



# 美丽的社团 美丽的梦想

“做蛋糕、捏泥塑、写代码、练书法……”每周一至周三下午，都是新区外国语学校孩子们最快乐的时光。因为，这是他们走出教室，和志同道合的小伙伴们一起度过的精彩社团课。2017年，新区外国语学校启动阳光社团计划，学校根据孩子们的兴趣爱好，精心打造了机器人、3D打印、烘焙、书法、羽毛球、陶艺等81个社团，“双减”政策出台后，学校在原有的基础上探索出“课后服务1+

N”的模式，1指的是作业辅导一课时，倡导书包不回家，进行校内分层作业辅导，N指的是N种素质拓展。作为文化课学习的补充，兴趣盎然的各类社团课程为孩子们校园生活注入了更多活力与欢乐，他们自由驰骋在缤纷的社团里，带着美丽的梦想，编织童年的故事，付出了汗水，收获了成长，并在记忆里留下深刻的印记。



## 从社团课学到的

新区外国语学校五年级(4)班 雷语沁

## 书法社团让我爱上写字

新区外国语学校五年级(8)班 苏培文

书法是中华民族文化艺术的瑰宝，也是千百年来人民智慧的结晶。我爱书法，尤其是硬笔书法。我觉得硬笔书法是清秀的，是朴实无华的。当笔尖划过纸张，墨水便随着笔尖缓缓流淌于纸张之上，看着字迹，我心里倍感舒适。加入书法社团以前，我的字写得并不好，当看到书法社团教室里

的书法作品时，我觉得其他同学能写好字，我也一定可以。课堂上，我专心听书法老师讲解，认真跟老师练笔。课后回忆书法老师讲解的写字要领，继续练习。经过一个多月的勤学苦练，我的字迹有了明显的进步，还得到了语文老师的表扬，这让我觉得特别兴奋。从此，我便更加喜欢书法社团课了，这不仅激发

了我对写字的兴趣，更增强了我的自信心。感谢书法社团，它让我的校园生活变得充实。在练习写字的过程中，我也意识到我国的汉字是如此的博大精深，在今后的生活中，我一定要写好中国字，做好中国人，把汉字文化传承下去。

(指导老师 白晶)

培养兴趣。在参加社团过程中，我结交了许多爱好相同的同学，并真诚友善地对待他们，也正是因此，2018年，我有幸成为新区外国语学校“美德行为证”荣誉获得者，2020年还获得“延安市优秀少先队员”荣誉称号。同时，社团教我懂得了如何制定计划。因为社团活动都是在放学之后，所以必须合理安排自己的时间。周一到周四，先写完作业才能玩，晚上9点必须上床睡觉。周五到周日，先制定总计划，把作业和要玩的项目都列出来，

分时段进行。通过习惯的养成，这几年学习成绩稳定，我获得了“班级优秀学生”“三好学生”“期中测评总评成绩优异者”“全校寒假作业优秀奖”“校级学习优胜奖”“校级学习标兵”等荣誉奖励。参加社团最大的收获，是让我明白了坚持到底就是胜利。社团之所以要选择自己喜欢的，是因为喜欢才有动力，而制定计划和分步执行就是要想尽办法努力去完成，只有坚持到底才能获得最终的成功。(指导老师 姬娟)

## 编程丰富了我的生活

新区外国语学校五年级(7)班 马一潇

时间像大海，记忆似礁石，时光像晚风，回忆似竹叶。大海企图冲刷礁石上的痕迹，晚风企图吹散竹林中的绿叶，而我与编程之间的故事却如同礁石上的记忆那么深刻，又如同片片绿叶上的回忆那么绚丽无比。学编程有泪水也有欢乐，每当在电脑上打出一行代码时，我内心的自豪感油然而生。但是，这种自豪是有代价的，是来之不易的。我从二年级开始学编程，到现

在有三年多了。从一开始的懵懵懂懂，到中间的一知半解，再到之后的有所了解，中间花费了许许多多的汗水。for循环、数组、高精度、递归、递推……这些说起来简单做起来难的操作方法，都被我逐一攻破了。因为我表现优异，老师还让我代表学校去西安参加编程比赛呢！在老师的带领下，我和小伙伴们怀着无比激动的心情去西安参加比赛。为了取得一个好成绩，我们每天聚集在一起，不断调试我们的程序，

希望不要在比赛的时候出差错。比赛当天，我们胸有成竹，在大家的默契配合下，我们取得了省级二等奖的好成绩。我和小伙伴们拥抱着，为我们取得的荣誉而兴奋，这是我们在挥洒无数汗水最终取得的“战果”，我们付出了，也获得了回报。编程带给了我无限的乐趣，它锻炼了我的耐心、开拓了我的思维、坚定了我的意志、丰富了我的人生，让我变得更加优秀。(指导老师 陈玲)

## 助力我的音乐梦想

新区外国语学校五年级(4)班 李欣宜

我特别喜欢乐器，其中一种就是古典吉他。我小时候经常听爸爸弹吉他，每当那优美的旋律声响起，我就会沉醉其中。那时候我就决定，长大也要学这门乐器。去年，学校开办了古典吉他社团课，我毫不犹豫地就报了名，在古典吉他社团里我收获了很多。记得第一次上社团课，杜老师将吉他发到我手上时，我觉得特别兴奋，接下来老师向我们介绍了古典吉他的构造，又给我们讲了关于五线谱的知识。说完之后，便拿着吉他给我们弹奏了一

曲《爱的罗曼史》。那优美动听的声音让我们听得入了迷，仿佛置身在浪漫的海洋里遨游，幻想着自己哪一天也能弹奏出如此动听的旋律该多好。杜老师说，学吉他的过程会有些枯燥，要学好自己一定要勤学苦练。我默默地告诉自己：一定要刻苦训练，争取把吉他练成和杜老师一样的水平。每周社团课，我都认真听讲，跟着老师一起练习。回家以后也会拿起吉他，复习老师课堂上教给我们的弹奏曲调。虽然手指在按压琴弦的时候会疼，但是我依然没有放弃，因为在我的心里，一

直有一个小小的梦想。希望有一天，我能穿着洁白的纱裙，拿着吉他走上闪亮的舞台，为台下的观众演奏一曲，当聚光灯落在我的身上、台下观众为我鼓掌的时候，我应该会特别欣喜，特别自豪。通过这一年的刻苦学习，我已经会弹奏很多的曲子了，比如《铁血丹心》《温暖的爱》等等，这小小的成就让我觉得很快乐，我的艰辛付出总算有了收获。在接下来的日子，我要更加努力的学习古典吉他，希望能早点实现自己的音乐梦想。(指导老师 姬娟)

## 感受陶艺的魅力

新区外国语学校五年级(6)班 刘冯岩

要问我为什么喜欢陶艺课，原因是这样的。一年级的時候，学校组织家长参观每个社团的活动，我正好是带队的“小老师”，当我带领家长们走进陶艺室，看到展示架上陈列的陶艺作品时，便被这些有趣的“小家伙们”吸引住了，一摊泥居然能玩出这么多的花样儿来，太神奇了！我决定有机会一定要加入陶艺社团，亲手打造属于自己的艺术作品。学校陶艺社团可受欢迎了，这学期，我终于非常幸运地加入了盼望已久的陶艺社团。进入陶艺教室，老师说两个人合作做一件作品。我很快找到了合作伙伴——苗奕瑶。俗话说：万事开头难。我和苗奕瑶绞尽脑汁也想

不出做什么好。就在此时，我的目光落在了展示架上的一只用陶泥做的小公鸡身上，它有一双大大的眼睛，头上耸立着鸡冠，那昂首挺胸的样子栩栩如生。“我们做一只小公鸡好吗？”我对旁边的苗奕瑶说。“好啊。”苗奕瑶爽快地答应了。我们开始分工。我做公鸡的头和脚，她做身子和尾巴。我拿起桌上湿漉漉的陶泥开始做了。起初这块泥有些不太听话，到后来就渐渐变得得心应手起来了。我先用小木棍把陶泥切下一半，揉成一个圆形，做好了眼睛和嘴巴，并把他装搓好的圆形上，这样公鸡的头就大功告成了。“看，我的鸡头做好了。”我拿着鸡头，放在苗奕瑶面前。“哈哈哈哈哈……你这鸡

头怎么没鸡冠啊？”苗奕瑶一边说，一边做了个鸡冠贴在鸡头上。接着，我用剩下的泥做了两条又细又长的脚。这时，苗奕瑶的鸡身和鸡尾也完工了。我们细心地把做好的头、尾和脚粘到公鸡的身子上。就这样，一只活泼可爱的小公鸡诞生了。它虽然没有展示架上的那只公鸡那么精致，但在我的眼中，它是世界上最可爱、最神奇的公鸡。我的校园生活因为陶艺课程变得丰富多彩，在陶艺社团，我收获了友谊、收获了成长，还打造了属于自己的艺术作品，相信在以后的成长路上，我的“小公鸡”会还一直陪伴着我，让我昂首挺胸，勇敢向前。(指导老师 李忆楠)

## 爱上运动，一“羽”双关

新区外国语学校五年级(4)班 李近源

“你的童年我的童年，好像都一样，小小课堂大大社团，欢呀欢乐多……”周三下午4点，伴随着“叮铃铃”的下课铃声，我不自觉地哼着自己改编的《阳光女孩阳光男孩》歌曲，拿着我的羽毛球拍，飞快地奔向学校操场，开启两个小时的美好社团时光。当羽毛球与球拍的碰撞声、球鞋与场地的摩擦声回荡在我耳边之时，我感觉自己整个人都充满了活力和激情。我迫不及待地挥起球拍，和球友们打了起来。啪！我使出浑身解数给了对手一个扣球，他手忙脚乱没有接住，羽毛球从地上弹了起来……“好球！”球友们欢呼道。我嘴角忍不住上扬，一股自豪感涌上心头。

记得刚到羽毛球社团的时候，我的球技并不好，总是迟钝地乱舞球拍，让许多球都与球拍错过。看到其他同学动作娴熟地挥舞球拍时，我觉得特别失落。但我并没有一蹶不振，而是耐心地和老师同学们学习。老师说，要打好羽毛球，练好基本功特别关键。握拍、挥拍、跑米字步、发球……在老师的带领下，我认真地进行基本功的练习。不知不觉，我的基本功练习得特别扎实，还经常能接住对手发来的高难度球。球技的提升让我在球场上变得越来越自信，我从心底爱上了羽毛球这项运动。现在，打羽毛球已经成了我

的运动特长。一周两个小时的社团活动哪儿能满足我蠢蠢欲动的小心思呢？每个周末，我还会拉上躺在床上刷抖音的爸爸去羽毛球馆里肆意挥汗，每次都让爸爸疲惫地瘫坐到地上结束。羽毛球让我重拾自信，不仅如此，更让我惊讶的是，最近的视力检查中，我的视力年度增长度数远远小于妈妈同事家的小朋友。经过分析，阿姨认为这离不开我坚持打羽毛球的好习惯，于是她也拉上儿子挥起羽毛球拍，开始锻炼。打羽毛球既锻炼了我的身体，还锻炼了我的视力，真可谓一“羽”双关啊！(指导老师 姬娟)