

特别关注

“四融合”释放育人力量

——四川天府新区华阳中学全健康体育工作纪实

本报记者 李小伟



图为四川天府新区华阳中学女子曲棍球队教学训练赛。

张刚富 摄

苔花如米小，也学牡丹开。伴着优美的旋律，运动场上，1000余名学生舒缓而有节律地吸气、呼气，侧腰、转腰，抬臂、拉伸，动作流畅、形态优美、矫健有力。近日，四川天府新区第七届中小学生综合运动会开幕式特色项目展示环节，东道主华阳中学展示的压轴戏——肌肉骨骼放松操，令人耳目一新，惊艳全场。

肌肉骨骼放松操是学校在疫情防控常态化的新形势下，践行“育心防疫”自主开发的运动心理疏导项目之一。四川天府新区华阳中学体育教研室主任、四川省特级教师何伟介绍说，充分发挥体育的育人功能，根据各学段学生的身心特点，学校创编了开心愉悦操、健脑操、啦啦舞、呼吸冥想操和肌肉骨骼放松操等五套运动心理疏导操。这是教体融合、体心融合、五育融合、管理融合“四融合”全健康体育的新成果，也是“育体育人、强体健心”特色学校体育的深化。

如何实施体育教学、大课间活动、课外体育锻炼与体育竞赛四位一体推进教体融合、体心融合、五育融合？华阳中学的基本做法是：体育教学初中实现每天一节体育课，高中

打破行政班级传统体育课模式，实行年级选课走班教学。大课间活动丰富多彩，内容主要包括：春季八段锦、球类等活动；夏季花式跳绳、集体跳大绳、运动心理疏导操（骨骼肌肉放松操、呼吸冥想操、健脑操等）；秋季发展民族民间体育、班级自创特色活动（如：街舞、搏击操、拉丁操、鬼步舞）等；冬季主要以长跑为主。课外体育锻炼注重竞赛，

根据不同的季节，年级举行各种班级联赛（足球联赛、排球联赛、篮球联赛、乒乓球联赛、羽毛球联赛、曲棍球联赛、游泳班级赛、拔河大奖赛、体质健康比拼赛等），以赛促练，效果显著。运动会逐步构建全员参与、人人受益的学校体育，回归“育体育人、强体健心”的全健康体育特色。

1 从体育运动走向全健康体育

华阳中学的体育改革与发展实践，可以追溯到2001年初期的人本关爱教育思想大讨论。当时受升学率至上大环境影响，体育在学校中的作用和意义被弱化，不少体育教师也认为，体育无非就是上上体育课，组织学生参加比赛而已。

从社会人的角度解读，人字上面一撇代表科学文化素质、思想道德素质和审美素质，下面支撑的一捺代表身体素质。离

开了健康的身体素质，其他素质将成为空中楼阁。四川天府新区华阳中学校长祝水回忆道，在全校性的人本关爱大讨论中，我们重点开展了体育功能、作用和地位的讨论，并达成共识：必须确立“健康第一”的理念，回归学校体育的育人本真。

在华阳中学首席专家陈安福看来，体育本质上是一种教育，要求对学生进行健康心理、健全人格、积极心态、坚强意志

等心理素质的全面培养，实现体育锻炼与心理健康、体能锻炼与心理训练的有机统一。为此，我们提出了“育体育人、强体健心”的学校体育理念，走向了学校体育全健康的改革。

如何实施体育教学、大课间活动、课外体育锻炼与体育竞赛四位一体推进教体融合、体心融合、五育融合？华阳中学的基本做法是：体育教学初中实现每天一节体育课，高中

2 从“体教结合”到“学校+”教体融合

在赛场上，是英姿飒爽不畏强手的运动员；在书桌前，是忍辱负重、思虑万千、奋笔疾书的学习委员。即将毕业的高三学生马文曦在作文《关于热爱》中写道，身体锻炼和文化学习其实并不矛盾，我的跳远比赛最好成绩是5.66米，文化成绩稳定在年级前十，成都零诊考试中考到了全校第一。马文曦的感悟，是华阳中学20年来教体结合的真实写照。

学习和训练之间的矛盾一直是教体结合一道难以逾越的坎，但在该校的努力下，不仅实现了突破，还走上了教体融合的广阔之路。

2004年，经多方论证，华

阳中学选择女子曲棍球项目，以期探索出一条属于自己的教体融合之路。2006年8月，华阳中学女曲出战第十届省运会，在三名队员意外受伤的情况下，克服困难，轻伤不下火线逆袭夺冠。回想那段历程，就像走钢丝一样充满激情挑战。华阳中学体育教师、女曲领队兼主教练张刚富至今仍感慨万千，每个生命都蕴藏着巨大的潜能，体育的育人功能具有不可替代性。

华阳中学女子曲棍球队领队和主教练都由学校教师担任，而队员则以学生体育社团成员为主，这是一种全新的“学校+体育社团”的教体融合

模式。

以此为开端，2006年，华阳中学又与四川省运动技术学院田径系合作共建了奥林匹克田径学校，成功构建了“学校+体育院校”的教体融合模式，目标直指培养高水平体育后备人才。随后在足球、篮球、水上运动等项目上，探索出“学校+体育爱好者”“学校+体育协会”“学校+体育俱乐部”等教体融合模式。

我们有专业师资资源，缺乏高标准的固定训练场所；学校有可供举办国际级竞赛的恒温游泳馆，但缺乏游泳专业的师资。某水上运动机构负责人于夏介绍，每班周一节游泳

课，我们负责游泳专业基本技能的教授与训练，学校体育教师负责教学管理，此外我们还合作建立了游泳队、水球队、花样游泳队，并为教师游泳锻炼提供支持。

“学校+”教体融合模式是教育人与体育人的育人共识和大胆探索，与其他的教体结合模式最大的不同之处，不仅仅是优质教育资源与优势体育训练资源的融合，更在于“两变四共三赢”。何为介绍，学校提供高标准训练场地，为专业运动员提供学籍，将其编入不同班级，让其同步学习文化，接受双重管理。变“运动员学生”为“学生运动员”，变

3 构建全员参与、人人受益的学校体育

锻炼身体，保卫祖国！锻炼身体，建设祖国！2020年深秋，激昂响亮的口号响彻云天。

《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》都明确要求“教体融合”，推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展。如何融合，这是我们一直在思考并付诸实践的。祝水认为，从学校层面来讲，必须解决体育与健康的分离等问题，

实现教体融合、体心融合、五育融合、管理融合，培养身心健康能担当大任的接班人。同时学校也在创新机制、理顺职能上下功夫，成立了学校体育与健康发展中心，一体化推进管理融合。

2004年，为转变体育教师重技能轻育人倾向，华阳中学将体育教研组改为教研室。2009年，又顺应新课程改革和阳光体育运动的要求，将体育教研室升级为体育运动中心，2020年，进一步升格为体育与

健康中心，把体育工作摆在更加突出的位置。

建立体育与健康发展中心，不仅是一个名称的变化，也不是几个部门的简单相加，而是理念的变革，指向育人方式的变革。陈安福说，中心主任由校长担任，聘请心理专家担任顾问，德育处、教务处、总务处等部门和各年级全面参与，是一种横向的联合协同机制。中心下设四个年级教研组和若干个运动专业项目部，各

班在原有的体育委员基础上还成立了体育锻炼自我管理小组，在纵向上形成了校长领导、专家指导下的五级运行机制，各层级任务明确，责任落实，从而使教体融合落地生根。

2009年，学校将以往单纯的运动会改为体育节，增加了体育舞蹈、广播体操、冬季跑操等项目，将“每天锻炼一小时”作为阳光体育运动的重点，实现“班班有活动，人人有项目”。2020年，又将体育

节分为秋季阳光体育运动周、春季综合运动会，增加体质健康大比拼、运动心理疏导项目展示、班集体项目等内容。

运动会的不断改革带来了三变。变少动为全员体育，变单纯竞技为综合锻炼，变运动技能训练为身心发展。祝水说，在“四融合”全健康体育中释放育人力量，铸造新时代身心健康的一代新人，这是学校体育人应有的使命和担当。

《信息化时代儿童青少年近视防控报告》提示——

信息化手段在近视防控中大有可为

本报记者 李小伟

一线采风

《信息化时代儿童青少年近视防控报告》近日发布，《报告》呼吁大力推进公共政策以应对日益严峻的视力健康危机。

2015年，北京大学国家发展研究院李玲教授团队发布了《国民视觉健康报告》，指出中国面临着比西方国家更为严重的视力健康危机，近视已成为影响人口素质的“国病”。此报告得到党和国家的

高度重视，近年来国家出台了一系列政策和措施防控儿童青少年近视，各地也在因地制宜地探索有效防控近视方法。

但随着信息技术的发展和电子产品的进一步普及，我国近视早发和高发态势仍在继续。在此背景下，李玲教授带领团队于2020年启动了新一轮研究，发布了《信息化时代儿童青少年近视防控报告》。《报告》指出，信息化时代我国儿童青少年用眼行为与用眼环境发生了明显改变，主要表现为电子产品使用增多、低龄接触网络严重、短视频软件用眼时长增加以及睡眠不足等，

对视力影响较大。《报告》指出，当下有约20%的青少年平均每天看电视超过4小时，逾六成的孩子在6-10岁期间便开始接触网络，而短视频软件的用眼时长占青少年网上娱乐生活总时长20%以上。

李玲表示：近视不仅阻碍了我国儿童青少年的个人发展，也给我国家社会经济的发展乃至国防安全带来了重大危害。建立健全公共政策体系是当务之急。《报告》建议从决策、规划、操作、监管四个层面优化制度安排，例如将视力健康纳入我国基本医疗保障范畴，成立专门机构

作为抓手统筹工作，明确政府内部权责划分。李玲呼吁，近视防控必须坚持“防控并举”路线，以信息化手段做好近视监测与防控，促进视光行业升级和大数据平台的构建。

《报告》强调，信息化时代虽然对儿童青少年的用眼行为与用眼环境带来了改变，但也有更多的信息化防控方法可用于近视的监测与防控。在近视发病机制仍不清晰的情况下，基于危险因素的公共干预政策可以借助信息化手段全天候记录儿童青少年的用眼姿势、用眼环境、用眼时长等数据，精准识别近视发生与发展中的

危险因素与保护因素。此外，基于信息化手段的近视普查已经可以在两周左右的时间内完成百万量级的普查工作。快速、高效、廉价的近视普查可以为每一名儿童青少年提供近视早监测、早发现的机会。李玲认为，在全国范围内整合电子化、结构化的视力健康档案并建立眼视光大数据平台，一定是未来的发展方向。基于大数据方法训练的人工智能近视预警模型，可以极低的成本在全国复制推广，真正做到近视防控的早预警、早干预，实现以数据驱动决策，维护每一名儿童青少年全生命周期的眼健康。

湖南省安仁县是农业大县，农村学校占学校总数的80%以上。近年来，安仁县教育局从实际出发，把着力办好农村中小学艺术教育作为推进城乡教育均衡发展、办好人民满意教育的重中之重，被教育部评为“全国学校艺术教育先进单位”。尤其是合唱活动，在北京德清公益基金会的支持下，安仁县先后有7支童声合唱团登上“快乐合唱3+1”公益音乐会的舞台，3支米多多合唱团分别获评中国童声合唱节A组银奖、中国国际合唱节C级合唱团和第十届中国魅力校园合唱节二等奖。2021年，安仁县还将在长沙举办中小学合唱专场公益音乐会。

依托本地资源转观念

安仁县艺术底蕴深厚，近年来先后涌现著名雕塑家周轻鼎、著名国画大师陶艺、陶艺大师周国桢、军旅歌唱家刘一祯等艺术英才。安仁教育人抓住这一个鲜活事例，努力改变家长对艺术教育的偏颇认识，把办好学校艺术教育作为促进城乡教育均衡发展的有力抓手，科学规划、扎实推进，让学校艺术教育的田野“百花齐放”。安仁县逐渐形成了“全民共办学校艺术”的浓厚氛围，县财政每年拨付10余万元用于学校开展艺术教育；安仁县教育基金会每年安排6万元支持“永乐江之声”中小学合唱展演。陶艺大师周国桢设立专项基金资助困难艺术特长生，并支持县三中挂牌“周国桢艺术学校”。军旅歌唱家刘一祯支持县二中开设“艺术家艺术支教班”，免费为学校培训教师，并定期邀请知名艺术家开展讲学活动。

师资培训强队伍

2009年以来，安仁县为农村中小学配备了192名音乐、美术专业教师，占招聘教师总数的23%，为农村学校艺术教育提供了坚实的人才保障。从2013年举办“德清杯”中小学合唱节活动开始，连续8年安排优秀音乐教师外出培训，并常年联系湖南省合唱协会副理事长、中南大学建筑与艺术学院刘宇田和中国声乐考级高级考官、湖南省音协少儿音乐学会副会长徐文等专家对合唱活动进行指导，经常对师生开展线上、线下培训。每年的县级优秀教师评选，10%以上的名额分配给艺术类教师，先后有100余名艺术教师获得市级以上荣誉。

陈晨曦原本是安仁县牌楼中心小学的音乐教师，这些年通过积极参与培训，陈老师修炼了一身本领，她带领的乡村中心小学合唱团是安仁县第一支走出去、站上国家级舞台的合唱团。出色的能力为陈老师迎来了新的工作机会，她从原来的学校调到了县实验学校。如今的她，已经是安仁县的合唱指挥名师了。

抓实课堂夯基础

将艺术教育课程视同语数外主课一样对待，开齐、开足艺术课程，是安仁县教育局评价学校工作时实行一票否决的一项硬性指标。教育局经常督导检查，保证音乐、美术等艺术学科教学落到实处，不断完善艺术教师日常教学评价机制，要求各学校充分依托音乐课，教授乐理知识、乐器弹奏，培训各类歌曲演唱、舞蹈表演等人才，努力培养学生的音乐才能、综合文化素养、自我表现力及乐观开朗的性格。

坚持用艺术教育唱响新课程改革的主旋律，通过举办“永乐江之声”合唱比赛、快乐合唱3+1“安仁工作坊、合唱社团”等内容丰富、形式新颖的活动，展示学校合唱艺术发展成果。为中小学生学习搭建起合唱合唱、片区合唱、县级合唱梯队舞台，促进学生合唱艺术。全县学校已经形成了“人人开口唱、班班有歌声、校校有歌声”的良好氛围。从2013年开始，“德清杯”合唱节、“永乐江之声”中小学合唱展演已经连续举办8年。县教育局要求各校严格组织校赛，一方面以赛促学

歌声陪伴留守学生快乐成长

刘英

生广泛参与，赛后各校上传相关视频；另一方面，组织机关干部下乡督促学生现场比赛，巡回评选。决赛外聘评委，保证比赛公正，并且每年选送优秀童声合唱团外出展演，为全县农村学生提供了更为广阔的学习、展示舞台。

近两年，县级合唱展演还增加了新颖的线上直播形式，家长透过屏幕观看孩子的表演，合唱展演成了家校共育的纽带。2020年第五届“永乐江之声”合唱展演在线观看达43.5万人次。看孩子唱得那么动听，心里还是很激动的。以前孩子说喜欢音乐，我蛮不在乎的，觉得只有成绩最重要。现在看到合唱带来的变化，我观念转变了。一位家长说。

近日结束的第六届“永乐江之声”合唱展演，共有26支中小学合唱团、千余人参与，其中超过80%的团员都是留守儿童，他们脸上洋溢着自信，朴素的语言里散发着幸福。合唱团现已成为学生们处理人际关系、融入集体生活、健康快乐成长的重要平台。

豪山中心小学五年级（1）班的小雪（化名）喜爱唱歌。她说：以前我不敢在别人面前唱歌，加入合唱团后和一群同学站在舞台上表演，我变得自信了。去年，小雪所在的豪山中心小学蒲公英合唱团在“永乐江之声”中小学合唱展演上取得了不错的成绩，这份成绩背后的成长更为珍贵。

我们学校没有专业钢琴老师，我们学唱，校校有歌声，教师有活力；放学路上，乡间稻田，和声若隐若现，音乐回响在安仁县广阔的天地间。

（作者系湖南省安仁县教育局党组书记、局长）

美育新探索

湖南省安仁县着力推进艺术教育