

# 强体质、培特长、育人格

## ——体教融合的广东答卷

2020年下半年,《关于深化体教融合 促进青少年健康发展的意见》《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》两份重磅文件先后发布。在过去几年的实践中,广东省围绕相关主题实施全面提升学生体质健康水平攻坚行动,推进学校体育高质量发展,“小眼镜”“小胖墩”的势头得以遏制,学生普遍掌握运动技能,并从体育中收获快乐,锻造人格,健康成长。

### 强体质

走进东莞市南城阳光第六小学,操场上气势宏大的大课间学生方阵与大课间操的丰富程度给人留下深刻印象。校长梁惠兴介绍,“双减”政策下,学校更加注重学生身体健康,“不折不扣在校锻炼一小时”。为了时刻调动学生大课间活动出操的积极性,学校对大课间操两年一创新,发动音乐、体育教师一起合作编排,保证广播操、跑操常规项目之外,还融入跳绳元素,并相继创造了武术操、韵律操、舞蹈操、放松操、篮球操,激发了师生参与大课间的新鲜感与参与感。

不仅是大课间,学校值日行政每天还要定期巡查一次学生体育课堂,监督体育教师是否严格落实课堂常规。体育课被占课、体育教师“被生病”的现象已成往事。

广东省教育厅二级巡视员邱克楠介绍,近年来,广东省持续深化学校体育教学改革,督促各地各校开齐开足体育课程,配齐配强体育教师,鼓励小学每天一节体育课,初中每周4-5节体育课,高中阶段每周3-5节体育课。与此同时,通过实施全面提升学生体质健康水平攻坚行动,落实并不断完善“省、市、县(区)”三级抽测制度。强化抽测结果运用,将学生体质健康水平纳入地方政府履行教育职责考核指标,压实市县各级政府责任。

为了提高学生体育锻炼兴趣及学生综合素质,当地还将健康体测项目全部纳入学校运动会和市级运动会的比赛项目,通过普及加选拔的方式激发学生参与体育锻炼的热情和积极性。记者在广州市花都区花山镇新和小学看到,学校在广东省学生体质健康抽测期间举办新和小学2023年体质测试全员运动会。学生们在老师的引导下,依次进行身高体重、肺活量、坐位体前屈、短跑项目等测试,测试间隔还有体育老师带动全员热身。没有体测的班级在跑道旁扮演着拉拉队的角色,跑步比赛的前几名则在结束后领奖牌并站上领奖台留下合影,荣誉感与仪式感满满。

在2020年与2021年全国学生体质健康抽测复核中,广东省学生体质健康抽测优良率分别达到64.7%与72.4%,较2015年提升20%以上,连续两年排名全国第二。

### 培特长

在整体体质健康抽测优良率提升的同时,广东省鼓励学校打造“一校一品”“一校多品”体育特色,培养学生至少熟练掌握1-2项体育运动技能。

如果看过广州市荔湾区林凤娥小学

的教学楼布置,便可以初步理解为什么这所学校能够成为全国首批青少年校园篮球特色学校,每个教室外都有一个架子,上边摆放着写有学生名字的篮球。学校自己编排的篮球操更是令人耳目一新,其中包含了胯下运球、绕球、运球等技术动作,并结合了徒手力量与拉伸练习,一套操就是一堂小型的篮球训练课。

校长彭文辉介绍,学校以“全员篮球、全员体育”为口号,积极营造人人爱篮球、生会篮球的氛围。学校每个班每周有一个课时的篮球校本课,每周一次全校性的篮球体育大课间,每学期一次篮球全员运动会。同时进行跨学科整合,举办篮球摄影比赛、“我与篮球”主题的绘画比赛以及篮球运动会的会徽设计等。

在花都区花东镇,曾经以留守儿童和外来务工人员子弟为主的七星小学则在跳绳中找到了开展体育运动的密码。2010年,学校仅有一栋教学楼与泥土操场,无法开展各种体育项目,落后的条件令当年毕业成为学校首位专业体育教师的赖宣治深感困惑与失落。

2012年,花都区教育局开始推广跳绳项目。其便利性与可操作性让赖宣治眼前一亮。他决定选择跳绳教学作为突破口,成立校队。作为从未接触过这项运动的人,赖宣治反复搜集视频、观摩练习,设计出一种极速绳把并打造了“半蹲跳法”。此后,学校的战绩一鸣惊人,从花都区走向全国乃至全世界。诞生36位世界跳绳冠军,11次打破世界跳绳纪录。被称作“七星奇迹”。如今,凭借跳绳这一品牌,七星小学已经成为拥有数千名学生、3个校区的知名强校,学生们也从跳绳运动中看到了更大的世界。

深圳市第二实验学校在全国学校体育界堪称赫赫有名。学校目前拥有毽球、男篮、女篮、男足四支高水平运动队。毽球队曾代表中国出征世界大赛并夺得20余项世界冠军,足球队在全国五人制校园赛事中多次夺冠,男、女篮均获得全国冠军,并培养了清华大学邹阳、北师大李双菲等一批中国篮球的希望之星。

“一个高水平的队伍生存更多的是依靠基础的建设,要形成一个周期的良性循环。”深圳市第二实验学校体育中心主任、女篮主教练王小维介绍称,学校的每支高水平队伍都有自己的初中和小学梯队,甚至还有体能康复师。“还是那句话,把专业的事交给专业的人来做。”

广州市玉岩中学校长印贤文表示,体育特长生对于丰富校园文化,影响学校的氛围帮助很大。“体育特长生在校

里发挥的作用非常重要,起到了很好的示范、引领作用,能够激励同伴的成长。”他说,很多学生就是因为看了一场比赛、踢了一场足球,或者在学校运动会中感受到体育的魅力,开始从事体育运动。

### 育人格

体育是技能的习得、爱好的培养,更是人格的养成。有人从中改变命运,收获阳光与自信,有人从中锤炼意志,成为一生的财富。

深圳市盐港中学在2008年由两所学校合并成立,当时是一所职业高中,招生分数线全市倒数,而来到这所学校的学生也经历了中考失利,觉得人生已经没有出路。为了给他们建立信心与信念,学校决心以体育为落脚点改变现状,盐港中学艺体处主任宫照石回忆,2009年,学校从高一新生组建体育班,当年有17人入选,以体育精神为要求,学校狠抓班风与专业素养,三年后,17人中一半以上凭借体育特长与文化课成绩考上大学。以体育人的风气就此开启,2022年高考,学校体育班本科率已经达到90%,重点本科率突破60%,学校整体升学率在逐年提高,学生也变得自信自强,敢于梦想。

东莞松山湖实验中学的口号则是“无体育,无未来”,学校体育俱乐部面向全体师生开放。校长万飞分享了学校一位老师的故事,这位老师本来体质不好,在学校受到气氛感染,开始学习同事们跑步,最开始操场跑1圈,到后来每天5圈,坚持了整个学期。学生们看到了他的坚持,也开始敢于在学习上给自己设定并达成目标。“很多东西是需要一种恒心和意志的,不是一遇到困难你就绕着走或者退缩着走。”万飞说,“体育运动是保证心理健康的最好的营养剂。”

深圳罗湖校园足球主打“全民参与”,10年来,政府在校园足球方面的累计投入资金超过3000万。校园足球从2009-2010赛季的8所学校8支球队,发展到2022-2023赛季的67所学校,141支队伍。

锦田小学校队的丘非凡就是这些队伍中的一名球员,他至今仍记得自己五年级时的一粒进球,“我们周末在花果山球场踢球,那场打得非常激烈。下半场我获得了上场的机会,一次配合中我到了门前冷静地推射将球打进,那也是我们那场唯一一个进球,当时我觉得很自豪。”

谈起未来的目标,他说:“我现在在六年级了,我觉得足球是一个能让人生非常好的竞技运动,如果初中还有足球队,我还是会去参加。”

新华社



## 为孩子开启阅读之旅

李湘东(霞山)



家长和小朋友在图书馆阅读。

今年3月27日,教育部等八部门联合印发《全国青少年学生读书行动实施方案》,提出义务教育学校要将读书行动纳入“双减”工作,严格控制书面作业总量,以学生阅读“小切口”写好素质教育“大文章”,引导广大青少年学生提升阅读兴趣和阅读能力,养成爱读书、读好书、善读书的习惯。

各中小学校广泛开展读书活动,读出真知灼见,读出扎实学风,读出自强担当。用琅琅读书声装点校园。2022年广东省教育厅发布《广东省中小学阅读空间建设与管理指南》,对中小学图书馆面积、开放时间等作出明确规定,通过多种形式激发学生的阅读兴趣,培育具有时代感和特色鲜明的阅读活动品牌。随着阅读活动的丰富,学生阅读的兴趣面也在拓展,阅读的图书种类更加均衡,阅读的氛围更加浓厚。

课外阅读是课堂之外的“补充剂”,随着信息技术发展,网络阅读成为重要渠道,“补充剂”变成了一把“双刃剑”。网络阅读的鲜明特征是浅阅读、碎片式阅读,如果习惯了这种快餐式阅读,就会消解孩子们沉浸式阅读、深阅读的兴趣和专注力。

如今网络文学往往融合了悬疑、科幻和情感等元素,学生难免会在网络上接触到或被这类书籍所吸引。时下在网络阅读和短视频平台,自媒体上的不良读物和内容对青少年有较大吸引力。特别有些作者为了吸引青少年眼球,不仅

写校园恋情,还有校园恶作剧、校园欺凌等内容,对正处于青春期的孩子们来说,这些内容会让他们觉得很有意思,甚至想到去模仿。网络上不健康的读物,对孩子们的伤害是巨大的,一旦深陷其中,后果不堪设想。

义务教育阶段如何读好书?现在从上到下明确规定,有识之士大声呼吁,学生家长充满期待,都希望中小学生的阅读还是要以纸质书为主,这不完全是习惯问题,更涉及读写等基本学力的养成。要注重做好课外读物的选择。学校和家长要引导孩子接触充满正能量,文笔出色、轻松有趣的书籍。要引导孩子学会用批判的思维和意识进行阅读,吸取精华、扬弃其糟粕,不断提高孩子们自身抵御外界风险诱惑的能力。

学校老师要起到引导作用,和家长共同守护有助于孩子阅读的良好环境。学校有时推荐的一些名著经典,很多家长也未必读过,如果能和孩子一起读,共同沉浸在深阅读中,共同分享阅读的美好,共同受益提高,如此亲子阅读善莫大焉。

数字阅读时代,电子书已成为不少中小学生的阅读习惯之一,有声读物让孩子阅读经典的形式变得更多元、更有趣、更有魅力。学校和家长应该用好这些数字资源,做好书籍内容的甄别,而不是只抛给孩子一个平板电脑。要通过与孩子共同分享读书心得,一起阅读经典,养成读完整本书的阅读习惯。

# 把粤港澳大湾区建设 作为广东深化改革开放的大机遇、大文章抓紧做实