

特别关注

操场就是清华的体育课堂

刘波

不久前结束的东京奥运会上,清华学子杨倩获得包括首金在内的两枚奥运金牌。在刚刚落幕的第十四届全国运动会上,以清华、北大等高校学子为代表的大学运动员们奋力拼搏,争金夺银,展现了“文武双全”的新时代体育健儿风采,引发社会各界和舆论对高校培养高水平运动员的广泛关注。

体育是高校育人工作的重要组成部分,是实现立德树人根本任务、提升学生综合素质的基础性工程。在100多年的建校史上,清华大学始终高度重视体育工作,把体育作为人才培养的重要环节,形成了清华体育的鲜明特色和“无体育不清华”的校园文化。“为祖国健康工作五十年”也成为所有清华人的奋斗目标。



▲清华学子、奥运冠军杨倩领奖时比心。

▲2016年清华大学校园马拉松比赛场景。

▲马约翰先生鼓励学生积极参加体育锻炼。(资料图片)

1 重视体育 光荣传统源远流长

2021年4月19日,习近平总书记在考察清华大学时强调,重视体育是清华大学的光荣传统,希望同学们发扬好清华大学的优良学风和体育传统,坚持德智体美劳全面发展,努力成为祖国建设的栋梁之材。

清华大学重视体育的光荣传统,可以追溯到1926年。当时,清华大学教授、著名体育教育家马约翰先生提出了“体育的迁移价值”理论,他认为运动可以使感觉更敏锐,使意识得到发展,因而

把性格的意识迁移到社会生活中,即在体育运动中产生的优秀品质同样可以表现在社会生活中,因此体育是产生优秀公民最有效、最适当和最有趣的方法。马约翰等人还倡导成立了“五大学体育会”,旨在提倡体育精神和注重体育道德,由此,注重体育精神和体育道德成为清华大学体育的传统。

新中国成立后,蒋南翔校长提出:“体育工作是学校工作的一个重要组成部分。因为体育不但能增强人的体质,而且能够锻炼人的意

志和毅力。我希望同学们在大学毕业后,要争取至少为祖国健康地工作五十年。从此,在清华园中,每天下午4点半,校园广播都会响起熟悉的声音:同学们,现在是课外锻炼时间。走出教室,走出宿舍,去参加体育锻炼,保持强健的体魄,争取至少为祖国健康地工作五十年。”

为祖国健康工作五十年 这句浓缩了清华体育精神的话语,已经响彻半个多世纪,并深深地烙在每一个清华人的心中。这句口号已成为激

励清华学生认真学习、努力锻炼,将来报效祖国的强大动力。

如今,清华已逐渐形成了有理论、有理念、有目标、有口号、有实践、全方位体育教学体系和体育文化:体育的迁移价值是清华开展体育工作的理论指导,育人至上、体魄与人格并重是清华新时期的体育教育观,为祖国健康工作五十年是每一个清华人都为之努力的奋斗目标,无体育不清华则是具有时代特征的办学特色。

2 体教融合 “普及”与“提高”相互促进

经过一百多年的发展,清华大学的体育工作已形成了鲜明的特色和完备的体系,包括:贯穿本科4年的体育课,将长跑和游泳作为清华的特色项目,马约翰杯课外竞赛体系,新生第一堂体育课,校园马拉松,招生增加体质测试,体育代表队分类管理和加强体育学科建设,等等。

目前,清华大学实施“4+2+2”体育教学模式,即本科4年8个学期中,4个学期有学分必修、2个学期无学分必修和2个学期选修。本科4个年级都要上体育课,体育课不及格,学生不得毕业。截至目前,学校开设了田径、球类、

游泳、武术、跆拳道、艺术体操、击剑、射击等50余门课程,多门课程已建设成为校内、北京市和国家精品课程。

为培养学生顽强的意志品质,清华大学把长跑作为课内要求,并以此为抓手推动“阳光长跑”开展。从1998年起,体育课上男生测试3000米、女生测试1500米成为清华的特色和基本要素,在此基础上,学校将“阳光长跑”纳入课内要求,课外长跑锻炼和课内长跑测试共占体育课分数的30%。一年一度的校园马拉松、毕业长跑、冬季迷你马拉松等活动,营造了长跑锻炼的良好氛围。每天清晨和傍

晚,清华园里到处可见师生共跑、共练或并肩跑步前行的身影。

近些年,不会游泳不能毕业的老校规重新叫响校园。学校加强游泳课和课外辅导,每年进行8-10次集中游泳测试,督促清华学子掌握游泳这门生存技能。

体育运动,让师生动起来最重要。清华大学已形成以马约翰杯为龙头,以体育竞赛为主线,校运会、新生运动会、研究生运动会、各类校园长跑活动和学生赛事为载体的竞赛体系。群体竞赛从每年9月开始,次年4月结束,覆盖全体学生,涉及40余个竞赛项目,举办竞赛活动1000余场,5

万多人次参加。

普及促进提高,反过来提高也带动了普及。目前清华大学共有涉及44个项目的55支代表队,运动员超过1300人,是全国高校中规模最大的学校体育代表队。这其中既有采取“体教融合”模式,培养出来的杨倩、易思玲、胡凯等十几名奥运冠军及世界大学生运动会冠军和全运会冠军的田径和射击等A类项目的运动员,也有以普通学生为主,注重全面发展的B类、C类项目运动员。体育代表队取得的优异成绩大大激励了普通学生的锻炼热情,以至于广大网友亲切地戏称清华大学为“五道口体校”。

3 激发活力 体育促进人才全面成长

与时俱进、不断创新,是清华体育工作能够长盛不衰、始终保持活力的一个重要因素。从建校初期施行的“强迫运动”,到上世纪50年代提出“为祖国健康工作五十年”,再到新时期倡导“体魄与人格并重”,都是清华体育思想和体育制度的重要创新。

刚刚走过110年历程的清华大学,正站在新的历史起点上。在建设世界一流大学的征程中,清华大学确立了价值塑造、能力培养、知识传授“三位一体”的教育理念,而加强体育就是实现价值塑造最直接、

最有效的方式。这与马约翰先生提出的“体育的迁移价值”一脉相承。

2011年,清华率先在自主招生中增加体质测试环节,对引导社会重视青少年体育起到了良好的示范作用。从2013年开始,部分高校在自主招生中增加了体质测试,这项举措的辐射和引领作用已初步显现。2019年,教育部要求所有自主招生的高校都要“体育”。2020年,强基计划开始实施,体育测试成为必考内容,其结果作为录取的重要参考,清华沿用了自主招生体质测试的方式来测试体

育,参与“强基计划”的高校也基本采取了类似的方式。

近几年,清华大学又恢复了大一新生上“第一堂体育课”的传统,对于清华体育传统的认识更加深刻。

在浓厚的体育氛围和优良体育传统的熏陶下,清华园里不断涌现体育优秀且在各个领域中作出突出贡献的杰出人才,如孙立人、周培源、梁思成、钱伟长等,他们在当时都是校队队员或体育健将。新时期都是清华体育代表队的毕业生中有院士、部长、校长,在校中也有参加

奥运会的学生和获得特等奖学金的双胞胎姐妹花。2016年在清华大学研究生毕业典礼上发言的环境学院博士生陈熹的体育经历,更是引发了对清华体育的广泛讨论。她从一个因粉碎性骨折被医生警告不能参加体育运动、入学军训时站军姿晕倒的小女生,经过“无体育不清华”的文化重塑,至毕业时已在马约翰杯的赛场上获得了73个单项冠军。勤奋坚持方能造就不凡,追求卓越才能超越自我,清华体育精神在她身上得到了最好的体现。(作者系清华大学体育部主任)

近年来,江苏省泰州市高度重视中小学艺术教育,立足泰州本土地方特色课程,实施市、市(区)、学校三级联动,逐步建构起“校校有特色、班班有社团、人人有项目”的艺术教育体系。

开展艺术素质测评,推动美育落地

艺术素质测评是衡量、推动学校美育工作的重要抓手,可以让各地各校真正重视学校美育,让每个孩子都能掌握1-2项艺术特长、具备必备的艺术审美素养、享有公平而有质量的美育。

自2015年5月被教育部确定为全国中小学生艺术素质测评实验区后,泰州市制定了《中小学生艺术素质测评工作实施方案》,明确测评内容为基础指标、学业指标和发展指标三部分构成,对应包括学习性、学科性和发展性三类测评。测评按年度,采取学校主导、市(区)统筹、市级抽测方式进行。

艺术评价主观性较强,学业指标考评难以大规模、客观性地展示,泰州市探索开发艺术素质测评数字化系统,将艺术教育必须掌握的知识、素养和部分技能通过与计算机进行人机对话的形式呈现。考试的题型多样,包括选择题、连线题、拼图题、节奏题、演唱题、演奏题等,从初中学生艺术素质测评开始试点,逐步推进。

2015年12月,泰州市出台《泰州市音乐、美术中考方案(试行)》,从2019年中考开始以“分数+等级”的方式将音乐、美术纳入中考考试科目。其中,等级为对初中学生日常的艺术素质测评结果,将学生在初中三年的艺术素质学习过程评价分为A、B、C、D四个等级,报考普通高中、职业高中艺术特长生的考生,艺术素质过程评价必须达A等级,艺术素质过程评价为D等级的考生不能被四星普通高中录取。分数是指中考时增加音乐、美术两门学科的分值,着重考查学生的艺术素养和艺术技能,每门科目为5分,共计10分。

发掘地方资源,开设特色艺术课程

艺术课堂是推动美育发展的重要阵地,开足开齐上好艺术课程仅仅是学校美育工作的最低要求,引入多样化艺术课程,嵌入具有地方特色的非遗传统文化,可以让艺术课程充满活力。

泰州是一座历史文化名城,具有2100多年建城史,人文气息浓郁、文化底蕴丰厚、地方特色鲜明。三绝奇才郑板桥、说书宗师柳敬亭、当代京剧艺术家梅兰芳等众多文人墨客把他们的足迹深深地印在泰州的土地上,也让泰州教育有着深厚的艺术土壤。

泰州市充分利用社团课、课后延时服务,开发和引进形式多样的艺术教育课程和地方非遗传统文化课程。从2016年起,泰州市开展“一校一品一特色”艺术教育品牌、特色学校创建,一校一品一校多品一校多品的格局形成“百花齐放春满园”的美好景象。泰兴市鼓楼小学的京剧社团节目、姜堰新世纪武学校的舞蹈项目多次在中央电视台播出,姜堰区俞垛小学的舞龙项目、泰兴市黄桥小学的小提琴艺术团、泰州大浦实验小学的小百灵合唱团远近闻名,靖江的打豆号子、扬子江渔歌,泰兴的银杏木雕、牵驴花鼓,兴化的茅山号子、板桥道情,姜堰的风俗泥塑、湿地草木染等一系列地方艺术课程在中小生根发芽。

建立实践基地,提升课外艺术活动质量

艺术实践活动将理论知识和具体实践相结合,有助于提高学生的审美能力和艺术修养,增强学生的参与热情。通过丰富多彩的艺术实践活动,不仅能激发学生的学习兴趣,加强学生的过程体验,而且能更好地弥补课堂教学的欠缺,对提高学生的艺术素养有着重要意义。

举办校园文化艺术节、元旦文艺汇演等艺术活动是泰州中小学校的每年必修课。市、市(区)、学校每年也层层举办合唱比赛、艺术比赛等艺术活动,为学生搭建更多的展示平台。此外,不少学校的文娱队、艺术团常年活跃在舞台上,他们不仅仅满足于学校表演,还经常走向社区、广场、养老院,积极开展文艺志愿服务活动,让欢声笑语充满大街小巷。

泰州市不断拓宽艺术教育实践基地,将泰州书画院、泰州大剧院、梅兰芳纪念馆、郑板桥故居、黄桥民俗博物馆、画家韩秋岩故居(书画馆)、中国戏剧大师丁西林故居等地区艺术特色场所作为校外艺术实践基地,拓展了课外艺术教育活动的空间,提升了课外艺术活动的质量,让更多的学生接受艺术的熏陶。

艺术教育还需要借题发挥,在学校的各项活动及学科教育中有机渗透。如2020年新冠肺炎疫情防控期间,泰州市29名音乐教师联袂自编自创的歌曲《用爱温暖全世界》,制作教育抗疫MV,组织学生学唱,共同唱响防疫好声音,讲好防疫好故事;泰州市开展的爱眼文化节等活动中,包含了摄影、绘画、演讲、校园剧、短视频等多个艺术项目的比赛,学生可以通过各种艺术形式展现活动主题;泰州市第二中学开展了各艺术种类相融合的跨种类课程研究以及艺术与其他学科、社会情境相融合的跨学科课程研究,学生可以通过艺术实践过程与艺术作品展示相融合,培养艺术核心素养等。(作者系江苏省泰州市教育局局长)

建立素养立人的艺术教育体系

万永良

重庆南开中学:

天天做操,人人参赛

肖素华

课间操是学校开展体育活动的重要抓手。上世纪90年代末,学校以开展新生课间操比赛,作为检验学生服从意识、参与行为与班集体建设成效的主要手段,以集合快静齐、动作准确一致为重点来实现。进入21世纪,学校每年春季都开展自编操的比赛,启发学生通过比赛创新动作、丰富课间操的内容。比赛要求每个班级的学生自己编操,自己找配乐,自己创编队形,自己设计参赛服装。穿自己画的服装,做自己编的操,成为学生引以为傲的校园生活体验。学校希望通过课间操的创编活动激发学生的想象力,拓展见识,培养创新能力,并将学校教育理念渗透到学生的学习行为中、植根于学生的

生命中。

2012年,一段由《江南style》改编的课间操引发学校对课间操改革的进一步思考。学校开始将课间操分为国内民族舞蹈和国际舞蹈两个系列,国内民族舞蹈有蒙古族的《策马扬鞭》、土家族的《摆手舞》、新疆的系列舞蹈等;国际舞蹈则有爱尔兰的踢踏舞、美国的西部牛仔舞等。课间操集合与解散分别选择进行曲和舒缓的轻音乐,使得学生在操场聚散时也能在国内外名曲的熏陶中迈步。课间操还依不同值周操教师的项目特点,安排有不同的专项素质练习。

经过几年实践,学校课间操拓展了体育的空间,夯实了学生教育素质的根基。学生在娱乐运

动中高效学习,多方位参与,转变学习态度,提高学习能力,在每年4月的课间操竞赛活动中,学生用动作表现青春、个性元素,将经典与艺术有机结合,将文学、历史、艺术以及中国传统文化元素融入其中,赋予自编操丰富的文化内涵。每年5月,学校将获得自编操比赛第一名的班级请上领操台,向全校学生推广创编成果,分享创新理念。

人人参赛 是学校体育竞赛对奥林匹克运动重在参与、口号的演绎。在每年举办的全校性运动会上设置综合竞赛项目:如健身类(俯卧撑、引体向上、双杠臂屈伸)、娱乐类(踢毽、跳绳跑)、田径竞技类项目及跨年级的篮、排、足球比赛和网球、羽毛

球、乒乓球双人比赛等项目。同时在不同年级举办篮球、足球、排球联赛,在冬季举办环校长跑比赛等。赛事强调学生的主动性和参与性,强调以赛为核心,以赛促学,推动人人参赛。

比赛中,不仅有参赛选手和裁判,还设有摄影、新闻采编、播音主持、赛事宣传、啦啦队组织、赛事统计、后勤保障服务等多项工作,供学生参与体验。近年来,学校通过组织实施人人参与的体育竞赛,为学生搭建了社会交往平台,增进了学生的社交能力,规范了学生的行为,培养了学生社会服务的能力,形成了赛场内外共育人的教育局面。

天天做操,人人竞赛,是学校激励学生在不同的场合努力学习、善于学习,树立目标、坚持发展的不懈动力。在学校各类体育活动中把学习、生活、运动与人生紧密结合在一起,以体育人,帮助学生在享受运动乐趣的同时,锤炼意志、增强体质、健全人格,促进学生健康发展。(作者系重庆南开中学校体卫处主任)

一线采风

奥运先驱、著名爱国教育家张伯苓先生早在上世纪就发出“强国必先强种,强种必先强身”的时代呼声。1936年他在重庆创办南开中学时就修建了田径场、篮球场、排球场、器械体操区和风雨运动场等运动设施,保障学生参与运动。

下午3点半,操场见 现已成为南开中学学生相聚运动场、参与运动、相互激励的代名词。丰富多彩的学生社团活动让学生逐步理解“允公允能、日新月异”之校训。强身种族,体育为先,在重庆南开中学发展史上正被师生们逐步强化践行。