

助力青少年健康成长 “她力量”绽放光芒

河北省保定市高阳县蒲口乡陶口店春蕾小学校长李秋红16载砥砺前行，让“村小”的体育课不再缺席；北京市双榆树第一小学体育教师高菲全年无休，筑牢校园武术根基，“武”育非凡少年；内蒙古冰雪运动协会教练员李翔宇走进社区公益服务残障儿童，在乡村小学传递冰雪热爱……在青少年健康成长的道路上，每一个“她”都闪闪发光，释放出令人瞩目的巾帼力量。三八国际妇女节到来之际，本报记者与她们展开对话，感受其中细腻且坚韧的“她力量”。

本报记者 王子纯

“不让任何一个孩子从课堂中遗憾离开”

早上7点，北京市双榆树第一小学的武术教室里已经响起数拍声。“一年365天，天天陪着孩子们在训练场上摸爬滚打。”这样的生活，35岁的高菲已坚守12年。一批批“什么都会”的一年级新生，在她的精心培养下，成为“飞檐走壁”的全国武术冠军。这个过程虽然漫长，却实现了高菲最初的心愿。

“小学是推广武术运动、夯实武术基础的重要阶段。这些像白纸一样的孩子，能够通过习练武术养成运动习惯，形成吃苦耐劳、勇于奉献的好品格，促进青少年全面发展。”从小受益的高菲，深知武术的育人功能非同一般。因此，毕业后她毅然选择成为一名小学体育教师，从零开始，培养热爱武术的优秀青少年。

与大多数扎根校园的体育老师不同，28岁的李翔宇致力于服务社会中更广

泛的青少年群体。去年，李翔宇被聘为呼和浩特市黄合少镇第一中心校的旱地冰壶教练，长期为这所乡村学校开展公益教学服务。此外，她还定期在三顺店社区带领残障儿童开展冰雪活动。“我希望他们可以在我的课程中感受到体育的魅力和运动的重要。我会坚持上好每一节课，不让任何一个孩子从我的课堂中遗憾离开。”李翔宇说。

“有利于孩子身心健康成长的事，我都做”

“让孩子像孩子，我觉得这是教育最本真的东西，让孩子做应该做的事，感受应该感受的生活。”带着这样的教育信念，李秋红于2007年回到家乡河北省保定市高阳县，担任春蕾小学校长。“作为一名退役的女子柔道运动员，我从小就有运动情怀。”因此，开足开齐国家规定课程，丰富学校体育活动，成为她的重要工作。

因为有着多年担任体育教师的经历，李秋红从常规运动项目入手开展学校体育教学工作，后来为了进一步提高学生参与体育活动的兴趣，她又把农村孩子没见过的多个运动项目引入校园。渐渐地，武术绽放在春蕾小学的每一个角落，轮滑也成为学校的“体育招牌”……“孩子们都想不到，每过一两年，校长就会给他们带来新的运动项目。”在李秋红的努力下，这所“村小”的体育氛围发生了翻天覆地的变化，不仅如此，在春蕾小学的带动下，运动在整个高阳县的中小学中蔚然成风。

16年过去，李秋红依然干劲十足，她说：“只要有利于孩子身心健康成长的事，我都做。”

从河北到北京，高菲也在不断为课堂注入新鲜力量，通过新颖的方式检验着自己的训练成果。为培养

爱国情怀，今年寒假期间，高菲让孩子们模仿正能量武术题材电影片段。“我没想到他们表演得惟妙惟肖，这些项目本身都是他们会的内容，可以看出他们做到了融会贯通。”一直以来，高菲的“武”育都不止停留在训练本身，她还尝试在日常武术教学中编排武术舞台剧，加入诗词、音乐、表演，不断加深学生对武术文化的理解。

“这是互相传递快乐的过程”

“孩子们带给我的更多。”这是三位基层体育工作者共同的心声。对李翔宇来说，每次投入到教学中都是一种治愈。去年夏天，她每周都会到黄合少镇第一中心校为孩子们上旱地冰壶课。“晒黑的脸庞，洁白的牙齿，每次上课孩子们都笑得特别开心，他们的情绪时刻感染着我。”更令她感到意外的是，在实践课程外，孩子们还会在笔记本上画出赛道，拿橡皮模拟冰壶，玩得不亦乐乎。每当想起这群充满热情的孩子，李翔宇就充满了干劲。“这既是互相传递快乐的过程，也是互相传递热爱的过程。”李翔宇说。

“每天看着我的孩子们开开心心上学来，平平安安回家去，在学校里幸福学习和生活，我心里就感觉特别踏实和幸福，我觉得这就是我应该干的事儿。”李秋红说。为了让农村的孩子身心健康发展，创造出属于自己的精彩人生，李秋红全心全意地付出，孩子们健康快乐地成长，这一来一往正是她幸福的源泉。



上图：李秋红在给孩子们上轮滑课。

中图：李翔宇公益推广旱地冰壶运动。

下图：高菲指导学生练习武术。

受访者供图

教育部发布通知

学校要有序开展体育教育教学活动

本报讯 为切实做好当前疫情形势下学校体育工作，保障学生身心健康，日前，教育部发布了《关于做好当前疫情形势下学校体育工作的通知》（以下简称《通知》），要求各地各校要针对学生经过一段时间居家学习和新冠病毒感染康复期体质、体力和运动技能的变化情况，科学制定学校体育工作计划。

《通知》指出，要坚持健康第一，高度重视做好学校体育工作。各地各校要充分认识到并发挥体育的重要作用，把学校体育列入工作重点，引导学生自觉当好自身健康第一责任人，推动学生文化学习与体育锻炼协调发展。学校要全面开展线下教学活动，针对学生健康状况和学习实际情况，合理安排教学进度，不得随意停止体育教学活动，确保教育质量。

《通知》明确，坚持安全为要，有序开展体育教育教学活动。各地各校要针对学生经过一段时间居家学习和新冠病毒感染康复期体质、体力和运动技能的变化情况，科学制定学校体育工作计划。体育课堂教学要科学设计、循序渐进，可根据学生身体状况适当降低难度要求，鼓励安排简便易行的锻炼项目，如踢毽、慢跑、武术、健身操

和小强度的球类运动等，并根据学生身体和体能的恢复情况逐步提高学习强度和难度。学校体育竞赛要根据学生身体恢复情况进行差异化安排，做好医疗卫生保障工作，开学两周内不宜组织高强度、高对抗的体育竞赛。

《通知》要求，各地要坚持因地制宜，科学组织学校体育考试工作。各地要加强组织领导，按照省级统筹、地市组织实施的工作体系，协调安排好本地体育考试工作，可结合属地学生新冠病毒感染比例、感染高峰时间、疫情形势变化及学校体育教学开展情况等方面进行综合研判，科学安排学校体育考试时间、组织形式、考核项目、考试方式、赋分方式等。要加强过程性考核，可根据实际适当调整考核项目。

《通知》提出，各地各校要利用“开学第一课”等多种渠道传播健康的理念与知识，加强健康教育，做好健康教育科普工作。学校、教师要积极主动与学生家长沟通，对学生体育锻炼进行指导，引导学生科学参加体育锻炼，增强身体素质。家长要密切关注学生的身体和心理状况，及时向学校、教师反馈学生有关情况，形成家校合力。（顾宁）

中国大学生篮球联赛25周年庆祝活动举行 全明星之夜闪耀重庆南岸

本报记者 轧学超

近日，第25届中国大学生篮球联赛全明星之夜在重庆市南岸区乐动力江南体育中心举行。由数万名球迷选出的24位全明星球员，分为巅峰和精英两支队伍，在上赛季四强队伍教练的挂帅指挥下展开角逐。

作为中国大学生篮球联赛25周年庆祝活动之一，本次全明星正赛的第四节比赛不设置固定比赛时间，而是在前三节领先球队分数的基础上设置“+25分”为目标分数，率先达到目标分数的队伍获胜。

第三节末，精英队以94比91的比分领先对手，则目标分数为119分。进入第四节后，巅峰队奋起直追完成逆转，率先突破119分，取得全场胜利，比分定格在121比116。

清华大学队选手邹阳得到30分，为全场最高，当选全明星之夜最有价值球员。赛后，邹阳表示，过去两年，在乐动力体育中心打好几场比赛，每一次都能感受到现场观众的无限热情。今年是联赛25周年，组委会创新了赛制，也加入了很多互动玩法，让更多



主办方供图

本地球迷参与到这个校园篮球盛事中。能跟家乡的朋友们一起享受运动带来的乐趣，作为一个重庆人他觉得特别高兴。

同样精彩的还有节间进行的一系列技巧大赛和对抗赛，让现场3000余名观众直呼过瘾。最终，郑州大学队选手杨浩、华侨大学队选手周其默分获扣篮大赛、三分大赛冠军。1对1单挑赛中，王凡懿战胜谢亚洲，何轩、周大力

握手言和。由陈睿盈、高建军、唐君童组成的女子精英队在全明星女子3对3比赛中获胜。

除了精彩激烈的比赛，组委会还组织了包含球星课堂、小篮球赛、小记者会等环节在内的“小小训练营”。来自四川省甘孜藏族自治州道孚县的3名教师和2名学生全程参与了“小小训练营”，并观看了当晚的所有比赛。道孚县是教育部学生体育协会联合秘书

处对口帮扶县，当地师生代表在全明星赛期间被特邀来到现场，参与互动和观赛。组委会希望发挥体育竞赛活动对乡村振兴的助力作用，在帮扶县树立健康第一的教育理念，培养德智体美劳全面发展的人才。

本次中国大学生篮球联赛全明星之夜是联赛全明星系列活动第二次在重庆南岸区举行。为了让高水平校园篮球赛事更加贴近大众，今年的全明星正赛面向社会公开售票。所有门票皆在开赛前售罄。

连续三年举办大型校园篮球赛事的重庆市南岸区在全面深化体教融合方面亦有诸多举措。南岸区教委相关负责人表示，未来将继续统筹整合区域资源，联动区内中小学、区体育局，以及橙狮体育这样的头部企业，为南岸区体育赛事、体育服务提供充足供给，推动区域内青少年文体并进，提升学生体质和竞技水平。

中国大学生篮球联赛覆盖全国32个省市区、1600余所高校和近2000支队伍，分为基层赛、分区赛、全国赛等阶段。目前，各地基层赛已进入尾声，分区赛计划于3月中旬拉开帷幕。

青少时讯

超越自我 放飞梦想

全国纸飞机嘉年华广州落幕

本报讯 2022年全国纸飞机嘉年华暨“放飞梦想”全国青少年纸飞机通讯赛总决赛近日在广州市第二中学南沙天元学校举行。赛事由国家体育总局航空无线电模型运动管理中心、中国航空运动协会主办。赛事共收到来自全国各地390支参赛队伍、近8000项次报名，创下了有史以来纸飞机线上赛的最大规模记录。

本次赛事分为制作、场地、放飞三部分进行视频录制并上传，裁判组需要在2天时间内评审16000多条视频，且完成所有成绩判定。最终裁判组采用了线上线下结合的评审方式，以确保赛事成绩的快速、准确且有效。同时科技竞赛平台也首次启用线上平

台裁判评审和成绩录入同步进行的方式，确保成绩有效且公平公正。

纸飞机作为一项深受欢迎的航空科技体育活动，因其趣味性强、普及面广、参与度高，近年来受到越来越多青少年的关注和喜爱，自2015年首届全国总决赛举办以来，项目延伸到只能用纸张做成的飞行器均可称为纸飞机，比赛方式也越来越多样化，现在已经有将近20个比赛项目。纸飞机活动有利于培养青少年的创新精神和动手能力，提高青少年的科技意识和整体素质，展现精益求精的工匠智慧及勇于挑战、超越自我的精神风貌。

（黄心豪 方乐斌）

图片报道

成都双流举办亲子骑行嘉年华

本报讯 2023年“奔跑吧·少年”亲子骑行嘉年华日前在成都市双流区黄龙溪古镇廊桥广场启航，近200组家庭相聚此地，在春天里驰骋，尽享骑行的欢乐。

本次活动由骑行竞赛和趣味探险两部分组成。竞赛内容包括幼儿平衡车骑行和儿童自行车亲子骑行两部分，根据年龄段设置了竞速赛（滑步车/自行车）、爬坡王（滑步车/自行车）等4个大类25个组别的比赛，充分满足2至10岁群体的参赛需求。比赛以淘汰赛的形式进行，参赛选手需选用对应车辆，凭借自身的冲刺和过弯本领快速抵达终点。

活动还以家庭为单位，设置了全家齐探险趣味活动，要求家庭成员全程一起行动，并根据提示寻找打卡点，完成印章的收集。该活动让孩子在运动中学会了合作、在游戏中找到快乐、在互动中体味亲情，让更多家庭在户外运动中共享亲子时光。

（王子纯）



主办方供图