

湖区少年,射落全省第一

科教新报全媒体记者 曾玺凡

初秋的洞庭湖,水汽仍重。湖南省第十五届运动会青少年组射箭比赛在益阳市大通湖区收弓已有些日子,大通湖区第一中学射箭队的少年们却没有停下,清晨的靶场上,弓弦声依旧清脆。这支两年前还几乎从零起步的队伍,如今已是全省赛场上的焦点,但他们的训练节奏一如往常。

时间倒回建队之初,大通湖区第一中学没有成熟射箭传统,队员大多第一次摸弓,家长也担心耽误学业。为了打消顾虑,学校召开家长会,把训练和学业安排讲清楚,并请家长到校观摩;建队后,队员们要赶去办理青少年运动员注册手续,才能拿到省级比赛的参赛资格。大巴半路抛锚,大家换乘车辆、辗转赶到办理点,最终完成注册……这些插曲,后来成了队员们口中的“入队第一课”。区里和学校随后在场地、器材、伙食上尽量保障,聘请专业教练,安排外出交流,让队伍慢慢走上正轨。

真正的考验在训练场。两年里,队员们每天训练常常超过10小时,拉弓、撒放、瞄准,重复到手指起茧。清晨湖区雾气还没散,他们已经站在起射线前,从拉橡皮条到实弓,从近距离到全距离,一个动作练上几十遍。手指磨破,缠上胶布继续;手臂酸胀,咬牙撑住。教练不只在技术上盯细节,还抓体能和心理:有人成绩起伏想放弃,队友之间一直互相鼓励;家长也从最初犹豫到后来轮流送饭、看训练,成了队伍最稳的后盾。

正是这样的磨砺,让这支湖区少年队在省十五运赛场上



省运会U16男子反曲弓70米团体项目决赛现场

遇风雨而不乱。比赛首日天气恶劣,风急雨密,靶位在风中晃动,少年们仍按照平时训练的节奏,一箭一箭咬住。最后一箭定胜负时,全场屏息,箭落靶心,他们最终拿下3金3银1铜,金牌数全省第一、团体总分全省第一,完成逆袭。

看台上,家长和老师见证了他们从青涩到沉稳的转变;赛场外,后勤保障团队默默托举,让队员能专注每一箭。夺金那一刻,队员们把弓举过头顶,教练和后勤人员在场边红了眼眶。

省运余温未散,新的周期已经开始。学校射箭队已启动新一批队员选拔,不少低年级学生报名体验,靶场边又多了些稚嫩的面孔。教练组表示,接下来将带队参加省级锦标赛,以赛代练,同时把训练中的心理辅导和体能恢复做得更细。对一些表现突出的队员来说,省运金牌不是终点,他们希望能走向更高的赛场。

体育周刊

体教一线

2019年,我顶着不解与质疑,组建了学校第一支全男生啦啦操队。六年风雨兼程,我陪着一届届零基础的中职少年逐梦前行,看着他们从怯懦自卑蜕变为阳光自信、坚毅勇敢的追光者。这六年,见证了孩子们的破茧成蝶,更让我对“以体育人”有了刻骨铭心的理解。

世俗总以为啦啦操是女生的专属,中职男生更是难以出彩。但我始终笃信,没有天生的平庸,只有未被点燃的火种。为了打破偏见,我为队伍注入了独属于男生的灵魂:摒弃柔美,将力量与爆发力融入舞蹈。当刚劲利落的动作在操场上铺开,彻底打破了刻板印象,铸就了我们独一无二的团队风骨。

面对一群毫无基础、习惯自我否定的孩子,我深知“欲速则不达”。我将培养化作春风化雨的“慢耕细育”,从最基础的体态、节奏抓起。无数个日夜,我耐心纠正他们僵硬的手臂,把每一个动作拆解、打磨。比起成绩,我更看重品格的重塑。我希望他们在日复一日的训练中,学会彼此托付,在跌倒与爬起中重新找回自信与价值。

时光从不辜负每一滴砸在地板上的汗水,我们的坚持终于迎来了最耀眼的绽放。这支曾经无人看好的零基础队伍,一路披荆斩棘,从市赛崭露头角到省赛激烈角逐,最终站上全国大赛的巅峰。2025年,我们在第十五届株洲市中小学生运动会啦啦操集体花球规定套路中斩获特等奖;在湖南省啦啦操联赛中,双人自选花球一举夺得第一名;在2026年全国啦啦操总决赛上,孩子们拼下了双人自选花球第二名!每一份荣誉,都是他们用血汗浇灌的勋章。

那些闪耀的奖牌背后,是师生六年如一日的并肩奋战。操场与训练房,刻满了汗流浃背的身影。为攻克一个高难度动作,他们要重复成百上千次;在高强度体能淬炼下,他们累到瘫倒、痛到流泪,却从未有人轻言退缩。作为教练,我既是严师也是慈母,陪他们熬过最黑的夜,疏导焦虑。力竭时彼此搭在肩上的臂膀,成了我们最坚不可摧的羁绊。

六年执教,我愈发坚信:教育从来不是高高在上的筛选,而是俯下身子的唤醒。往后余生,我愿继续坚守在这方训练场,以热爱为帆,以汗水为桨,陪伴更多中职少年冲破世俗的偏见,向阳生长,在青春的赛场上,跳出属于他们自己的璀璨人生。

以体育人,向阳而舞
醴陵市陶瓷烟花职业技术学校 曾艳丽

校体资讯

湘南中学首征省运会剑展锋芒

本报讯(通讯员 魏建春 王维安 张杨清)近日,由郴州市苏仙区湘南中学组队代表郴州市出征的击剑运动队首次登上省运会赛场,胡辰宇、徐浩庭、李睿、胡志友四名队员组成的队伍,在U18男子重剑团体赛中团结协作、沉着应战,最终荣获团体第四名,实现了郴州市参加省运会击剑项目比赛“零的突破”。

湘南中学作为苏仙区体育特色学校代表,坚持“以体树人、以体促学”办学理念,将击剑项目作为学校特色体育品牌重点打造,积极探索“校企合作”办学模式,与专业击剑俱乐部共建击剑训练基地,引入专业师资和训练资源,形成了从选才、训练到竞赛的完整培养体系。

宁远:足球师资培训 赋能校园课堂

本报讯(通讯员 李林冬)9月20日,全国54校园足球师资公益培训班在宁远县明德湘南学校开班,全县21名体育骨干教师集中参训。本次培训邀请北京体育大学专业师资现场授课指导,围绕足球

带球突破等专项技术开展实操训练,系统讲解校园足球教学方法与科学健身知识,帮助参训教师将所学成果赋能日常课堂教学,夯实校园足球教学根基,助力校园足球事业高质量发展。

公益机构来武冈共探乡村体育教育

本报讯(通讯员 夏梅佩)近日,北京姚基金公益基金会、湖南省青少年发展基金会等公益机构的相关负责人来到武冈市,专题调研乡村学校体育教育。调研组通过座谈交流、实地调研等方式,详细了解武冈体教融合、赛事保

障、志愿力量整合、体育课程开设等情况,并进行实地走访。调研组对武冈市乡村体育教育工作和项目学校建设成效给予肯定,表示将认真梳理调研情况,加强研究论证,为后续项目布局和资源对接提供参考。

华容县百名足球小将逐梦“校超”赛场

本报讯(通讯员 陈继 朱亮宇 竺思羽)近日,华容县2026年城区小学阶段全国青少年校园足球特色学校足球联赛火热开赛。来自城区8所全国青少年校园足球特色学校的近百名足球小将齐聚绿

茵场,赛事为5人制单循环赛,共七个轮次,比赛从9月中旬持续至11月上旬,每周星期五下午进行比赛。赛场上,小球员们传球抢断、跑位射门一气呵成,充分展现了团结协作、永不言弃的少年体育风采。