

一校一品

## 《山海经》版的“课间挑战”

科教新报全媒体记者 曾玺凡 通讯员 蒋梨花

六年级的黄欣宇站在操场上,高声喊道:“我是红方‘车’,过河!”随着老师一声令下,这名“棋子”在巨型棋盘上奔跑起来,完成属于他的“行军”……这是隆回县滩头镇双江完小的课间日常。而这所仅有126名学生的乡村小学,曾经面临的是另一番景象:孩子们体能明显下滑,体育课的一次长跑练习,就有不少孩子体力不支。

“那份揪心,让我们下定决心要改变。”已调任离开学校的刘琛回忆,正是这份担忧催生了“课间挑战”活动的诞生。学校将《山海经》意象和地方传统文化融入体育活动:跳绳成了“御风飞行”,踩高跷成了“登云梯”,踢毽子则是“凤舞九天”。国家体质健康标准被嵌入其中,设置从初阶到高阶的五重境界,孩子们为冲击更高“段位”,大课间出勤率始终保持在百分之百。

乡村小学资源有限,如何花小钱办大事?学校现任校长刘万春介绍,学校的思路不是等经费、凑条件,而是挖潜力、用巧劲。本土传统的踩高跷技艺被纳入课间项目,不用昂贵器材、不需专业场地,一小块空地就能开展;篮球场不足,学校推出

“指尖上的篮球”挑战,硬是将先天短板做成了特色品牌。

点燃这一切的,是教师们的创新热情。学校让每位教师都成为“专长发光体”,53岁的语文老师申慧媛率先破局,将自己在老年大学所学的太极柔力球改编成适合学生的健身操,很快办起了特色社团。她的行动让全校看到,年龄从不是教育创新的阻碍;热爱美术的罗惠琳老师深耕沙画教学,零基础起步常常熬夜打磨课程;数学老师刘波凭着对音乐的热爱,往返县城手鼓协会拜师,成为课后服务社团的主教,甚至把手鼓韵律融入数学课堂。

变化肉眼可见。如今,孩子们个个精气神十足,过去频繁中

暑的情况几乎绝迹。这所留守儿童占比七成以上的学校,家长们最初的顾虑——担心出汗着凉、怕跑跳磕碰——渐渐消散。“家长们发现孩子换季生病少了,体质强了,性格也更开朗了。”刘万春说,“我们走的这条路,是真正为孩子们着想的路。”

从“课间挑战”到“行走的象棋”,从柔力球到指尖篮球,双江完小的课间不再仅仅是休息时间。正如刘万春所言:“‘课间挑战’的意义,从来不是培养运动健将,而是帮孩子们找回童年该有的活力,给他们的成长攒下健康的底气。好的教育,既要装得下书本知识,也要容得下孩子们奔跑的脚步。”



学生在课间进行柔力球练习 刘琛/摄

## 体育周刊

体教一线

作为一名体育老师,我的课堂永远充满汗水、欢笑与不停歇的脚步。

每一节体育课,我都希望孩子们能抛开学习的压力,尽情舒展身体。从热身慢跑、关节活动到专项练习,我始终陪着他们一起动起来。操场上从不缺少跌跌撞撞的身影,也从不缺少互相鼓励的声音。有人跑累了想放弃,我会喊一声“再坚持一下”;有人动作不标准,我会蹲下来耐心示范。体育教会孩子的,不只是技能,更是不服输的韧劲。

篮球是孩子们最热爱的项目,早已成为我们校园里一张闪亮的名片。专业的课程体系和经验丰富的教练团队,为孩子们搭建了系统学习、精进球技的平台。刚开始,很多同学连运球都磕磕绊绊,拍两下就掉球,投篮更是碰不到篮筐。但他们没有气馁,一遍遍地弯腰运球,一次次地起跳投篮,汗水浸湿了校服,手掌磨得发红,也依旧乐此不疲。我从基础教起,原地运球、行进间运球、传球姿势、简单上篮,一步步引导他们找到手感。

慢慢地,变化发生了。曾经笨拙的孩子,能流畅地带着球奔跑;胆小的孩子,敢主动参与对抗。课间、课后,篮球场总围满学生,传球、抢断、投篮,一声声欢呼在校园里回荡。班级篮球比赛,孩子们团结协作、奋力拼搏,即使暂时落后也不放弃;校队的队员们更是在赛场上默契配合,用精准的投篮、巧妙的传球和坚韧的防守,斩获了邵阳市篮球比赛二等奖、武冈市篮球比赛一等奖的好成绩。那一刻,我看到了团结、拼搏与热爱,这正是篮球带给孩子们珍贵的礼物。

我的体育课堂,没有华丽的技巧,只有真实的奔跑与成长。孩子们在篮球运动中学会合作,在奔跑中磨炼意志,在汗水中收获健康。他们摔倒了再爬起,失败了再尝试,这份勇敢与坚持,比任何成绩都重要。

这平凡的体育课堂,因为有了奔跑的身影、篮球的跳动,变得格外温暖而有力量。我愿一直守在这片操场,带着孩子们向着阳光,一直奔跑下去。

篮球伴成长,体育暖时光  
武冈市东方红小学 唐明武

## 教体资讯

## 湖南310所体育传统特色校出炉

近日,省体育局、省教育厅联合发布2025—2026年度湖南省体育传统特色学校认定结果。经严格复核评审,长沙市长郡中学等310所学校、共408个项目成功入选。

此次认定覆盖全省14个市州,对原有体育传统特色学校、新申报学校及新增项目学校进行全面考察。近年来,我省持续深化体教融合,不断优化“政府主导、学校主体、行业指导、社会参与”的发展模式,学校体育治理能力和场地设施、师资力量稳步提升,“一校一品”“一校多品”特色鲜明,校园体育氛围更加浓厚,为全省培养和输送了大批优秀体育后备人才。

下一步,各地各校将继续聚焦学生体质提升和体育后备人才培养,补短板、强弱项、优机制,进一步完善赛事体系、强化师资保障、健全长效投入机制,让更多青少年在运动中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。

来源:湘微教育

## 娄底计划提质改造150余个校园足球场

近日,“农商银行杯”2026年娄底市“材料谷”足球联赛新闻发布会上透露,今年娄底“校超”联赛设6大赛区,覆盖U8至U18全年龄段,预计吸引300余支队伍、近6000名运动员参赛;全市计划提质改造150余个校园足球场。

在日常体育活动方面,全市中小学落实每天一节体育课、课间15分钟、每天两小时综合体育活动时长。今年娄底还将以“娄超”为契机,举办“三大球”、啦啦操、大课间等20余场全市性赛事。

来源:红网

## 晨间锻炼开启在校学习生活

本报讯(通讯员 肖逸仁)近日,长沙市开福区清湘第二小学正式启动晨间体育锻炼活动。学生在老师带领下,通过热身运动、慢跑、趣味跑酷、球类活动等多种形式,开启一天的学习生活。

学校按照“健康第一”的理念,以科学、安全、趣味为原则设计晨练内容,明确

保障学生每天体育运动不少于两小时。晨间锻炼设置热身唤醒、自主运动、整理放松三个环节,体育教师现场指导,班主任全程陪同,兼顾活动安全与锻炼效果。该活动旨在帮助学生养成早睡早起、坚持锻炼的习惯,是学校推进“五育并举”和阳光体育的具体举措。