

武术社团里的“成长课”

科教新报全媒体记者 曾玺凡 通讯员 谭蕾

当暮色渐沉时,娄底市第五完全小学的操场上依然有小小身影在打长拳。一招一式,有板有眼,稚嫩的脸庞上写满了专注。这样的场景,在这所校园里早已成为日常——只不过,主角不是全校学生,而是学校武术社团的孩子们。

2025年,这支首次亮相湖南省校园武术比赛的“新生力量”,在省级赛场上一鸣惊人。四、五年级的社团成员在全省55支队伍同场竞技的集体项目中,凭借规范的动作、整齐的队列和饱满的精神风貌勇夺一等奖;二、三年级的萌娃们在“校长喊你来运动”交流项目中同样不畏强手,取得了二等奖的好成绩。学校还凭借出色的赛事组织与筹备工作,获评“优秀组织奖”。

成绩的背后,并非朝夕之功。娄底五小将武术社团作为“以体育人”的重要载体,纳入课后服务体系重点打造。每周固定的社团训练时间里,孩子们从抱拳礼学起,一招一式地打磨基本功。学校还自主创编了适合小学生的武术套路,将传统武术文化与儿童身心发展特点相结合,让这项中华瑰宝在社团活动中真正“活”起来。

对娄底五小而言,武术进社团远非为了比赛夺金。“体健、脑

智、心暖”是学校坚守的幸福少年培养目标,也是武术教育开展核心理念。许多孩子在习武过程中,从最初的怕苦怕累,逐渐养成了每天坚持早训的习惯;在团队表演中,他们也从以自我为中心,学会了互相关照与配合同行。

校长周学军指出,学校始终坚持立德树人的根本任务,以推进“武术进社团”等特色活动为重要抓手,将“五育并举”全面融入育人的全过程。更难能可贵的是,学校党总支书记龚英芝在备赛期间每日清晨与孩子们一同训练,用汗水诠释坚持,以行动传递信念。

武术带给孩子们的改变,远不止体魄上的强健。二、三年级的小选手们在省级赛场上丝毫不

怯场,他们灵动的身影、专注认真的态度,成为赛场上最靓丽的风景线。这份自信从容,正是长期接受传统文化熏陶在精神上的回响。在一次爱国武术教育活动中,孩子们在一招一式中感受着中华文化的博大精深,民族自尊心和自豪感在心底油然而生。一位参与展演的小学生兴奋地分享:“我现在每天都会早起练习武术,觉得自己有使不完的劲!”

在校园各类社团展示和文艺汇演中,武术节目总是作为压轴大戏登场。娄底五小正通过课后服务与社团建设的不断优化,坚持“多元育人”的办学思想,让武术社团成为培育学生坚韧品格、传承中华优秀传统文化的重要阵地,全面助力学生的健康成长与未来发展。



娄底五小学生在武术比赛中

体育周刊

体教一线

从事体育教学这么多年,我最珍贵的回忆都留在这片晒得发烫的操场上。外人总说体育生大大咧咧、调皮难管,但在我眼里,这群满身汗水、一身韧劲的孩子,最纯粹,也最可爱。没有轰轰烈烈的大事,只有一件件细碎温暖的小事,让我始终热爱着这份工作。

我带的中职体育生大多是十几岁的少年,怕苦、怕累,偶尔偷懒闹点小情绪——这都是少年真实的模样。日复一日的折返跑、耐力跑、专项训练,枯燥又磨人。我从不用严苛的批评逼迫他们,因为我始终相信:体育训练,先练心性,再练体能。

去年秋天备战技能测试那段日子,现在想起来心里还是暖的。班里有个男生体质弱,尤其惧怕中长跑。那天全队加练八百米,其他孩子都咬牙冲完了,只有他落在最后。跑完后他停在跑道边,低着头大口喘气,肩膀微微发抖。他不是偷懒,是真的累到崩溃,眼神里满是挫败和想要放弃的沮丧。我没有急于开口,因为我太懂这种感受——练体育的孩子,不怕吃苦,最怕拼尽全力却看不到进步的无力感。

我走过去,递给他一瓶水,陪他蹲在跑道边。我聊起自己年轻时练体育的日子,聊我也曾无数次跑到力竭、偷偷沮丧。我告诉他:慢一点没关系,只要不停下脚步,就是最大的胜利。

那天,我让全队提前休息,陪他慢慢调整呼吸。看着他情绪平复下来,抬头对我说:“老师,我明天一定好好练。”这句简单的话,让我心里格外温暖。

从那以后,清晨我提前到操场,他已自在加练;傍晚全队解散,他留下来打磨动作。我也习惯性地多关注每个孩子:谁状态不好,我就耐心开导;谁动作出错,我就一遍遍示范;谁取得一点进步,我都真心夸赞。

朝夕相伴的训练时光里,我们早已超越了师生关系。我见证他们从浮躁变得沉稳,从怕苦到学会坚持。而这群少年,也用他们的真诚和热血,治愈着我的日常。

陪你们慢慢跑
麻阳苗族自治县职业学校 王虎

教体资讯

全省中小学“防溺水游泳安全”公益宣教活动启动

本报讯(通讯员 冯佳慧)5月22日上午,“奔跑吧·少年”2026年湖南省中小学“防溺水游泳安全”公益宣教活动启动仪式在宁远县全民健身中心举行。活动由省体育局、省教育厅联合主办,聚焦青少年防溺水安全,深化体教融合,通过公益宣教筑牢校园安全防线。

启动仪式后,专业师资队伍为师生开展了沉浸式防溺水安全培训,通过理论讲解与技能示范,重点传授危险水域识别、防溺水“七不两会”、自救与科学施救等核心知识。活动旨在以标杆引领和公益赋能,推动防溺水安全知识进校园、进家庭,全方位织密青少年安全防护网,守护三湘青少年平安度夏。

湖南第三批摔柔跆拳道试点校正式授牌

近日,湖南省第三批摔柔跆拳道试点校授牌仪式在长沙市实验第二小学举行。经严格评审,本次共认定43所跆拳道试点校、2所摔柔跆拳道试点校、7所柔道试点校、7所摔跤试点校及16所中国式摔跤试点校,进一步壮大了湖南校园特色体育矩阵。

仪式上,凤凰县禾库学区学生与省跆拳道示范团带来了精彩的摔柔跆拳道展演。试点校代表分享了特色体育经验,表示将深耕体教融合,完善课程体系,以赛事活动激发运动热情,不断擦亮湖南体教融合“全国首创、湖南样板”特色品牌。

来源:湖南省跆拳道运动协会官微

全省178支校园“武术天团”齐聚邵阳

5月23日,“奔跑吧·少年”湖南省第八届校园武术比赛在邵阳市体育中心火热开幕。本届比赛吸引了全省普通高校、职业院校、中小学及文武学校的178支队伍参赛,堪称一场校园“武林大会”。赛事设校园武术段位制集体项目综合展演与“校长喊你来运动——国脉传承,健康第一”交

流赛两大板块,现场还进行了裁判员武术表演、“少年武志 非遗雄魂”主题展演,充分展现中华武术的独特魅力与青少年昂扬风采。作为湖南体教融合的品牌赛事,校园武术比赛已连续举办八届,有力推动了武术运动在校园的广泛深入开展。

来源:《邵阳日报》