



“圆梦工程”点亮乡村学生体育生活

“圆梦工程”农村未成年人体育夏令营是由中央文明办三局和国家体育总局青少司在2018年共同启动实施的。该项目以体育夏令营、体育志愿服务进校园、体育大讲堂培训等为主要形式，并结合爱国主义教育、体育明星交流等内容，旨在向农村未成年人普及体育技能，传播中华传统体育文化，同时发挥体育教育功能，加强农村未成年人思想道德建设，提高农村未成年人运动技能和体质健康水平。5年间，“圆梦工程”走进了14个省市区近150个县市，培训了约1500名乡村基层体育教师。活动中，体育志愿者们走进千余所乡村青少年宫，体育志愿服务总时长近19200课时，服务农村未成年人超482万人次。

今年，“圆梦工程”又一次如约而至，走进了内蒙古、江西、湖南、湖北、贵州、山西、陕西、甘肃、四川、河南等10个省区。

本报记者 顾 宁

“老师你们明年还会再来吗？”
“还有什么好玩的游戏可以教给我们吗？”
随着2023年“圆梦工程”农村未成年人体育志愿服务江西崇义站的结束，今年的志愿服务也落下了帷幕。

基础项目 让农村未成年人动起来

“圆梦工程”夏令营活动服务对象均为农村未成年人，活动优先遴选留守儿童、事实无人抚养儿童等农村贫困儿童青少年参加。考虑到孩子们的实际情况，夏令营更多选择了便于参与的基础大项。“我们希望通过篮球、足球等基础项目，最大限度地让更多农村未成年人参与其中，让更多孩子动起来。同时，我们也力争让更多具有地方特色、民族特色的传统体育项目充实到项目中，让活动有亮点、有特色、有内涵。”活动承办方、全国体育运动学校联合会副秘书长高扬说。

在陕西汉中天，田径、篮球、跆拳道三项运动的基本技术是小营员们学习的主要内容。“我们的学生大部分来自周边农村，多数是父母在外务工的农村留守儿童，参加此次活动是孩子们学习生活中少有的体验。学习运动技能的同时，让孩子们在体育活动中享受乐趣，增强体质、健全人格、磨练意志。”带队来参加夏令营活动的汉中市石燕小学教务处主任汤自林说。在她看来，选择常见、熟悉的运动不仅可以提高学生们的专项和团队协作能力，还可以及时向身边的家人朋友分享自己的体育经历和心得体会，增进彼此之间的友谊和理解，“活动也得到了家长们的一致好评”。

在湖北站，夏令营主要围绕体育项目训练、身体形态及专项技能测试等展开。在体育项目训练中，孩子们以篮球作为主要训练项目，并分组轮换进行了田径、足球、排球、武术、棒垒球训练。在短短5天的时间里，营员们经受了风雨的洗礼，饱受了烈日的考验。小营员们说，夏令营让他们增长了见识、磨炼了意志，接受了爱国主义教育，体验了集体生活，展现了自我，同时也强健了体魄，振奋了精神，提升了身体素质和心理素质，培养了竞争意识和团队精神。

湖南湘西吉首站的活动也是以篮球项目为主。活动期间，夏令营还邀请到长沙市冠军球队教练进驻湘西土家族苗族自治州进行指导、训练，为孩子们讲解篮球基本技巧和动作，提升他们的篮球水平。

在刚刚结束的江西崇义站，足球成为这站活动的主要元素。夏令营期间，活动方利用课后延时服务时间，围绕足球相关内容，为孩子们带来足球运动基础知识与实战技能训练、中华民族传统文化与奥林匹克文化、青少年体育健康知识普及、爱国主义教育、智慧跑等内容。前中国国家女子足球队队员王丽平和江西足协组织的教练员讲师团队组成了本次夏令营活动专家组，分批组织孩子进行各类足球游戏，孩子们的加油声和欢笑声响彻了整个操场。活动中，来自崇义县横水中心小学四年级的学生陈书涵告诉记者，自己是一名留守儿童，父母工作繁忙，陪伴他的时间不多，平时学习运动技能的机会也不多，“圆梦工程”让他首次接触到了足球训练，并喜爱上这项多人参与的团队运动。“未来我会更积极地参与足球活动，充实自己的课外生活。”

据了解，“圆梦工程”在江西省已开展了5年。5年间，通过“圆梦工程”的各项活动，让一批又一批的江西农村未成年人与足球运动结缘，让更多农村青少年体验到足球的乐趣，享受到足球的快乐。

趣味游戏 唤起运动兴趣

趣味十足是“圆梦工程”农村未成年人体育夏令营的另一大亮点。在山西繁峙站，活动在体育游戏“松鼠与大树”“韵律识名”“分队团建”中正式拉开帷幕。

在“松鼠与大树”游戏中，孩子们可以自行选择扮演“松鼠”还是“大树”。当老师说“松鼠”时，扮演“大树”的同学不能动，“松鼠”要离开原来的“大树”，重新选择其他“大树”；当老师说“大树”时，则“松鼠”不能动，“大树”需要离开先前的同伴组合成新的“大树”，并圈住“松鼠”；而当老师说“地震”时，“大树”和“松鼠”要全部打散重组，且两者可以角色互换。在老师的指令下，小营员们不断变换自己的位置，在跑动过程中经常因为看中同一个位置而撞在一起，笑声不断。

小营员张家亮说：“我们在做游戏的时候，虽然只有三个不同的口令，但是每次移动的人都是不一样的，有时候还可以变化自己的身份，短短十分钟的游戏，让我们非常快乐。学校体育老师答应我们，以后课间操也会带着我们一起玩。”

夏令营相关负责人表示，趣味游戏能更好地唤起孩子对体育运动的兴趣。“简单的游戏，不仅可以作为热身运动，还可以锻炼反应能力，在游戏中，同学扮演不同的角色，承担不同的责任，每个人都要争取不使自己落单。”

在甘肃积石山站，趣味运动会也是夏令营中重要的一环。趣味运动会现场各队竞争激烈，对内团结协作，对外为团队而战。“我最喜欢两人三足和毛毛虫两个游戏，因为都是需要团队合作才能完成的。两人三足虽然只需要两个人，但因为是随机分配同伴，所以可能身高相差较大，需要我们配合对方的步伐，寻找合适的步幅和速度，才能取得最后的成功。毛毛虫因为整体是软软的，当我们一起向前跑的时候，需要带着它一起向前移动，很考验默契和协作，但也感觉特别好玩。”积石山县友谊小学学生李斌说。不仅如此，活动方还组织孩子们开展了“智慧跑+运动一夏”活动。通过重新分组，让小营员每组设置自己的队名及口号，让参加夏令营的每个孩子学到共同生活、与人合作及团队协作。

寓教于乐 老师也是受益者

在山西繁峙站，内容丰富的趣味游戏不仅让操场上充满学生的欢笑声，也让当地老师对体育课有了新的思考。“通过参加本次趣味运动会项目的培训，我学习到了设计趣味运动项目的方法及项目编排技巧，掌握了如何利用现有资源因地制宜地进行体育教学，以提高学生的兴趣。在今后的教学中，我会运用本次培训的方法和教学理念，从学生的特点和兴趣出发，把一些项目改编成更有趣的体育运动内容，让更多的学生参与到体育锻炼中来，提升学生体质和体育兴趣。”山西省忻州市崇义县彩璟小学教师郝珊说。

这次趣味运动会也让彩璟小学教师魏慧荣受益颇深。她说，运动会设计内容新颖，收获非常大，大部分都是没有见过的项目。“比如古风接力、投壶、旋风跑、穿越障碍射击赛、智勇闯关等十多项内容，项目的设计融入了爱国主义教育、民族传统体育文化、军事教育，这些项目都使我大开眼界，耳目一新。我今后在教学过程中也会沿用这种设计思路，让思政教育贯穿到我的体育课堂中，在体育运动中对学生们进行爱国主义教育，在提高学生体质的同时，对其进行能力的培养。”

在江西崇义站，为更好服务本次“圆梦工程”活动，江西省足协近期在崇义县连续举办了三期E级足球教练员培训班，参加培训的90名学员都是崇义县各中小学的体育老师，他们通过专业的培训，掌握了更专业的理论和实践技能。在未来一个月的时间里，这些体育老师们还将进驻崇义县各中小学，推广普及足球运动，进行体育志愿服务，预计将有1万余名中小学生通过活动，体验到足球运动的快乐。

崇义县横水中心小学负责人胡君表示，“圆梦工程”活动和足球教练员培训班让自己掌握了更多的足球知识，也认识到足球运动对培养孩子意志品质的重要。“比如团队合作和面对挫折永不放弃、勇往直前的精神等，这些都是孩子们在课堂上学习不到的。未来，我也会继续精进足球知识，接受更高水平教练员培训，让更多孩子接触到足球、热爱上足球。”

科技元素 激发探索欲望

科技元素也贯穿着“圆梦工程”农村未成年人体育夏令营的始终。在山西繁峙站，北斗智慧跑项目吸引了所有孩子的目光。据了解，北斗智慧跑项目是以北斗时空应用为技术，架构搭建线上平台，将卫星导航定位功能与体育运动、科学普及相融合，突破体育

活动在时间和地域上的限制。对于孩子们来说，这是他们第一次接触到“体育+科技”这个概念并且实行，形式上的创新也让学生们对体育运动有了更深的兴趣。

来自繁峙县彩璟小学的学生石振煜说：“夏令营中，我印象最深的项目是智慧跑，我们需要跟着北斗导航系统一起去寻宝，特别有趣。在智慧跑之前，老师还带领我们一起观看了纪录片《北斗》。看完这部纪录片后，我深感震撼和自豪，感受到了科技的力量，卫星系统竟可以应用于我们生活的方方面面，激发了我对科学的探索欲望。长大了我也想当一名科学家，为祖国、为家乡贡献自己的一份力量。”

北斗智慧跑也走进了四川凉山普格站，通过智慧跑，孩子们不仅增长了知识，培养了科学探索精神，还极大地调动了好奇心和求知欲，激发了参加体育运动的热情。来自四川省凉山彝族自治州普格县附城小学的小营员阿凉耳呷是第一次接触这样的项目，他说：“以前我以为智能手机就算是高科技了，我能跟遥远的爸爸妈妈通话，但是这次活动让我在地图上看见了自己的运动轨迹，太神奇了，我很兴奋。它还把单一枯燥的跑步变为有趣的寻宝，让我们在快乐运动中增强了体质。”

团队拓展 践行社会主义核心价值观

让孩子们在各项体育活动中培育和践行社会主义核心价值观，是“圆梦工程”农村未成年人体育夏令营的初衷之一。在山西繁峙站，团队拓展训练成为本次活动的一大特色。

活动以“阿水的故事”开始，训练学生的反应力和专注力，活跃气氛，提升学生的兴趣。再以素质拓展训练项目“超音速”为主要内容，以社会主义核心价值观为载体，将深奥的价值观通过游戏的形式融入到教学活动中。活动要求团队在最短的时间内，按照规则要求，以接力跑的形式将分别写着“富强、民主、文明、和谐、自由、平等、公正、法制、爱国、敬业、诚信、友善”的十二张卡片按照顺序翻起，用时最短的队伍获胜。

山西繁峙站夏令营相关负责人表示，设置这样的团队拓展项目旨在寓教于乐，在提升学生体能的同时，加强爱国主义教育，培养他们的团队意识、沟通交流及思考问题、解决问题的能力。通过“游戏为什么玩不下去了呢？”引出规则的重要性；通过“为什么会出现一张卡片被多次重复翻开的情况？”引导学生懂得准确沟通的重要性；通过“你认为如何能更高效地完成项目？”让团队懂得制定计划，并有效、有序、优质地去执行。“在活动过程中培育和践行社会主义核心价值观对学生今后的发展及成长意义重大。

在团队拓展之外，夏令营还安排了多种形

式来践行爱国主义教育，比如观看纪录片《领航》等。”

繁峙站夏令营活动教练员领队苏转平介绍，除了内容丰富的体育训练项目外，夏令营还精心设计了多体教融合的内容。“比如我们会在团队游戏中融入社会主义核心价值观，培养孩子们的爱国主义精神，增强孩子们的自信心。又比如我们在夏令营中引入了民族传统体育项目，旨在增强孩子们的民族文化自信，并设置了军事体育内容，让孩子们在锻炼身体的基础上，增强爱国主义情怀，以体育促进乡村振兴。”在苏转平看来，“圆梦工程”农村未成年人体育志愿服务是一项切实关注农村未成年人教育的活动，真正从农村入手，关注关爱农村未成年人。“对孩子们来说，这是一个很好的教育机会，我们也希望通过这样一个平台，去开阔孩子们的眼界，强健他们的身体，让他们收获身体和心灵上的双重成长。”

在四川凉山普格站，这样的体教融合形式也受到了当地学校的肯定。四川省凉山彝族自治州普格县附城小学副校长郑丽萍表示，“圆梦工程”夏令营实行一周的集中培训，每天超过6小时的集中训练时间，对培养学生持之以恒、刻苦勤勉的精神和规律的作息有持续性作用，“好的习惯一旦养成是终身受益的”。同时，夏令营中的团队拓展和分组对抗也让郑丽萍感慨颇深。“在分组对抗中，小营员们随机分组，再进行小组对抗，最后进行决赛。在这个过程中，他们每个人都在自己的位置上发光发亮，也让他们深刻理解到团队的重要，明白个人和集体是密不可分的，一个团队要做到聚是一团火，散是满天星。”

不仅是山西和四川，2023年“圆梦工程”农村未成年人体育志愿服务的很多站中都开展了爱国教育、奥林匹克精神学习等活动。活动相关负责人表示，“圆梦工程”既注重思想道德内涵的融入贯穿，又注重中华优秀传统文化的教育普及，成为培育和践行社会主义核心价值观的载体和抓手，促进了农村未成年人思想道德建设工作的开展。希望通过“圆梦工程”的开展为农村未成年人打造一个运动参与、文体交流、体验分享的大平台。



本版图片由主办方提供