

体教一线

沙坑边的成长课

保靖县芙蓉学校 张鹏

五月的阳光斜铺在操场上，沙坑边缘的脚印深浅交错，像极了孩子们成长的轨迹。这节立定跳远课，本是寻常的教学内容，却在一个女孩的跳跃里，让我看见了教育最温暖的模样。

小菲是班里最安静的女生，每次轮到她练习时，总是默默退到队伍最后。她的动作总是带着迟疑——摆臂不够有力，蹬地时重心后移，整个人像片轻盈却缺乏方向的羽毛，落点总比同龄人近半米。那天我注意到她鞋带松了，蹲下帮她系紧时，触到她手背细细的汗珠。“老师，我是不是永远跳不远？”她的声音轻得像片云，却压得我心里发沉。

“我们先不着急跳远，先试试‘摆臂找风’的游戏好不好？”我带她到单杠旁，让她双手握杠前后摆动，感受腰腹发力的节奏。“想象你的手臂是船桨，每一次划动都要把自己往前推。”她专注的眼神里渐渐有了光，摆臂时扬起的风掀起碎发，露出光洁的额头。当她第一次在沙坑留下清晰的脚印时，周围同学自发鼓起掌来，小林甚至蹲在沙坑边用树枝画了颗星星：“这是小菲的专属着陆点！”

最动人的时刻出现在自由练习环节。我看小菲主动站到起跳线后，深吸一口气，摆臂幅度比以往任何一次都大。她腾空的瞬间，阳光在睫毛上跳跃，落地时膝盖微屈，身体稳稳前倾——整整进步了20厘米！孩子们欢呼着围过来，小宇掏出笔记本认真记录：“菲姐突破纪录日，宜庆祝！”她摸着发烫的脸颊笑了，那抹笑容比五月的槐花还要明亮。

收器材时，我看小菲蹲在沙坑边，用指尖把自己的脚印轻轻抹平。“老师，原来跳远不是和别人比，是和自己的胆小较劲啊。”她的话让我忽然意识到，体育课的意义从来不止于达标线的数字。当我们教会孩子用摆臂的力量对抗犹豫，用蹬地的勇气打破退缩，沙坑便成了最好的成长实验室。

暮色漫上跑道时，最后一粒沙尘在风中落定。看着孩子们蹦跳着离开的背影，我忽然读懂了教育的真谛——不是雕刻完美，而是守护每一颗想要飞翔的心，让他们在属于自己的天空下，跳出最生动的弧线。

一校一品

九子鞭响处 少年踏歌来

科教新报全媒体记者 曾玺凡

6月19日，夏日阳光洒向石门县罗坪乡完全小学的操场，一片清脆的撞击声伴随而来。数十名孩子手持缀着铜钱的竹制九子鞭，随着土家山歌的节奏，鞭梢翻飞，时而点地，时而击肩打胯，动作舒展有力。这根小小的九子鞭，串起了这所深山小学的文化根脉与飞扬青春。

“2019年我刚来时，九子鞭在学校已有些基础，但更多是原生态的简单重复。”该校副校长李逢婧回忆，作为本地出身的音乐教师，她敏锐察觉到这项传统艺术的潜力。最初的校园传承，仅停留在最朴素的“打地、点头”动作上，李逢婧决心为它注入新生命。

改变从音乐开始。李逢婧将九子鞭从单调的节奏中解放出来，大胆融入罗坪本土山歌的旋律，自此，李育南等非遗传承人录制的原生态歌声在校园回荡，孩子们手中竹鞭的敲击，逐渐与悠扬的山歌融为一体。

动作编排上，她借鉴现代舞蹈的队形变换与节奏设计，甚至让六年级学生龙治东站上大鼓，在高处引领鞭阵。竹鞭翻飞间，铜钱脆响，鼓声雄浑，

传统技艺与现代审美碰撞出耀眼的火花。

据了解，这所地处偏远的小学，教师多来自山外。面对陌生的土家文化，本地家长成了最坚实的桥梁。

“他们主动帮老师牵线，带我们去拜访乡里的老艺人，”李逢婧感慨。家长不仅鼓励孩子参与排练，更成为文化的“引路人”，让外地教师得以深入理解九子鞭承载的乡情。

当老师们学成返校，那些曾因文化隔阂而生的局促，最终化为传承的自信。

这种滋养，在孩子们身上开出最动人的花。龙治东三年级刚接触九子鞭时，还只是个腼腆的“小壮墩”。几年排练下来，高强度的全身运动让他甩掉了多余的体重，变得精干而灵活。站在鼓上挥鞭领舞的他，眼神明亮，动作精准有力。

“以前是纯壮实，现在是结实又灵活！”龙治东的妈妈笑



孩子们在练习九子鞭

道。更重要的是，这份来自乡土的文化认同，悄然转化为深植心底的自信。像龙治东这样的孩子，不仅掌握了独特的身体语言，更懂得了家乡艺术的珍贵——“别的乡镇可没有这个！”

如今，每年秋日的全乡文化展演，九子鞭方阵已成罗坪完小的闪亮名片。三十多个孩子踏歌而舞，竹鞭翻飞如林。铜钱的清响，山歌的悠扬，与少年们蓬勃的生命力交织，在山谷间久久回荡。

体育资讯

第十六届全运会花落湖南

当“十五运”在粤港澳地区紧锣密鼓筹备时，湖南将承办2029年第十六届全运会的消息迅速引发各界关注。

日前，国务院办公厅正式下发了《国务院办公厅关于同意湖南省承办2029年第十六届全国运动会的函》，明确湖南省将承办2029年第十六届全国运动会。曾三度申办全运会的湖南终于梦圆，同时也将成为中部地区首个承办全运会的省份。据了解，第十六届全运会将以长沙、株洲、湘潭为主赛区，并在十四个市州协调布局合适的竞技项目。

今年，湖南以“中部崛起‘湘’约全运”为主题的

申办口号，传递出湖南以体育赋能区域发展的雄心。“全运会对湖南的意义是全方位的和长远性的。”湖南省体育局党组书记熊倪表示，全运会首次落户湖南，将对湖南竞技体育、青少年体育、体育产业、体育文化等方面发展注入强劲动能。

然而，这些还只是大型赛事赋能区域发展众多表现的一部分。对于一座城市或地区而言，大型赛事能够加速完善基础设施建设、提振消费市场活力，更能提升城市生活品质和文化魅力，从而吸引更多高质量的投资和人才。

(综合新华社讯、央广网)

近日，娄底市娄星区新禾中学举办校园足球联赛。赛事分小学、初中两个组，分别利用体育课时间展开为期一周的激烈角逐。

本届比赛深度融合日常教学，体育课变身“竞技舞台”：小学组聚焦基础技能，将运球、传球、射门等训练融入趣味赛事，提升足球兴趣；初中组强化战术配合，借鉴全国特色校训练模式，开展体能强化与攻防演练。全校超150名学生参与，实现“班班有球队、人人能上场”的足球普及目标。

作为荣获教育部“全国青少年校园足球特色学校”称号的乡村学校，该校持续探索体教融合，积极培养兼职足球教练，设置每周固定足球必修课+社团选修课的体育课程模式，体育教师全程指导；以班级联赛为基础，选拔校队苗子，构建“班级、年级、校级”三级培养体系。

娄星区新禾中学：校园足球赛选拔好苗子

通讯员 肖艳