

从“我健康”到“共成长”

——常德市鼎城区教育系统“全员文体”的破题与答卷

(上接01版)

“骑行的意义在于舒展身心、释放压力,和志同道合的伙伴在运动中拥抱活力、畅谈欢笑,既能卸下工作疲惫,也能为身心蓄力充电。”善卷中学九年级班主任张立,以骑行践行运动热爱、诠释教师健康生活的追求。他的初衷很简单——不想沉迷于手机。

他的坚持不仅改善了自己的身心状态,更带动了班里多名学生加入骑行行列。学生涂嘉欣的妈妈欣喜地告诉记者,孩子跟着班主任骑行几个月,成功减重十多斤,精神面貌也焕然一新。

率先垂范,从“头”做起

在鼎城区教育系统,文体活动并没有停留在文件里的口号,而是一场从领导班子开始的自觉行动。

“我们教育局坚持班子引领,局长带头。”欧明艳介绍,鼎城区教育局党组书记、局长冀定辉热爱体育,始终以身作则。每年的全区教育系统篮球联赛,他都会作为机关代表队主力上场参赛。“日常业余时间他也常年坚持健身,数十年不曾间断。”在局长的带动下,班子成员纷纷培养专属运动爱好,有人每周固定开展两到三次羽毛球运动,有人长期坚持乒乓球、游泳、慢跑等锻炼。欧明艳自己常年保持运动习惯,抽空跑步、打球,坚持常态化强身健体。

今年年初,冀定辉在全区教育工作会议上明确提出倡议,鼓励每名教师培养一至两项文体爱好。这项倡议迅速落地各校。

江南中学八年级班主任廖莉,不仅是班级管理的能手,还是



灌溪中学师生同场竞技

学校课后服务太极社团的指导老师。2025年9月,她带领学生社团参加全国太极拳公开赛(湖南赛区),一举斩获陈式太极剑一等奖、杨氏24式太极拳二等奖等多项荣誉。“以武砺志,以德养性”,廖莉用自己的爱好点亮了学生的特长之路。

在武陵小学,校长金美容将八段锦引入大课间活动。“体育不应只停留在课程表,而要成为校园文化的重要组成部分。”在她的推动下,体育教师汪勇转型为八段锦教练,张涛带领校队夺得全区中小学生运动会小学组季军。每周二、周四放学后,部分教职工还会自发前往区工人文化宫进行羽毛球集训。

这些实践生动诠释了“身教重于言教”的教育真谛。当教育者首先成为文体活动的践行者时,校园里便激发出强大的内生动力。

师生同场,从“心”做起

今年毕业季,蒿子港中学、逆江坪中学、灌溪中学等校初三年级,在学业紧张的情况下依然坚持开展师生篮球告别赛、排球赛,用体育运动为初中生活画上圆满句号。

“和学生并肩打球特别热血!既拉近了师生距离,也让班级更有凝聚力。”逆江坪中学九年级137班班主任吕宏辉的感慨,道出了师生同场竞技的独特魅力。

在逆江坪中学阳光体育周活动中,班级排球友谊赛成为最暖心的环节。九年级两名班主任登场,与学生并肩站在赛场上。简易的排球规则降低了竞技难度,却提高了参与热情。赛场上的默契配合、奋力拼搏,让师生之间的距离在汗水里消融。

灌溪中学的篮球场上,“毕业学子 昔日恩师”师生篮球友谊赛同样感人。教师队经验丰富,稳扎



鼎城区教育系统教职工健身操比赛



鼎城区教育系统教职工乒乓球比赛

稳打,学子队活力四射、锐气逼人。激烈角逐后,毕业生队赢得比赛,但比胜负更珍贵的是赛场上的情感交融。学校党总支书记曾祥军说:“和毕业的孩子们在球场上跑一跑,仿佛又看到他们当年的模样。这汗水里的师生情,比什么都珍贵。”

在断港头中学,师生羽毛球友谊赛采用混合双打形式,师生随机组队,打破身份界限。高远球、扣杀、扑救……精彩对决不断,掌声此起彼伏。“友谊第一”的默契互动,传递着相互尊重的温暖。

江南小学的跳绳比赛同样热火朝天。“绳”采飞扬中,教师们换下正装,化身运动健将。数学老师杨晖燕深有感触:“作为每天伏案备课、批改作业的教师,肩颈和腰椎多少都有些‘职业病’。短短一分钟的跳跃,不仅活动了筋骨,更释放了压力。一根小小的跳绳,跳出了健康,也跳出了师生间心与心的距离。”

值得一提的是,今年鼎城区善卷中学还创新推出了三大球“班超”联赛,60多个班级全员参与,不上场的学生担任啦啦队、记录员等角色,有的班级还聘请有体育基

础的家长志愿担任裁判。当每一名学生都能在赛场上找到自己的位置,体育便不再是少数人的竞技,而是全员成长的沃土。

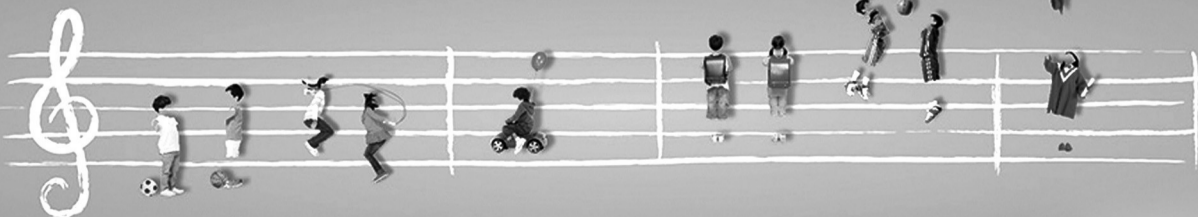
教学相长,师生共进。当健康的教师带领着健康的学生,教育便有了更加蓬勃的生命力。正如冀定辉所言:“‘全员文体’,既是学生的全员,也是教师的全员,只有每一名教育工作者先成为健康生活的践行者,才能真正把健康第一的理念传递给孩子。让教师们在运动中释放压力、在汗水中收获快乐,用饱满的精神状态去感染每一个学生——这是我们对教育质量最根本的保障,也是立德树人最温暖的底色。”

(本文图片均由通讯员提供)

注销公告

长沙市芙蓉区顶呱呱幼儿园经理事会决议注销长沙市芙蓉区顶呱呱幼儿园中华人民共和国国民办学许可,教民143010260000248,民办非企业单位登记证书统一社会信用代码:52430102772295558H。请各债权人自本公告见报之日起向本公司清算组申报债权。本公告公示期为6个月。联系人:彭建国,电话:13874942912。

用健康成长
创作我们的时代主旋律



我去上学校,天天不迟到