

用体育精神丰盈青少年的精神世界

□郭青松

今年寒假期间,最令人瞩目的体育赛事莫过于女足亚洲杯和北京冬奥会了。

在亚洲杯决赛上,原本落后2球的中国女足上演了逆转绝杀,时隔16年再次捧起冠军奖杯,展现了“铿锵玫瑰”顽强不屈的拼搏精神。再看北京冬奥会,谷爱凌勇敢挑战,突破自我,获得自由式滑雪女子大跳台的金牌;“只要中国队赢,我就不算输”,短道速滑男子1000米决赛后武大靖的发言令人感动……不管是哪个赛场,也不管是哪个运动员,运动员本身的精彩表现之外,最激励人心的都是他们展现出来的体育精神。

是的,体育精神,哪怕是年逾古稀的老人,都能被健康向上的体育精神感染。南非前总统曼德拉曾说:“体育拥有改变世界的力量,它能够激发灵感,有着无可替代的团聚人群的力量,它以年轻人理解的语言和年轻人交流,它在绝望之处创造着希望。”从教育的角度讲,用体育精神来丰盈青少年的精神世界,其教育作用是无比巨大的。

它教育青少年要有规则意识。人与人之间需要竞争,但所有竞争的前提是遵守规则。在体育竞赛中,那些不遵守规则,搞“小动作”的人常常遭人诟病,比如使用兴奋剂、在短道速滑比赛中故意绊倒对手等。孔子说:“君子无所争,必也射乎!揖让而升,下而饮,其争也君子。”“揖让而升,下而饮”既是谦逊有礼的表现,也是对规则的遵守。

它提醒青少年要团结合作。在中国短道速滑队拿到混合团体接力金牌后,队员范可新说:“我永远都相信团队。”体育运动项目,尤其是那些团体项目,仅靠个人的努力是不够的,哪怕是个体之间的比赛,要想取得好成绩,也离不开教练、陪练、后勤工作人员等团队的作用。所以,体育竞赛不是个人出风头,体育精神更不是弘扬个人主义,而是学会团结合作,看到团队的作用——再厉害的球星也需要队友的配合。

它激发青少年的爱国热情。无论运动员身披国旗奔跑、欢呼,还是奏响的国歌和升起的国旗,这些都能对观众产生强烈的影响,心中的自豪感和爱国热情都会油然而生。哪怕只是学校的运动会,运动员们心中想着的也是为班集体的荣誉而战,周围的观众也在为自己班上的运动员呐喊。这个时候,学生爱班级、爱学校的热情会空前高涨。别小看了这些,扩而大之,他们的爱国热情也会在不知不觉中得到升华。从为班级而战、为学校而战,到为国家而战,体育精神一次又一次地激发出青少年的爱国热情。

它有助于提高青少年的心理健康水平。在激烈的运动环境和热烈的舆论环境中,通过相互评价和自我评价,青少年会感受到友谊、赞扬、批评、激励等,并产生各种复杂的情感体验。而在体育运动过程中又需要不断面对挫折和克服困难,这可以提高青少年的抗挫折能力和情绪调节能力,培养其坚强的意志品质;在不断超越自我的过程中,他们又会体验到成功的喜悦,从而形成客观评价自我的习惯和能力,增强自尊和自信心,形成积极向上、乐观开朗的人生态度。同样,那些优秀运动员身上表现出来的体育精神,也会对心理产生积极影响。可以说,体育精神是一种非常有益的心理资源。

作为教育工作者,应该努力让体育精神之花开在每个青少年的心间。当青少年爱上体育,他们就会得到体育精神的滋养,并因此丰富、滋养、充实人生。

实话·实说

浙江专业报新闻名专栏

这个寒假是“冰雪”味的
浙江师生火热共筑冬奥梦

□本报记者 张纯纯

“我画的冰墩墩会是谁收到呢?”冬奥会期间,多名运动员在社交媒体上晒出了自己收到的运动员背包,里面除了有吉祥物冰墩墩,还有一幅中国小朋友的绘画作品,为运动员们送上新春祝福。看到参加了4届冬奥会的选手布里特妮·考克斯在采访时表示收到画感觉很温暖,并把画挂在了墙上,金华市站前小学五(4)班学生吴依依也开始畅想自己的画会出现在哪位运动员的背包里。原来,这些画作均来自北京2022年冬奥会和冬残奥会青少年画作展中的作品,站前小学共有8名学生的绘画作品入选。冰墩墩、雪容融、滑雪、滑冰、长城、长江……一幅幅融合了冬奥会元素和中华文化的精美画作,不仅描绘了站前学子对冬奥会的向往,更是向祖国表达了美好的祝福。

把画作放进运动员背包里的机会并非人人都有,但浙江的师生们对冬奥会的热情并没有因此打折。这个寒假,在与北京冬奥会“更高、更快、更强、更团结”精神的同频共振中,在浓浓的“冰雪”味里,师生们努力创造着属于自己的“冬奥时刻”,一起向未来。

用艺术点“靓”冬奥

粘好最后一圈五彩冰丝带,花了近一个半小时后,平湖市东湖小学东湖校区的五年级学生孙逸一终于拥有了一个独一无二的冰墩墩。这个以彩色面团为原料,通过印、捏、镶、滚等技法完成的面塑版冰墩墩,是孙逸一在平湖市青少年综合服务中心举办的“走近面塑文化,一起实现‘冰墩墩’自由”青少年公益课堂活动上制作的。“活动通过‘青春平湖’公众号发出后,报名人数一下子就破百了。因为江南面塑文化展示馆场地有限及为了更好的制作体验,最后确定了13名学生参加。”活动负责人王萍介绍,此次活动将非遗面塑艺术与冬奥会巧妙结合,现场还举行了冬奥知识问答,让青少年在感受传统文化魅力的同时,了解冬奥、走进冬奥、助力冬奥。

冬奥会开幕以来,吉祥物冰墩墩凭借其可爱的形象成为“顶流”,“一墩难求”,于是师生们纷纷“脑洞”大开——剪

刀下、画笔下、毛笔下的冰墩墩各具形态、惟妙惟肖;“橘墩墩”“灯笼墩”“大米墩”……独特的材料也让学生们手里的冰墩墩成了限量版。杭州市长寿桥小学学生商佳玲选择用咸鸭蛋来制作冰墩墩,在她看来,冰墩墩原型虽然是只熊猫,但白白胖胖的,远看像个蛋,用白色的咸鸭蛋来制作很符合它的肤色,“我还在下面配了透明的糖盖,像冰雪一样晶莹剔透。祝愿运动员们像冰墩墩一样拥有强健有力的身体,坚韧不拔的意志,超越自我”。

除了吉祥物以外,也有师生被本届冬奥会的体育图标吸引了目光。冬奥会前夕,绍兴市上虞区实验小学教育集团上德校区版画社团的学生们就在教师的指导下,采用传统版画、活字印刷等非遗工艺,生动呈现了24枚冬奥会体育图标,送上对中国奥运健儿以及伟大祖国的美好祝福。

浦江县前吴乡福和希望小学美术教师张晶晶则在寒假期间发挥专业特长,运用阴刻、阳刻等篆刻手法,创作了24个冬奥会图标和6个冬残奥会图标。张晶晶表示,这30个体育图标本身就是以中国汉字为灵感来源,并以篆刻艺术为主要呈现形式的,自己家里正好有橡皮砖,就想以此为中国冰雪运动员加油助威,“我还在画面里添加了几条不规则的线条,这样印出来的画面有种运动中带风的效果,更能体现运动时的速度和激情”。

冰雪运动“热”起来

比冰墩墩更招师生们喜欢的,是在冰雪场里肆意飞扬、不断超越自我的奥运健儿。“我每天都会看比赛,目前为止印象最深的就是中国选手谷爱凌在自由式滑雪女子大跳台比赛的最后一跳,她完成了向左偏轴转体1620度动作,非常不容易。她刻苦训练、永不放弃的精神值得我学习。”与孙逸一一样,观看冬奥会比赛成了许多中小学生学习今年寒假最喜欢的作业。

宁波市实验小学七色花中队冬奥假日小队的学生们却不仅仅满足于“看”,他们在教师的带领下来到宁波市奉化区商量岗滑雪场,亲身接触冰雪,感受冰雪运动的魅力。“看电视时,孩子们只觉

得滑雪很酷,但亲身实践以后就会发现一个简单的动作都需要多次练习才能完成,更能体会到运动员的不易,自己也在不断摔跤中越挫越勇。”班主任叶彦炯说。

在宁波市海曙区洞桥镇中心小学的校园里,一场激烈的“轮转冰”速度轮滑竞赛让冬日的校园沸腾起来,这是该校在寒假托管中推出的“筑梦冰雪·相约冬奥”冰雪嘉年华课程的一部分。为了让参赛选手的体验更真实,此次实战采用“两圈计时赛”的冬奥会比赛形式,每圈100米,共滑行两圈,用时最短者胜出。

作为全国青少年校园冰雪特色学校,近年来,海曙区洞桥镇中心小学大力普及轮滑运动,主攻短道速滑。全校有99%的学生参加过轮滑课程,并已培养出90名专业队员。“学生们在轮滑中迸发激情,挑战自我,感受轮滑带来的自由与活力。”校长陈伟平介绍,多年的轮滑训练经验让轮滑队员们能够在极短时间内就完成“轮转冰”,2021年年底,学生代表就在教练的带领下走进真冰场开展“轮转冰”特色项目基地实践活动。

没有冰雪条件怎么办?右手推着外公烧开水用的不锈钢水壶,左手拎着一把海绵拖把,杭州市行知中学708班学生骆宇涵在公园里来了一场“个人冰壶赛”。骆宇涵曾去芬兰参加研学并和当地学生打了一场冰壶对抗赛,对此印象深刻。因此当收到“冬奥模仿秀”的班级作业后,他第一个想到要模仿的就是冰壶比赛。而其他同学上交的作业也是创意十足,有的拿滑板当钢架雪车,有的用羽毛球拍当冰球棍……一个个冬奥会“杭州分会场”就这样诞生了。

冰雪之外还有什么

用二十四节气来倒计时,黄河之水从天而来奔汇成“冰”,五环破“冰”而出,普通的中国人将国旗手手相传,最后一棒火炬直接放在主火炬台上……北京冬奥会开幕式诠释了大美中国里的浪漫美学,也展现了绿色、共享、开放的办会理念。

“北京冬奥会让我感受最深的就是‘绿色’……‘绿色’大巴是北京冬奥会上一道亮丽的风景线,它们可是‘身怀绝技’,所使



寒假期间,诸暨市浣东街道城新小学学生贾思涵体验滑雪运动,感受冰雪运动的魅力。

(本报通讯员 孙晓菲 周蜜蜜 摄)

用的能源既不是油也不是电,而是氢,可谓‘氢’装上阵。”杭州市保俶塔实验学校(松木场校区)学生章家诚在寒假作文里写道。

杭州市上城区九堡街道东城小学二年级学生马成骏不仅从冬奥会里学知识,还主动替开幕式“查漏补缺”。当他发现倒计时里的最后10个节气因为节奏加快并未配上诗词时,他决定将这些缺失的诗词补齐——秋分节气用上了李白《秋登宣城谢朓北楼》里的“江城如画里,山晚望晴空”,大雪节气则用名句“千山鸟飞绝,万径人踪灭”……他还在爸爸的帮助下结合央视的播出画面,制作了小视频。

在叶彦炯看来,在学科类知识的补充和运用之外,冬奥会对小学生而言更重要的作用是“提高规则意识”。她提到,自己所带班级的学生都在10岁左右,4年前的冬奥会很多项目他们还不能理解,但从去年的东京奥运会到今年的北京冬奥会,他们越来越能体会到必须有规则意识才能更好地提升自己,这对学习和生活会有很大的帮助。

身为一名二年级学生的家长,王萍坦言这个寒假和孩子一起看冬奥会是“压力满满”,“他提出的很多问题我们也不了解,需要查资料才能解答,这其实是‘双减’理念之下的让家长和孩子共成长”。

第1

视点

和“冰墩墩”一起过元宵

2月13日,温岭市箬横镇宣传办、团委、妇联联合温岭市乡村七巧板爱心服务社在箬横镇阅书吧开展“当元宵遇见冬奥”主题活动。40多名“小候鸟”参加活动,人人巧手自制“冰墩墩”元宵花灯,一起看冬奥、庆元宵。

(本报通讯员 朱国兵 摄)



台州市黄岩区富山小学:小小纸片助力“双减”落地生花

本报讯(通讯员 符文安 张倩)“双减”政策实施以来,台州市黄岩区富山小学立足本校纸艺特色,在课后服务时间里将纸艺课程与托管课堂、学科作业、校风建设等结合,创新托管服务模式,促进学生学思并行,快乐成长。

纸间创新,提升托管质量

从上学期起,每天放学铃响后,学生们就带着欢笑进入纸艺课堂,1小时的创意课程开启。“同学们,衍纸艺术是一种简单有趣的生活艺术。制作时,我们需要用到纸条、卷笔、衍纸模板、胶水……”纸艺课教师戴慧丽向学生一一展示所需的工具,在她的指导下,学生们纷纷动手制作纸艺作品。

“我想创作出独一无二的纸艺作品,每一天都期待着纸艺课堂的到来。”二年级学生潘溪轩开心地说道。

“双减”之下,学校在“学、思、行”并进的教學理念指引下,聚焦学生手动、脑动、心动的“三动”能力发展,着力培养其好奇

心、想象力和动手能力,打破托管的单一形式,将纸艺课程融入其中,把纸艺分解成衍纸艺术、插折纸艺术、剪贴画艺术、剪折纸艺术等各个教学兴趣小组,实现从托管到“纸艺与托管结合”的转变。

“‘双减’进校园后,学校调整了托管模式,纸艺课堂成了学生们最期待的课堂。全校老师也满怀热忱地加入创意课堂。”戴慧丽说,“托管模式的转变让学生主动思考、自主动手的时间增加了,构筑起新的学习生态。”

作业优化,纸艺融合学科

“没想到语文作业竟然是结合课文内容设计纸艺画,真是太有意思了!”四年级学生陈同不可思议地说。学生们没想到,纸艺竟然能和语文作业结合在一起。

将纸艺融入学科作业,源于一次主题为“提高作业质量”的教研活动。活动中,不少语文教师反映大多学生对课后作业兴趣不高,草草了事。为了设计出让学生喜闻乐见的作业,经过多次讨论,学校决

定尝试将纸艺与学科作业相结合,以个性化作业、专项作业等灵活多变的形式,吸引学生积极主动完成。

语文教研组组长于思成表示:“纸艺作业打破语文学科抄写、练习的作业形式,让学生将课上的所学所悟,通过自己的理解,设计成纸艺作品。学生们对纸艺作业的兴趣很高,能按照自己的理解完成创作。”

除了与语文学科融合,纸艺作业还迁移至音乐、道德与法治等课堂中。纸艺作品《花旦》的作者陈雨涵说:“音乐老师在课上给我们播放了京剧,人物的打扮太特别了,我就在想能不能用纸艺做出这样的作品。没想到在音乐老师的帮助下,我真的完成了。在制作的过程中,我还了解了京剧角色的各种扮相,这可是课本里学不到的知识。”

纸艺助力,打造优良校风

紧跟“双减”的脚步,学校将“环境育人”的校风贯彻到底,把纸艺与校风建设紧紧结合,建成了纸艺展览角、文化长廊,

用以展示学生的优秀作品。

“哇!那是我们跟着陈老师学跳舞的样子。”“看,这幅画和我们学过的古诗《四时田园杂兴》相关。”……课间,学生们的目光聚焦在各个纸艺角。在这里,学生们可以尽情展示才华,倾听每一面墙壁的“发声”。

校长黄君平表示,学生的纸艺作品分布在教学区的各个角落,是校园建设最亮丽独特的风景线,学生的创意、学校的精神都在纸间呈现,无声地传递给每一名学生,在他们心中播下积极成长的种子。在新的学期里,富山小学将继续开展以全人教育为目的的纸艺拓展课,打造落在实处、体现温度、浸润情怀的素质课堂。

