

CBA重入群雄逐鹿时代

——2021-2022 赛季 CBA 季后赛前瞻



据新华社北京3月31日电

经历了38轮常规赛鏖战,12支中国男子篮球职业联赛(CBA)队伍进入本赛季季后赛。过去的3个赛季,广东队成功实现三连冠。然而在本赛季,辽宁队状态稳定,广厦队、浙江队上升势头迅猛,上海队迅速补

强,CBA江湖再度陷入群雄逐鹿局面。可以说,这将是近几个赛季以来冠军悬念最大的一个赛季。

在广东队以6连胜开始本赛季常规赛征程时,四连冠仿佛已经触手可及。不过,在常规赛第二阶段开赛后,广东队接连遭遇阻击,开局4场输掉3场,渐渐被第一集团甩开。第三阶段开始后,他们又接连不敌新疆、北控、山东等战绩排名中下游的球队,最终位列第五。

与最终排名常规赛前四球队的交手中,广东队均有过败绩,对广厦队甚至两战皆负。因此,本赛季季后赛可能是志在卫冕的广东队近几个赛季以来遇到的最具挑战性的季后赛。不过,本赛季广东队的阵容与此前几个赛季相比并未发生太大变化,球队底蕴仍在,还有丰富的季后赛经验。可以预料,这支曾经缔造过诸多辉煌的冠军之师将在季后赛重整旗鼓。对于所有球队来说,广东队都依然是一个强大的对手。

上赛季辽宁队本赛季状态相对稳定,虽然也遇到过伤病、阵容不整、状态低迷等情况,但依然以32胜6负的战绩拿到了常规赛头名。目前的辽宁队内外线配置均衡,士气正旺,正向着球队历史上第二个CBA总冠军迈进。辽宁队曾经9次打进总决赛,但8次夺冠失利。本赛季常规赛辽宁队高歌猛进的同时,队员年龄偏大、阵容厚度不够等问题也浮出水面,这都是辽宁队在

季后赛征程中必须要面对的挑战。

浙江双雄状态正佳,也将是冠军的有力竞争者。广厦队“三驾马车”胡金秋、孙铭徽、赵岩昊本赛季更上一层楼,胡金秋和孙铭徽也凭借一流的表现成为本赛季常规赛最有价值球员(MVP)的候选人。经历了东京奥运会三人篮球项目的历练,胡金秋在内线的打法更加丰富,尤其是中投命中率在本来就不错的基础上再度提升。常规赛,胡金秋交出了场均21分和7.6个篮板的优秀成绩单,投篮命中率高达73.1%。孙铭徽则在广厦后场“指挥官”的位置上更加游刃有余,场均拿到16.6分的同时,送出高达8.8次的助攻,达到了个人职业生涯新高。

浙江队在核心吴前的率领下本赛季打出了诸多经典战,以28胜10负的战绩排名第四。浙江队的特点是防守积极,进攻点多。作为一支年轻球队,浙江队的速度和耐力是球队在季后赛上的主要凭借之一。除了程帅澎、王奕博、刘泽一、陆文博等年轻球员继续成长外,小将中锋余嘉豪的加盟让浙江队在内线有了更多选择,位居前四,浙江队不必参加季后赛首轮比赛,但如果广东队顺利突围,浙江队就将在8进4的淘汰赛中直接面对卫冕冠军。对于浙江队来说,季后赛的每一轮都将是硬仗。

上赛季未能进入季后赛的上海队本赛季大换血,聘请了名帅李春江,引入王哲林、任骏威、袁堂文等

好手,加上李添荣等小将和刘铮、可兰白克等中生代球员,战绩提升迅猛,一度排名联赛榜首。最终,上海队排名常规赛第三,成为本赛季总冠军的另一个有力竞争者。上海队曾经在姚明时代拿到过CBA总冠军,此番再度看到总冠军希望,球队的阵容厚度和临场应变能力将成为争冠的关键因素。

深圳、北京、龙狮分列常规赛六、七、八位,三队各有特点,也都拥有着不错的整体实力。尤其是北京队,曾多次在季后赛上演“以下克上”的经典战例。在季后赛的高强度比赛中,经验丰富的北京队和深圳队将有可能给前四名造成不小的麻烦。

山西、吉林和山东也获得了季后赛资格,三支队伍都曾在常规赛的一段时间内打出过亮眼表现。搭上季后赛末班车的天津队是队史第二次打进季后赛,常规赛末段的一波8连胜令他们士气高涨。球队外援罗切斯特和本土诸多好手打出了赏心悦目的“跑轰”篮球,这种快节奏的风格或许将为天津队的季后赛之旅带来惊喜。

与以往两个赛季相比,本赛季季后赛场次大幅增加。12进8的首轮比赛就将采用3战2胜,8进4同样是3战2胜,半决赛和决赛将分别是5战3胜和7战4胜。

本赛季季后赛将于4月1日开战。首日比赛中,广东队将对阵天津队,龙狮队将对阵山西队。



图片/视觉中国 制图/张继



明确素养导向 关注任务设计

——上海市青浦区崧文小学道德与法治学科教师研修基地线上专题研讨活动

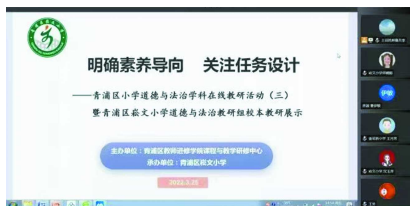
3月25日下午,青浦区小学道德与法治学科教师研修基地开展了主题为“明确素养导向,关注任务设计”的在线教研活动。活动由基地主持人、青浦区教师进修学院小学道德与法治教研员熊江婷主持,云南昆明市平镇镇中心校领导及学科教师、本区各校道德与法治教研组长、学科教师近百人通过腾讯会议观摩并参与研讨。

崧文小学道德与法治学科教研组长庄伊群围绕研修背景、研修内容和研修流程及具体的安排四个方面对本次主题研修方案进行了解读。

青浦区崧文小学教师沈玉萍就本次执教的统编版四年级下册第9课《正确认识广告》,进行了详细的单元分析和教材解析,随后展示了云录制的课堂教学。

学校主题研修活动组教师结合“三实践两反思”的课堂观察记录进行了主题研修教学研讨。云南省昆明市平镇镇中心校校长申顺永、崧泽学校教师周志杰、毓华学校教师张慧、豫英小学教师张志强都对本次展示给予高度评价。

熊江婷对本次教研活动进行总结,并提出了四



点关于开展教研活动的注意事项:一是教研活动的落脚点和出发点应在课堂内,针对教师教学中遇到的问题、困惑等,在实践中寻求解决的途径与方法;二是观课研讨时需围绕教研主题,从不同角度进行讨论;三是要开发和完善教研工具,课堂教学观察表和主题教研活动的反馈单是给予教师观课研讨的“支架”;四是注重过程性资料的积累,将教研活动成果进行提炼总结,可以生成培训课程,成为青年教师学习的资源。

路虽远,行则将至;事虽难,做则必成。崧文小学的每一位教师将坚守初心,依托学校自身的资源优势和特色继续进行教育教学研究,为提升校本教研实效砥砺前行。

让学习真实发生 线上教学实效研修

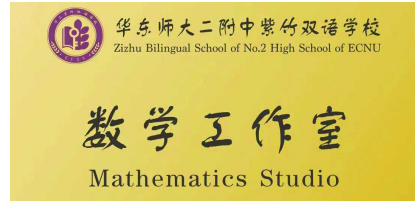
——华东师大二附中紫竹双语学校承办华东师范大学教研联盟与上海市闵行区初中数学联合教研活动

2022年3月23日下午,华东师大二附中紫竹双语学校成功承办了华东师范大学基础教育学科教研联盟与闵行区初中数学联合教研活动。根据目前的疫情防控要求,本次活动全员线上举行。

两节线上教学的观摩展示课分别由数学组教师沈克和华东师范大学第二附属中学附属初级中学教师陈慧执教。两位教师分别通过不同的教学方法和风格,引导学生学会初步添加辅助线来解决简单的几何问题,也锻炼学生提出问题、解决问题的能力。

华二紫竹双语学校副校长指出,两节课紧紧围绕教学的实效性展开,并在此基础上提出了一些思考,教师要以学生的学习为先,让课堂中的学习真实地发生、深度地发生。希望专家教师们能够从不同的视角探讨这两节展示课,进一步研讨如何在课堂中达成更有效的教学。

评课交流环节由教育学院初中数学教研员张胤睿主持。张胤睿在肯定了两位教师教学设计的同时,也希望大家继续对线上课堂教学进行研究,在线上教学背景下,设计出一些有新意、有效果的



课堂教学手段。把线下教学的一些优秀做法迁移到线上课堂,实实在在地提高课堂效率。研讨过程中,张胤睿和华东师范大学教师教育学院邵佳晨老师等多位专家和同仁相继发言,研讨氛围热烈,给数学课堂提供了更多的教学思路。

华二紫竹双语学校数学工作室中也有许多教学经验丰富的教师和国家数学教练员等,大家怀着一致的初心和目标,为学生提供“有趣、有用、有意义”的数学。这些深耕动作,成就了学生,也铺就了教师的成长之路。

“教不止,研不停”,一场教研就是一场专业的培训;一场教研就是思维的碰撞与质量的提升,华二紫竹双语学校将在未来做得更好更优秀。

“宅”家我做主 好学在云端

——上海市闸北田家炳小学学子展现少先队员抗“疫”力量

新冠肺炎疫情为校内的学习活动按下了暂停键,但是上海市闸北田家炳小学的田小少年们有条不紊地开启了云端学习之旅。同学们早早地制定好学习计划,做好在线学习准备,做自己学习和生活的小主人!

“宅家”计划我做主,争做学习活动小主人

虽然不能在校学习,但田小少年们可以为自己制定充实的“宅”家计划,在自己的“小天地”里学习成长,在温暖的家中活动,为自己安排一段妙趣横生的居家学习之旅,学习、运动、家务……居家生活同样精彩!

居家锻炼身体,争做运动小达人

特殊时期,更需要加强锻炼身体,空中课堂和体育老师们为同学们制定了专门的锻炼计划:广播体操、十字跳跃、平板支撑、居家运动项目……既锻炼了身体,又充盈了闲暇时光。身体倍儿棒,病毒才不会把你打倒!

积极参与家务劳动,争做家庭小主人

疫情当前,整洁的居家环境是身体健康的保障。家务劳动是责任也是爱。居家期间,学习做家



务,也是为父母分担的好时机。同学们学习洗衣、叠衣和缝补技能,探索家务劳动金点子,争做家庭的小主人,为生活创造更多便利和幸福!行动起来,让我们一起变身家务小能手!

疫情终会过去,我们终将迎来春暖花开之时,回到美丽的田家炳小学,走进熟悉的教室,见到敬爱的老师,和可爱的同学们一起学习成长。疫情是暂时的,珍惜每一天,安排好自己的“宅”家学习时间,这就是我们少先队员的抗“疫”力量,也是同学们难忘的成长之旅。“宅”家我做主,好学在云端,就让我们只争朝夕、不负韶华,为这段宝贵的时光再创精彩!

开学新象 你我共进

——上海市奉贤区江海幼儿园战“疫”工作纪实

由于疫情原因,江海幼儿园暂停线下教学,转而变成居家抗疫。

面对0-3岁的宝宝们,幼儿园有针对性的安排了线上早教活动,通过“有趣的五官”激发宝宝对五官的感知,有利于宝宝自我意识和社会认知的发展。

同时学校也安排了很多亲子活动,让小朋友们即使宅在家里也能进行运动。“你抛我接”“做饼干”“挖野菜”等活动锻炼了孩子快速反应应变能力、动手能力和观察能力。

不仅如此,停课不停学,成长不停步,教师们也把对小朋友的想念变成了一首首歌曲,一个个故事,让幼儿感受音乐的轻快柔美并鼓励幼儿勇敢尝试、认识周围的事物,让他们在家的日子里也能学到本领。

此外,为进一步强化新冠疫情防控,幼儿园开展全员闭环核酸检测工作。3月16至18日,江海幼儿园教职员员工响应政府号召,第一时间报名,积极



投身社区防疫,共有31位教职员员工参加属地防疫志愿者服务工作。

为协助社区做好核酸检测工作,大家一大早就到所在居委报道、认领任务,用实际行动诠释教师的责任与担当,弘扬志愿者精神。通过参加志愿服务活动,大家深深体会到了医务人员的艰辛和不易。

江海幼儿园是“小”家,社区是“大”家。31位教职员员工为大家奉献一份“心”力,同心防疫,安心守护,共同做好疫情防控,为社区平安健康保驾护航。