山徒步知能与强健体魄、增进师生体能、耐力与意志力。

在康桥,除了书本上的知识,我们总还让同学们再带走些什么。六年的小学生涯像是人生中的第一座山峰,六年的攀登,同学们顺利抵达顶峰。愿同学们去探索更广阔的世界,迎接新起点、接受新挑战!

透过小学各年段的菁英课程,相信同学们都受益匪浅,感受其中,获得在书本中不一样的知识,体验与成长。



康桥的校本游泳教学—向阳而上，泳池中的教育

体育探索中心体育发展组

壹、教育理念

一、学习游泳，掌握游泳技能。

游泳不仅是一项运动，更是一种生存技能。让学生在水中自如地移动，培养他们对水的适应能力和身体的协调性。

二、通过游泳技能，锻炼身体，促进身体发育。

游泳能够调动全身的肌肉群，有助于塑造良好的体型，增强心肺功能，提高免疫力，促进骨骼生长，为学生的健康成长打下坚实基础。

三、掌握游泳技能，学会救生技能，在危机情况下能够自救或救援。

在面对突发的水险时，拥有游泳和救生技能可以增加生存的机会，同时也培养学生的责任感和勇气，让他们有能力在关键时刻帮助他人。

四、通过帽色分级，让学生有目标，培养学生的进取意识。

这种分级制度为学生提供了清晰的进步阶梯，激发他们不断挑战自我，追求更高的水平，培养积极向上的竞争心态和坚持不懈的精神。

五、在自我提高中，让学生明白努力才会有收获。

每一次泳姿的改进，每一次速度的提升，都源于学生自身的努力。通过游泳学习，让他们深刻体会到只有付出汗水，才能取得进步，从而形成正确的价值观和人生观。

贰、实施目标

一、人人都是游泳小能手。

确保每一位学生都能熟练掌握至少一种游泳姿势，具备在水中安全畅游的能力，让游泳成为他们生活中的一项自信来源。

二、杜绝溺水，从“我”做起。

通过系统的游泳教学，提高学生的水上安全意识和自我保护能力，使他们能够正确应对水中的危险情况，从而有效降低溺水事故的发生概率。

三、增强体育锻炼，让每一名学生都是健康体质小标兵。

以游泳为切入点，激发学生对体育活动的热爱，培养他们养成长期运动的习惯，全面提升身体素质，拥有健康的体魄去迎接未来的挑战。

叁、发展重点

一、体育运动，增强学生体质。

将游泳纳入学校体育教育的核心部分，结合其他体育项目，形成多元化的体育课程体系，全面增强学生的体质和运动能力。

二、学会游泳，掌握一项终生受用之技能，让溺水事件远离康桥。

持续优化游泳教学方法和课程设置，确保每一位学生都能真正掌握游泳这一重要技能，使之成为伴随一生的健康保障。

三、丰富体育课程内容，不局限在常规体育课程。

引入更多新颖、有趣的水上运动项目，如水上瑜伽、水上健身操等，激发学生对体育的兴趣，拓宽他们的运动视野。

肆、游泳教学活动

一、常规活动

(一) 实施对象：一至六年级学生

针对不同年龄段的学生，制定个性化的教学计划，因材施教，确保每个学生都能在原有基础上有所提高。

(二) 授课时间：每学期每班20节课(85分钟)

合理分配教学时间，包括热身、技能讲解、练习和放松环节，让学生在充分学习的同时，避免过度疲劳。

(三) 课程内容

每位学生第一节游泳活动开始前会先测试，根据测试游泳等级按照以下划分标准，将学生分为小班教学。游泳特色活动每周二节，以帽色区分采分级教学进行，如初学者是白帽，先学会自由式，晋级到黄帽学习仰泳，蓝帽学习蛙泳，红帽学习蝶泳，黑帽是学会四个泳姿后自我技能提升，爆发力，耐力。在教学过程中，注重培养学生的正确姿势和呼吸方法，逐步提高游泳速度和距离。

二、延展活动—自救内容

(一) 实施对象：一至六年级学生

(二) 活动时间：每学期4节课

(三) 活动内容：根据游泳等级制定自救活动内容，白帽学习韵律呼吸，黄帽学习仰漂，蓝帽学习踩水，红帽学习抬头蛙泳，黑帽学习衣物自救与抽筋自解。同时，进行模拟溺水场景的演练，让学生在实践中掌握自救和互救的技能。

三、教学标准与考试标准

各泳姿标准姿势，一至三年级各泳姿不间断游15米，四至六年级各泳

姿不间断游25米。并定期对学生的游泳技能进行考核评估，及时反馈学生的学习情况，调整教学策略。

四、游泳等级标准

西安曲江康桥学校游泳等级划分标准			
帽色分级与自救技能			
帽色	等级	游泳技能	自救技能
白	1级	怕水 吹泡泡	韵律呼吸10M 韵律呼吸20次
	2级	闷气 漂浮	动作舒展，不借助外力
	3级	漂浮打水 闷划	水母漂30秒 藉物漂浮 60秒
	4级	自由泳(动作加强)	韵律呼吸25M 水母漂15秒3次
黄	5级	自由泳ok	仰漂120秒
	6级	自由泳ok仰泳(动作加强)	抽筋自解
蓝	7级	自由泳ok仰泳ok	了解踩水
	8级	自由泳ok仰泳ok蛙泳(动作加强)	踩水20秒
红	9级	自由泳ok仰泳ok蛙泳ok	(三种踩水法 蛙脚 剪刀式 搅拌式)
	10级	自由泳ok仰泳ok蛙泳ok蝶泳(动作加强)	踩水120秒 上学期
	11级	自由泳ok仰泳ok蛙泳ok蝶泳ok开始教转身	踩水180秒 下学期
黑	12级	自由泳50M50秒内	衣物自救 抬头蛙25M 抬头捷25M 基本仰25M
	13级	自由泳100M1分50秒内	四式200M 侧泳25M 潜泳25M

伍、活动特色

一、分帽色教学，培养向上意识。

通过鲜明的帽色区分，激发学生的竞争欲望和进取精神，形成良好的学习氛围，促进学生之间的相互鼓励和共同进步。

二、开展游泳教学，培养带的走的终生技能。

游泳是一项不受场地和时间限制的运动，学生在毕业后仍能继续享受游泳带来的乐趣和益处，养成终身运动的习惯。

陆、教学成效

一、学会游泳技能，培养带的走的终生技能。

经过系统的学习，学生们不仅掌握了游泳的基本技能，还培养了对游泳的热爱，为今后的健康生活奠定了坚实基础。

二、增强体育锻炼，提升体能、耐力、毅力。

长期的游泳训练使学生的身体素质得到显著提升，在体能、耐力和毅力方面都有了质的飞跃，为应对学习和生活中的各种挑战做好了充分准备。

三、培养安全意识，降低溺水风险。

通过游泳教学和自救技能的培训，学生们的水上安全意识得到增强，能够有效预防溺水事故的发生，为生命安全保驾护航。

四、塑造积极心态，促进全面发展。

在游泳学习的过程中，学生们不断克服困难，挑战自我，培养了坚韧不拔的意志品质和积极乐观的人生态度，有助于他们在学业和未来的职业生涯中取得成功。



开启康桥体育特色课程，绽放活力青春

体育探索中心体育发展组



在追求全面发展的教育征程中，体育特色课程宛如一道璀璨的光芒，照亮学生们成长的道路。

体育，是力量与美的融合，是坚韧与勇气的象征。我们的体育特色课程，以专业的教学、丰富的内容和创新的形式，为学生们打造一个充满活力与挑战的学习平台。

在这里，学生们将体验到多元化的体育项目。有传统的田径、球类、跳绳、韵律活动类、体育游戏类、新兴项目等。每一个项目都经过精心设计，每学期共分为四个阶段，每个阶段教授一项特色运动，学习技能由易到难，由简到繁，将运动技能达到熟练掌握，期末以班级比赛的形式让学生体验运动的乐趣。无论你是运动小白还是体育达人，都能在我们的课程中找到属于自己的舞台。

专业的教师团队是我们体育特色课程的核心优势。每位老师拥有丰富的教学经验和专业的知识背景，能够根据学生的不同需求和水平，制定个性化的教学计划。

不仅传授运动技巧，更注重培养学生的团队合作精神、竞争意识和坚韧不拔的毅力。在他们的指导下，学生们将在体育的世界中不断超越自我，实现个人成长。

体育特色课程还注重培养学生的综合素质。我们通过组织体育比赛、户外拓展活动等形式，让学生们在实践中锻炼自己的领导能力、沟通能力和解决问题的能力。同时，我们也关注学生的心理健康，通过体育活动帮助他们释放压力、调节情绪，培养积极乐观的人生态度。

加入我们的体育特色课程，就是开启一段充满活力与激情的成长之旅。让我们一起在运动中挥洒汗水，在挑战中超越自我，在团队中收获友谊。用体育的力量，塑造更优秀的自己，迎接更美好的未来！



健康小贴士——少儿参加体育运动的益处

西安曲江康桥学校小学部运动类课程丰富多样，新兴项目与传统项目相结合，强调基于真实生活情境的导入，吸引学生的注意，激发学生的兴趣，唤醒学生的生活经验，意在促进学生掌握健康知识、提升健康意识、形成健康技能，培育具有国际竞争力的社会菁英。目前开设运动类课程有体育课、游泳课、探索课、高尔夫、兴趣班、校队等。少儿参加体育运动有诸多方面的益处，主要包括身体健康、心理健康、学习能力、社交能力以及兴趣培养等方面。

① 身体健康：

体育运动有助于少儿身体健康的发展，包括促进骨骼、肌肉、心肺等器官的健康发展。规律的体育活动可以有效预防多种生活方式相关疾病，如肥胖、高血压、糖尿病等。此外，体育锻炼还能增强孩子的免疫系统，使其更不容易生病。

② 心理健康：

体育运动对少儿的心理健康也有显著影响，能够帮助孩子们释放学习和生活中的压力和紧张，减少焦虑和抑郁的情绪。运动中的成功感和快乐感能提高孩子的自尊和自信，帮助他们更好地面对生活中的挑战。通过团队运动，孩子们还能学会合作、竞争和公平竞赛的原则，这对他们日后的人际关系和社交技巧的培养极为有利。

③ 学习能力：

体育锻炼可以提高少儿的学习能力。运动可以增加大脑中的血流量，促进神经细胞之间的连接，从而提高注意力和记忆力。此外，定期的体育活动还可以帮助孩子们更好地管理时间和任务，培养他们的组织能力和责任感。

④ 社交能力：

体育活动是一个极佳的社交场所，少儿在运动中可以结识新朋友，学会与人合作，培养团队精神。这不仅可以增强少儿的人际交往能力，还能帮助他们建立健康的人际关系，学会处理人际关系中的冲突和问题。

⑤ 兴趣培养：

小学时期是培养孩子兴趣的关键时期。通过多种多样的体育活动，少儿可以找到自己喜欢的运动，为未来的运动生涯打下基础。综上所述，少儿参加体育运动不仅能够促进身体健康，还能在心理、学习、社交和兴趣培养方面带来诸多益处，是少儿全面发展的重要组成部分。

陶校长看校本菁英课程

孩子们、老师们、家长朋友们：

大家好！

通过三天两夜的艰辛努力，“筑梦康桥·圆梦秦岭之巅”曲江康桥学校2024届六年级登顶领取毕业证菁英活动圆满结束。

首先，我代表学校向为孩子们规划并实施这次菁英课程的康桥同仁、协助学校完成本次课程的西安重点户外伙伴、支持学校工作的各位家长表示深深的感谢！向全体六年级的孩子们表示热烈祝贺！

康桥学校自2002年在台北创办第一所学校开始，董事长李萬吉先生就提出「创造梦想，帮助孩子圆梦」小学毕业班菁英课程育人目标。登顶领取毕业证这个创意课程从台北的雪山推广到大陆。2024届“筑梦康桥·圆梦秦岭之巅”毕业班菁英课程，在历时一年，经历6次山训后，140名同学参加了登顶活动，其中129名同学顺利登上冰晶顶领取了毕业证，10名同学登上草甸坡领取毕业证，1名同学因为脚受伤转为志愿者，在缆车上站供给点领取了毕业证。

各位家长，我有幸全程陪伴孩子们完成了这次课程。借此机会，我想将自己的见闻分享给各位，我们共勉。

孩子们在登山领证过程中，表现出了守纪、勇敢、互助、坚韧等优秀品格；同时也践行了“属于山的什么也不带走，不属于山的什么也不留下”的环保承诺。当孩子们在老师的搀扶下勇敢地爬上冰晶顶石峰，从校长手上接过毕业证的瞬间，脸上熠熠生辉的汗珠诠释了“登顶领证”的全部意义——会当凌绝顶，一览众山小。登顶当晚，孩子们手捧着爸妈写给自己的家书，涨红的脸庞和感动的泪水汇聚成对父母无限的感恩之情。第一天野外生存挑战项目中，孩子们了解了秦岭地质和植物分布，掌握了搭建简易庇护所、自行净化水、打绳结三项户外生存技能。在今天上午的定向闯关活动中，18个小队在思考、争议、共识中完成了任务，深度理解了什么是团队，什么是尊重与包容。三天两夜的毕业班菁英课程将大山作为学校，带给孩子们的品格力、思考力、合作力将会赋能孩子终生。

昨天下午，当孩子们全部从缆车上下下来后，我给团队发了这样一段话：各位亲爱的老师，辛苦了！秀蝉在这里给大家深深鞠躬！是你们认真负责，忘我工作，保证了今天冰晶顶毕业证的顺利颁发，孩子们全部平安归来。当我头顶白云，脚踩石海，仰望孩子们的笑脸，非常郑重地颁发出一张张毕业证的时候，我明白了：康桥精神的伟大与不易！我爱你们，也爱孩子们。写这段话的时候我热泪盈眶，眼前是陡峭山路上52位同仁黑红发亮的脸庞、脚下生风的身影；耳畔不时响起“加油！靠山体慢行”的叮嘱声，传呼机响起的“组长组长，第一小队到达补给点，开始休整”“主任，主任，最后一小队全部下山”的联络声。从上山到下山，所有的工作人员都高度紧张，高度负责，全力保护着每一个孩子，鼓励着每一个孩子。是许孩子一个美丽的未来的教育承诺和勇于担当负责的康桥精神，让一个个12岁的青春少年，徒步15公里陡峭山路，完成了成年人，甚至一个家庭无法完成的登顶梦想。

亲爱的家长朋友，亲爱的孩子们，请大家以热烈的掌声感谢我们英雄的老师！

孩子们，学校为你们规划“筑梦康桥·圆梦秦岭之巅”课程，是为了引导大家用双脚去探索人生的道路。在登顶领取毕业证的过程中明白：要实现人生的目标，必须走出舒适区，战胜自我，克服困难，创造巅峰。

希望在日后的学习、工作中，每当遇到困难的时候，能够想起这次菁英课程，勇敢地面对一切挫折和挑战。

最后，针对毕业前近三个周的校园生活，希望我们老师能够围绕小升初，创造性地为孩子们规划好毕业课程，让每节课宁静地润泽学生略显浮躁的心灵；希望家长朋友给孩子多一些陪伴和引导，让每个孩子勇敢而淡定地步入中学生活；希望热情奔放的少年们，在亲师的教导下，珍惜最后的一段小学时光，勤于学而卓于身，做最好的自己。

谢谢大家！

陶秀蝉校长在“G6菁英活动结业式”的勉励稿



家长眼中的菁英课程

G1霍同学家长

课堂走出教室，观察大自然与小动物交流，这是大自然给孩子们上的一堂最有收获的课，相信这位看不见的讲师可以在孩子们的心里种下探索知识的种子，引领他们主动地想要去探索更多的未知，孩子们在有限的童年里发挥着属于他们的无限想象力。



G2顾同学家长

很棒的研学活动——孩子们在大自然的真实场景中感受着动物、植物，春天的一花一草，同时又结合了课本知识，打开了孩子们的认知。再次感谢老师的辛苦付出，记录了活动的每个精彩瞬间。让我们家长也可以同步在线感受到孩子们参与活动的热情与美好，期待日后更多更好的活动。祝菁英课程越来越好！



G3凌同学家长

孩子说今天亲自参与了火箭的制作和发射，还带回来了自己3D打印的作品，特别棒的体验，辛苦老师们了！



G3李同学家长

今天的活动好丰富呀！孩子回来讲的滔滔不绝，很感谢老师们的辛苦付出！希望以后可以多参加这样的寓教于乐体验活动。



G4侯同学家长

康桥的教育理念很好！让孩子们在实践中学习成长，感悟体会，这也是我们选择康桥的原因之一。



G6史同学家长

一年六次的山训，等来了这一次三天两晚的“圆梦秦岭之巅”——领取毕业证书！看到孩子的时候发着高烧，才知道前一天就已经开始难受了，我问他，那你怎么还要继续登顶，孩子说，既然已经来了，就一定要上去，正如你给我的信中所说，“不经历点风雨，怎么能见彩虹”看着孩子写给我的回信中提到“这次爬山比以往六次都要难，再加上我生病，难上加难！但是我还是战胜了我自己！终于站到了冰晶顶（海拔3000多米）徒步十五公里”！我想说，这次经历对你的收获是巨大的！走出舒适圈，接受挑战！相信每一次的历练都是一次成长！孩子真是长大了！



爱护校园环境倡议书

满目秋意映古城，十里芬芳醉长安。亲爱的同学们，九月的凉风又吹来了一个崭新的学期，美丽的校园热情拥抱每一个康桥学子！刷新的墙壁、温馨的音量贴、醒目的安全提示、燃情奥运的主题展板，都是学部老师精心设计送给学子的新学期礼物。

亲爱的孩子们，学校是你们生活的主场，教室是你们求知的殿堂，操场是你们畅玩的乐园。在这样漂亮、温馨的环境里学习、漫步，每个孩子都该怀有感恩和珍惜之心。为此，德育处发出如下倡议：

- 1. 墙壁：**漂亮的墙壁渴望大家用心保护，不把手印、脚印留在上面。
- 2. 图书角：**走廊、楼梯的图书角要保持整洁，书、凳要及时归位。
- 3. 如厕：**文明如厕，及时冲水。便后洗手，用纸擦手，废纸入篓。不要把水甩在地面上，防止滑倒。
- 4. 设施：**爱护玩具区、游戏巷、游泳馆、球场、操场等设施器材，不搞破坏。
- 5. 绿植：**校园里所有的鲜花、绿植、树木都是大家朝夕相处的朋友，不攀折，不私自采摘，小心呵护，如友如亲。
- 6. 教室：**教室里桌椅、扫具摆放整齐，地面洁净无杂物。
- 7. 餐厅用餐：**餐后需清理桌面杂物，架好凳子。

教室用餐：餐后请将剩饭剩菜倒入指定区域，清理桌面地面，保持整洁。
希望全体康桥学子内化于心，外化于行，携手共建和谐校园！

小学部德育处主任 刘蓉侠
2024年9月14日



Proposal for Caring for the Campus Environment

Dear students, the cool breeze of September brings a brand new semester. Our beautiful campus warmly embraces every student of KangChiao! The refreshed walls, cozy volume stickers, eye-catching safety reminders, and passionate Olympic-themed displays are all thoughtful gifts from the teachers as we start this new school year.

Dear children, the school is the main stage of your life, the classroom is where you get knowledge, and the playground is where you have fun. In such a beautiful and warm environment, every child should hold a heart of gratitude and cherish it. Therefore, the DSA issues the following proposal:

- 1. Walls:** The beautiful walls desire everyone's heartfelt protection; please do not leave handprints or footprints on them.
- 2. Book Corner:** The book corners in the corridors and staircases should be kept tidy; books and stools should be returned to their places promptly.
- 3. Restroom Etiquette:** Use the restroom civilly and flush promptly. Wash your hands after using the toilet, dry them with paper, and dispose of the waste paper properly. Do not splash water on the floor to prevent slipping.
- 4. Facilities:** Take care of the play equipment area, game alley, swimming pool, sports fields, and playground facilities; do not vandalize.
- 5. Plants:** All flowers, greenery, and trees on campus are friends we interact with daily. Do not climb, break, or pick them without permission; treat them with care, as you would a friend or family member.
- 6. Classrooms:** Desks and chairs should be neatly arranged, and the floor should be clean and free of clutter.
- 7. - In the cafeteria:** Clear the table of any clutter after eating and stack the stools properly.

- In classrooms: Dispose of leftover food in designated areas and clean the table and floor to maintain tidiness.
We hope all KangChiao students internalize these values and demonstrate them through their actions, working together to build a harmonious campus!

Department of Student Affairs
September 14, 2024

小学部荣誉榜

- ★陕西省第四届“新少年·美育杯”艺术展演 **金奖** 201班 漆玥夕
- ★全国生成式人工智能专项比赛(航天赛) **一等奖** 203班 吴昱辰
- ★2024 西安国际音乐艺术节陕西省赛 **一等奖** 203班 王妍曦
- ★“RichKidz” 年少有为陕西省少儿齐舞大赛西安站 **金奖** 204班 武亦桐
- ★第二十届快乐阳光少年儿童歌曲卡拉OK电视大赛陕西赛区 **金奖** 301班 白景元
- ★Botball机器人国际大赛 **金奖** 302班 王婧伊
- ★阳光陕西赛区、快乐阳光全国赛分级展演 **金奖** 404班 张婧楠
- ★威尼斯国际美术大赛 **一等奖** 501班 张一涵
- ★“长安韵”全国大书法艺术作品大赛毛笔书法类小中组 **一等奖** 501班 蒋熙衡
- ★2024 第十届墨尔本国际钢琴比赛决赛 **一等奖** 502班 李卓楷
- ★2024 袋鼠数学亚洲营(个人挑战赛) **金奖** 502班 赵静一
- ★中央音乐学院 2024 年第八届“央音”青少年艺术展演总展演钢琴比赛 **金展演奏奖** 504班 乔欣然
- ★2024-2025 PDE 国际舞蹈展演 西安芭蕾舞专场 **金奖** 504班 魏艾薇
- ★第六届“龙文杯”中国沙画艺术展-儿童组 **金奖** 505班 忻久然
- ★第24届西安市学生素养提升实践活动智能机器人项目
中鸣超级竞速赛小学组 **一等奖** 504班 张祖源 505班 忻久然
- ★上海虹桥“华舞杯”比赛 **金奖** 505班 胡皓一
- ★2024年第五届陕西省青少年艺术节—“小朱雀杯”单簧管小学高年级组 **一等奖** 603班 刘墨茜
- ★全国青少年美育示范展演 **金奖** 607班 刘韵行
小学部攀岩校队 朱浩泽
- ★WSE田径公开赛(西安赛区)U10女子组800M **冠军**
2024浪游烧城市田径公开赛U12女子组400M **冠军**
小学部田径校队 刘晨熙
- ★西安市田径达标公开赛U12女子组1500M **亚军**
2024浪游烧城市田径公开赛U12女子组1500M **冠军**
小学部田径校队 刘若彤
- ★西安市田径达标公开赛U14女子组1500M **季军**
小学部田径校队 李文婧
- ★2024希望之星英语竞赛陕西省获奖名单
邵翊宸Mogg 冯梓璐Claudia 李欣楷Summer 李想Tiger 吴昱辰Darren 李梓汐Olivia
陈杨梓萱Sophie 李张若汐Rossie
- ★2024希望之星英语竞赛西安市级获奖名单
陈杨梓萱Sophie 李想Tiger 胡梓茵Rita 吴昱辰Darren 李欣楷Summer 李梓汐Olivia
白益铖Kissin 邵翊宸Mogg 郝冠霖Alex 聂安歌Murphy 冯梓璐Claudia 曹劲草Ale
李张若汐Rossie 李怡君Judy