

中国体育报

CHINA SPORTS DAILY

国家体育总局政府网 <http://www.sport.gov.cn>

新体育网 <http://www.new-sports.cn>



2024年6月

26

星期三

国家体育总局主管
中国体育报业总社
有限公司主办
中国体育报出版
今日八版
国内统一连续出版物号：
CN 11-0082
邮发代号：1-47
第14441期



浑南九小开展小轮车活动。

这所学校，打造了一个体育乐园(下)

本报记者 部国华 卢苇

沈阳市浑南区第九小学有大量的时间让孩子释放天性，沉浸在各种各样的“疯玩”中。体育在学校教育中发挥了什么作用？体教融合在这里提供了什么可以借鉴的范本？记者和该校校长侯明飞有了下面的对话。

记者：我们看到，浑南九小大量的体育设施，您在建校之初是怎么考虑的？

侯明飞：浑南区第九小学成立于2017年，是一所公办小学。建校以来，学校一直秉持儿童主场，坚持遵循儿童成长和认知规律，积极探索以学生身体、大脑、心灵为教育对象的“灵动教育”。身体有力量、大脑有力量、精神有力量、行动有力量——这是核心思想，要让学生的身体、大脑和心灵发挥出真正的力量。

眼下小学教育最大的问题之一是缺少运动，很多时候只有活动和律动，达不到运动的强度。真正的运动是有氧和无氧两种状态，具体体现在心率加快、体温升高，这样的运动才能提高心肺功能和免疫力。

孩子的品格教育，不是靠写作业写出来的，抗挫折能力也不是写作业写出来的。摸爬滚打是孩子的本能，如果只是一味管控，就是不尊重天性。天性是自发自、自动、自觉的行为。儿童对空间的感知就在摸爬滚打之中。如果摸爬滚打发展不充分，空间思维发展就会受到限制。基础教育阶段的目标是培养每个孩子成为更有生命力、更具学习力的个体。

学校操场上大大小小的轮胎、一排排的独轮车、高大的滑梯、长长的滑板赛道、梅花桩、绳梯、造雪(雨)机、大型室内滑雪训练机、赛艇浆池、齐肩高的国际象棋、高高的攀岩墙……单纯从场景看，就已经颠覆了传统学校中体育的概念。透过现象看本质，这种“玩”是基于对儿童脑、身、心发展规律的研究和尊重，把握住了儿童的“玩”与“体力、智力、心力和能力”的内在联系。正是在回归儿童天性的“玩”中，浑南九小的孩子们获得了身体、大脑、心灵和能力的全面发展。

记者：每堂课1小时，没有课间10分钟，学生不累吗？如何达到体教融合的最佳状态？

侯明飞：这个问题每年都有人问，我们有秘密武器——《汉字游戏》《趣练心算》《玩转四巧板》《少儿国际象棋》《心智多米诺》，这是我们的校本课。传统教学中，老师也明白高密度的知识传授并非理想状态，孩子难免会分心，但很多老师的教学仍然无法脱离传统课本的知识传授。我们将脑动力课程融入国家课程，每节课1小时，取消课间10分钟，让老师带领孩子“玩”校本课程，通过切换思维模式的方式让大脑得到休息。随着时间的推移，这些课程中提升的演绎思维、逻辑思维，以及系统抽象能力，将有效促进孩子对国家课程的理解。

体教融合，要把“体”放在前面。小脑负责协调身体、认知和情绪。人们通过运动提高对身体的控制能力，逐渐形成高级别反应，而后可以在不需思考的情况下做出自然反应，这与许多经验性学习相似。

原有体育课的安排是以老师为中心，强调老师的组织和各个环节衔接的科学性，但是不利于孩子运动素质的提高。我们的理念是对标中小学体质健康标准、盯着学生的核心能力发展。早上有晨跑、跳绳，白天有体育课，还有课间休息整合出来的运动时间，再加上课后延时服务，孩子们的运动时间和运动量就有保证了，这样还有利于孩子们从兴趣出发掌握一项甚至多项体育技能。

(下转第二版)

体坛快评

“玩”出强大

杨 畅

炼中昂扬，让行动有力量。

去年“六一”儿童节前夕，习近平总书记在看望慰问北京育英学校师生时指出，体育锻炼是增强少年儿童体质最有效的手段。现在生活条件好了，孩子们不是要吃得胖胖的，而是要长得壮壮的、练得棒棒的。体育锻炼要从小抓起，体育锻炼多一些，“小胖墩”“小眼镜”就少一些。浑南九小用实践证明，“玩”本身就是教育的重要内容，是孩子成长道路上不可或缺的一环，通过丰富多彩的体育活动，能够帮助孩子们在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，成长为德智体美劳全面发展的社会主义事业接班人。

少年儿童是祖国的未来。把我国全面建成社会主义现代化强国，需要一代代人接力奋斗。希望浑南九小的故事为更多人知晓，更希望有更多浑南九小这样的“体育乐园”为孩子们的健康成长提供沃土，培养更多堪当强国建设、民族复兴大任的栋梁之材。

少年儿童的成长，需要一代代人接力奋斗。希望浑南九小的故事为更多人知晓，更希望有更多浑南九小这样的“体育乐园”为孩子们的健康成长提供沃土，培养更多堪当强国建设、民族复兴大任的栋梁之材。

巴黎奥运会倒计时30天

冲刺，向着目标全力以赴

本报报道组

再有一个月，巴黎奥运会就将如约而至，在冲刺倒计时的关键阶段，中国体操、乒乓球、举重、跳水、女排、羽毛球、跆拳道、帆船帆板等各个项目都呈现出箭在弦上引而待发的备战氛围，各支队伍持续在细节上下狠功夫，为达到最佳竞技状态而不懈努力。

固本补短 再创辉煌

国家体操队的备战已经进入赛前合练阶段，训练气氛更加热烈。队员们在以“高难度、高质量、高稳定性”为目标打磨成套动作的同时，正向着实现更好的团队配合、更团结向上的团队氛围、更优质的成套动作完成度等方面提升。女队在6月12日进行的选拔测验中尝试了高台实战，找到了失误率较高、队员难度动作使用折扣不足，近期正在针对问题提升成套动作完成质量，继续强化实战训练水平。国家蹦床队在结束奥运选拔赛后，也投入到紧张的高台实战训练，进一步夯实基础，注重赛练结合、从实战出发，不断提升实战能力，最大程度帮助队员找准比赛状态。国家艺术体操队刚刚结束世界杯米兰站比赛任务回到国内，将结合比赛发现的问题，在剩下的一个月备战中继续打磨成套

动作，提升完成质量和艺术表现力。

“敢赢、想赢、能赢，冠军是自己拼出来的！”“抓严、抓细、抓实，全力冲击巴黎奥运会！”中国羽毛球队正在位于四川双流的国家羽毛球训练基地进行巴黎奥运会的备战冲刺训练。走进基地，随处可见的标语，提醒着国羽将士们距离奥运会越来越近。6月25日是一个周期训练的开始，队伍从早上8点半开始训练，单打组首先进行力量训练。女单“一姐”陈雨菲正在专家指导组成员、体能教练李春雷的指导下，从举杠铃到其它器械一丝不苟地训练。另一边，男单队员石宇奇也正在按照计划进行。10点，单打组力量训练结束后，单打组回到球馆，女单组进行了专项移动和冲刺跑训练，男单组则进行专项灵敏训练。女双组两对即将参加巴黎奥运会的组别陈清晨/贾一凡、刘圣书/谭宁在训练中得到了特殊照顾，四个人分处在四片场地，进行技术训练。陈清晨更是上演了“一打四”，女双组教练陶嘉明加入与陈清晨对抗的训练中。当陈清晨与网对面的四人形成多回合对抗并赢下一球时，她特别开心地喊道：“太厉害了！”

随着巴黎奥运会近在咫尺，中国乒乓球队目前正在成都乒乓球训练基地固优势、补短板，全方面为巴黎奥运会积蓄力量，除了高强度的训练以外，中国乒

乓球队还迎来张怡宁、邓亚萍、王楠等多位前辈，以形式多样的活动为国乒备战巴黎赋能。女乒首位大满贯得主邓亚萍与国乒将士们近距离交流备战心得，擅长长胶打法的邓亚萍直接拿起球拍，走进场地，向奥运参赛队员讲解颗粒和防弧打法的精髓，孙颖莎、陈梦、王曼昱等队员也亲身体验了一把。邓亚萍表示，不光要“认真研究对手”，更要勇于“战胜自己”。

大满贯得主王楠将自己多年来奥运备战经验和面对困难时的心态调整，分享给了国乒女队，她表示：“越到最后的关键时刻，越要自信起来。能够代表中国乒乓球队去参加奥运会的人一定是最强大的。大家在封闭集训中一定要敢于面对困难，战胜困难。”

奥运备战冲刺阶段，国家举重队的备战正全力以赴上强度，按照“练高、练稳、练厚、练实”的要求，以“拿稳金牌”为目标。根据巴黎奥运会举重项目参赛相关规定，中国举重队已经在上月完成了最终报名，侯志慧、罗诗芳、李雯雯、李发彬、石智勇、刘焕华将出战巴黎奥运会，不允许替补和换人。因此，在接下来备战中队伍将以高标准、严要求做好每一天的备战，做好伤病防控工作，运动员必须在训练中全神贯注，教练员的把控也要做到万无一失。

(下转第三版)



图片报道

黑龙江同江市街津口居民近日举行叉草球比赛。叉草球是当地赫哲族的一项传统体育活动，源于日常的渔猎生活。图为两队队员在叉草球比赛中。

新华社发
(兰红光摄)

防范化解风险 筑牢田径赛事安全屏障

本报记者 傅潇雯

近年来，田径赛事在丰富群众生活、推进全民健身等方面起到了积极作用，加强田径赛事的安全监管，保障参赛群众健康安全，维护田径行业的安全稳定尤为重要。中国田径协会秉承“安全第一”的原则，不断完善安全生产工作机制，筑牢田径赛事安全屏障。

赛事全流程管理 精细策划严密检查

田径赛事具有规模大、人数多、时间长的特点，办赛组织工作复杂，涉及各方人员和协调工作范围广。落实赛前、赛中、赛后监管责任，以及突发事件及时报告机制，办安全、精彩的田径赛事，筑牢田径行业发展安全之基。

“赛前，我们组织赛区、比赛监督、裁判等对比赛场地、器材设备进行全面的安全检查，确保场地设施符合安全标准，器材设备无安全隐患。”中国田径协

会相关负责人说，通过赛前联调，综合考虑比赛场地、比赛项目、参与人数等要素，对赛事的流程加以分析，提前发现并排除可能存在的安全隐患，而后针对这些隐患、赛时天气预报等，重点关注并指导赛区拟定相应的预防举措与应急预案。

此外，在赛前裁判员大会、技术会议、组委会联席协调会议等重要会议上，强调赛事安全的重要性，明确各自在赛事安全保障工作中的职责与任务，为赛事的安全、顺利进行奠定基础。

赛事进行期间，中国田协在运动员热身区、起终点、观众区等重要区域安排专人值守，及时发现和处理突发事件。在赛场设置医疗点，配备专业医疗人员和急救设备。在比赛现场安排救护车待命，确保在发生意外时能够迅速提供救援服务。向参赛运动员普及自救互救知识，以增强他们的自我保护和能力。中国田协相关负责人表示，通过这一系列举措，能够最大程度地保障赛事进行期间的安全，让运动员、裁判员、其他工作人员及观众都能够在安全的环

境中参与到比赛中。通过持续改进，推动安全管理水平提升，定期评估和优化安全管理措施，不断推动安全管理工作向更高水平迈进，为每一场赛事的顺利进行保驾护航。

聚焦U系列赛事 预防风险加强指导

由于各省区市主办U系列田径赛事的数量多、影响广，中国田协重点加强了此类赛事的安全管理。据悉，每年底，在中国田协召开的U系列田径联赛赛风赛纪研讨会上，从参赛单位注册、运动员注册、裁判员管理、办赛单位承办要求，以及赛前、赛中、赛后的组织等方面对本年度的工作作全面总结，对相关风险进行逐一交流，为下一年度的赛事安全工作做好风险防范工作。

针对投掷项目赛事组织召开安全会议，重点强调投掷带器械训练安全，增强安全意识。同时，针对竞走国青队、竞走国少队在外地的日常训练工作，在审定训练计划的同时，提醒队伍确保训练、出行等各项工作安全有序进行。

在高温酷暑天气下举办的赛事活动，重点做好训练营、赛事的天气预警、舆情监测等工作，根据情况动态调整各项预案，建立熔断机制。