

本期关注

田径赛场捷报频传的背后

——新疆推进体教融合大力发展校园田径运动工作纪实

本报记者 蒋夫尔

“现在回想起夺冠的那一刻，心情仍然十分激动。”叶德力·努尔波拉提日前在接受记者采访时开心地说，“我当时坚定一个信念，那就是跑好每一步，直到终点。”

日历翻回到2022年11月20日，2022成都马拉松比赛正在激烈上演。追上一拨人，再追上一拨人，超越了一个，再超越一个……来自新疆维吾尔自治区阿勒泰市的19岁选手叶德力·努尔波拉提奋力冲过终点，以1小时08分43秒的成绩获得男子半程马拉松组冠军。他的启蒙教练胡安·胡尔曼别克说：“这几年叶德力·努尔波拉提的成绩提升很快。上个月他的5000米跑出14分18秒，给了我一个惊喜；这回第一次跑马拉松就获得冠军，更让我开心一整天。”

从小酷爱跑步的叶德力·努尔波拉提在2019年就获得了新疆维吾尔自治区青少年田径锦标赛3000米和5000米冠军。2022年以来，新疆青少年田径小将频频在全国各大田径赛场上夺冠和获奖，引发了业内人士广泛关注。自治区教育厅有关负责人表示，随着体教融合深入发展，高素质体育师资短缺等难题得到破解，新疆青少年体育事业发展将迎来新的春天。



乌鲁木齐八一中学学生在参加篮球比赛。(资料图片)

2

体育教学改革做到“教会、勤练、常赛”

如今，以“教会、勤练、常赛”为核心的新疆体育教学改革正深入推进。近年来，新疆坚持将开齐开足上好体育与健康课程落到实处，常态化开展学生校园体育活动，强化学校体育教学训练，广泛开展普及性体育运动，同时，高度重视竞技体育发展，依托体育领域专业技术人才，推动学生积极参与常规课余训练和体育竞赛。

“新疆已经建立起校内竞赛、校际联赛、选拔性竞赛为一体的大中小学体育竞赛体系，构建了自治区、地（州、市）、县（区、市）、校四级学校体育竞赛制度和选拔性竞赛（夏令营）制度，自治区坚持开展阳光体育竞赛活动。”新疆教育厅体育卫生艺术与科学教育处处长陈希海说，“地（州、市）、县（区、市）按每年组织以田径为主的各学生运动会，学校举办校园学生体育运动会，促进了学生体育活动的蓬勃开展。”

据了解，近年来，新疆教育部门与体育部门不断加强赛事融合，开展丰富多彩的课余体育训练、竞赛活动，扩大校内、校外体育比赛覆盖面和参与度。体教融合的深入推进，极大推动了新疆校园体育工作的改革与发展，特别是充分利用体育人才对校园青少年学生进行指导和培训，提高了学生的专业技能水平。

多年来，自治区教育厅建立起常态化竞赛机制，连续21年举办包括自治区大中学生田径运动会、自治区中学生校园篮球联赛在内的各项学生阳光体育竞赛活动，自治区学生阳光体育竞赛活动已成为深受广大学生喜爱的品牌赛事。

此外，新疆还发挥田径名校、篮球名校的榜样作用，带动全疆校园竞技体育的普及和发展。自治区鼓励各级各类学校按照“一校一品”“一校多

品”的模式，依托场地设施、生源师资、文化传统等基础开展特色体育项目。地（州、市）、县（区、市）每年组织一届以田径为主的各学生运动会，学校每年至少举办一次田径运动会，体育传统特色学校每年至少举办一次特色体育项目校内联赛。

新疆学校体育改革加大了发展竞技体育的力度，不仅要达到让学生掌握体育技能、强身健体的目的，而且要让有特长的学生在竞技体育中得到成长和锻炼。“新疆将在‘教会、勤练、常赛’上下功夫，深入推进体教融合发展，推进校园竞技体育活动的普及，不断提高学生体质健康水平，促进学生身心健康成长的同时推动青少年田径等竞技运动的发展。”自治区相关负责人说。

3

体教融合推动校园体育“火”遍天山南北

2023年3月25日，在2022—2023耐克中国高中篮球联赛中，乌鲁木齐市第101中学男篮战胜对手，时隔一年再次勇夺西区冠军，进军全国总决赛。这是近年来新疆如火如荼开展的田径运动促进和带动新疆青少年体育发展上台阶的又一成果。

陈希海表示，田径运动能全面、有效提升青少年的身体素质 and 运动技能，激发学生对体育运动的兴趣，从而提高学生运动能力和校园体育运动水平。

在体教融合过程中，自治区田径协会与自治区各级教育系统合力推行“大力培养优秀年轻教练”“专业队教练走进校园”等举措。体教融合推动了田径运动在校园蓬勃发展，田径运动打下的坚实基础带动了其他体育活动的深入开展。

截至目前，新疆中小学生在校园足球运动的人数由原来的1万多增加到现在的10余万。足球运动的广泛开展使学生体质健康状况明显改善，同时形成了全社会关心和支持校园足

球发展的良好氛围。

冰雪运动火爆校园，已成为北疆地区中小学冬季体育课的主要内容，每周开设半天滑雪、滑冰等课程。南疆地区城市中小学积极与冰雪场馆以及冰雪运动俱乐部合作，开展冰雪项目学习，将轮滑、滑冰等项目纳入体育课程和运动会。

据了解，从2014年开始，自治区田径协会便鼓励新疆优秀田径教练员走进校园，参与到竞技体育人才培养中来。从2015年开始，自治区体育局体训一大队陆续通过组织新疆田径队专业教练进校园培训、选派优秀教练参加中国田协教练员交流学习培训、组织专项交流比赛和训练营等多种方式，助力新疆基层校园田径队建设和教练员培养体系建设，助力学校竞技体育的发展和改革。

“实践证明，体教融合让校园体育运动火了起来，学生是最大的受益者，专业教练员的加盟和指导，为校园各项运动的发展带来新鲜血液，也让校园田径运动在先进和科学的训练方法指导下不断提高训练效率。”乌鲁木齐市八一中学党委书记何庆说。

日前，新疆维吾尔自治区教练员、体育教师短道速滑项目培训班在新疆体育职业技术学院开班。随后的两个月里，来自新疆14个地（州、市）的1160名教练员、体育教师将参加越野轮滑、田径（投掷）、田径（中长跑）、足球、篮球、排球、摔跤、拳击、跆拳道等共计10个项目的培训。这批由自治区体育局、自治区教育厅联合培养的人才将奔向天山南北的校园，承担起推动学校体育改革和发展的重任。

近日，国家体育总局、中央编办、教育部、人力资源社会保障部联合印发了《关于在学校设置教练员岗位的实施意见》，旨在进一步加强学校体育工作，促进青少年健康成长，厚植国家竞技体育后备人才基础。“我们有理由相信，随着更多的优秀教练员走进校园，体教融合将推动新疆学校体育发展迈上新台阶。”陈希海说。

中职学校开展美育，目的在于让学生练就一双能发现美、鉴赏美的慧眼，塑造美好、善良的心灵，成为有艺术素养、有责任心的技术技能人才。但是笔者发现，目前大部分中职学校在常规的美育活动中存在着管理不严格、教育内容不规范、主题不鲜明、流于形式等问题。中职学校如何开展美育实践活动，才能提升学生的审美情趣和人文素养呢？济南市济阳区职业中等专业学校的美育实践探索，或许可以给大家提供一些经验借鉴。

以俗见美：根据办学特点设计美育课程内容

学校结合办学实际，以传统文化艺术为美育突破口，在课程内容设置方面做了一些创新探索。如在“公共艺术—音乐”课程中增加了民族音乐赏析、民族乐器介绍等方面的内容，在“公共艺术—美术”课程中增加了中国古代宗教画、山水画、人文画以及中国古代雕塑和建筑等方面的内容。在“语文”课程中，精选文质兼美的文言文、古诗词，开设了赏析课。

在青少年学生眼中，异性的美朦胧而神秘。在《诗经》赏析课上，教师从《诗经·关雎》里脍炙人口的“窈窕淑女，君子好逑”导入，让学生展开联想，品味古诗词典雅的美。学校结合每日晨读，掀起了一波朗诵《诗经》的热潮。

以中职学生的审美水平，要让他们鉴赏传统文化艺术中的书画作品，确实有较大的难度。为了激发学生的兴趣，教师在美术课开讲时以“唐伯虎如何‘点秋香’”导入。学生们通过一些影视作品对唐伯虎有所了解，但很多人不知道他擅长画人物仕女图。教师带领学生鉴赏唐伯虎的《牡丹仕女图》《红叶题诗仕女图》《吹箫仕女图》《秋风纨扇图》等画作，从中找寻“秋香”的影子。在这个过程中，学生初步感受到中国传统写意画中的“神似而非形似”，以及工笔画中的细腻线条。教师向学生展示一系列雍容华贵的仕女形象，让他们品味不同时代审美观的变迁。

以礼为美：根据排课情况插入礼仪教育活动

礼是一种外在美，是一种行为美，对学生进行文明礼仪教育是美育的一项重要内容。学校适时将“八礼四仪”教育活动融入美育相关课程的教学中。在礼仪教育上，具体分为四步：第一步，每周利用微信公众号推送“八礼四仪”的基础知识和专题文章。学生通过微信平台，初步了解何为仪表之礼、餐饮之礼、言谈之礼、待人之礼、行走之礼、观赏之礼、游览之礼和仪式之礼。第二步，通过每周的“八礼四仪”主题国学讲堂进行宣讲，让学生“明学习之道，守静谧之礼”，做时代“礼”的酵母，让自己发酵，让自己的酵素在学习生活中起到积极的作用。第三步，组建礼仪社团，从基本礼仪、会议礼仪、商务礼仪等方面对学生进行理论和实践培训，结合表彰颁奖活动、元旦汇演等实践活动让学生展示礼仪之美。第四步，编撰“八礼四仪”校本教材。在礼仪教育取得一定成果的同时，学校举行“践行八礼四仪，做文明学生”校本礼仪教材研讨会，提出具体教材的编写框架和主题活动课的实施方案。

以美育人：组织丰富的校内外文娱活动

学校经常举办“高雅艺术进校园”系列活动、“技能文化艺术节”活动、“礼敬先贤”端午诗会、“美丽校园”手机摄影大赛、“向国旗敬礼”国庆主题活动及“粮人齐聚，共制月饼”中秋活动等，不仅给学生提供了展示的舞台，也让学生在活动中受到美的熏陶。

学校开展的“汇聚新青年，歌颂新时代”歌咏比赛，涌现出一大批“感恩”主题的班级集体作品，最为典型的是《跪羊图》，集中体现了以美育人的理念。从作品设计开始，班主任就全班学生参与。作品排演的三个阶段，育人的体现方式各不相同。

第一阶段以音乐育人。班主任召开主题班会“走近歌曲《跪羊图》”，完整介绍了音乐人李子恒创作的这首歌曲。该曲教化世人知感恩、行孝道，运用了“乌鸦反哺”“羊羔跪乳”等典故。歌词深深打动了学生，引发了学生感恩父母的共鸣。

第二阶段以沙画育人。班主任根据班级专业特点，选取了一段反映儿女离家、父母担忧的沙画视频，与《跪羊图》的音乐背景相配。班会课上播放《跪羊图》轻柔的歌曲，配合感人至深的沙画面面，学生回忆往昔，拿起手中的笔给家长写下家书。

第三阶段以活动育人。活动邀请学生家长参与，节目采用全班合唱形式，配合手语操表演。在最后唱到“为人子女饮水要思源，圆满生命尽享孝无愧意”时，学生给家长敬茶。润物细无声的表演，感染了现场所有的师生。传颂孝道的氛围激励学生努力向善、向上、向美。

依礼而行：帮助学生摆正就业心态

拥有健康的就业心态是中职毕业生成功就业的保障。学校开设职业生涯规划课，开篇以荀子《非相》的“形相虽恶而心术善，无害为君子也；形相虽善而心术恶，无害为小人也”为主题，通过古文的学习，让学生明白“形不胜心，心不胜术”的道理，即形象美比不上心灵美，心灵美比不上礼仪美。第一堂课讲荀子的“颜值正义”，第二堂课讲荀子的“礼”。荀子说人有三不祥：幼而不肯事长，贱而不肯事贵，不肖而不肯事贤。教师借荀子论述战国版的“职场礼仪”，引导学生摆正就业心态，踏踏实实从“低”做起；积极向就业单位的前辈、领导学习，多当面做事少背后议论；放宽心态面对就业挫折，通过职场来锻炼自身能力和专业技能。

席勒认为，理想的美育途径就是从优美到崇高，达到人性的高尚；从古代经典到现代流行，两者相结合。这与学校“以俗见美、以礼为美、以美育人”的理念不谋而合。（作者单位系山东省济南市济阳区职业中等专业学校）

美育新探索

以俗见美 以美育人

——中职学校美育的实践探索

张小敬

美育大讲堂

促进身心健康教育与美育跨学科融合

谢波

2022年4月，教育部印发的《义务教育课程方案和课程标准（2022年版）》明确要求，义务教育阶段要加强课程综合，注重关联，开展跨学科主题教学，强化课程协同育人功能。三年疫情给青少年学生身心健康带来很大负面影响，促进广大青少年学生身心健康刻不容缓。

无论是基础教育还是高等教育，身心健康教育与美育跨学科融合，对于加快推进教育现代化、实现立德树人根本任务和提升学生综合素质都具有极为重要的意义。

早在上世纪90年代，联合国教科文组织首次提出融合教育，提倡让存在一定身心障碍的学生与普通学生融合在同一环境下学习，这为学科之间的融合提供了借鉴。在实践中，身心健康教育与美育因为属性近似、关联性及实践性强，成为效果较好的跨学科融合典范。

从身心健康教育的角度来说，心理亚健康状态有自卑、敏感、逆反、怀疑、冷漠、孤独、沉溺某事物等，其主

要原因不外乎认知能力缺乏、情绪体验不佳、群体意识淡薄等。体育正好可以发挥自身特长，在课程中弥补这些缺陷。实践证明，经常运动的学生往往更具备自律、刻苦、坚持等内在品质，心理亚健康状态比例较低，显示出积极、上进、阳光的外在形象。这是因为运动促进了学生知觉能力的发展，让人变得更加灵敏，运动可以使人将不良的情绪发泄掉，在享受成功的过程中获得满足感，从而提升情绪体验。群体运动还可以培养合作能力和团队合作精神。同时，运动能使机体组织得到收缩扩张，机体能力得到增强，对预防和治理心理疾病有着积极作用。

美育对于身心健康教育同样有着明显的积极作用。根据弗洛伊德的理论，潜意识会在无意中以艺术的形式表现出来，个人的艺术创作行为存在极大的可认知空间，创作过程与心理治疗过程高度吻合，而艺术表达也是情绪抒发手段之一，能够更好地缓解压力，减轻焦虑。除了个体艺术，群体舞蹈、团体体操等文艺结合的团体心理疗愈活动能够体现社会关

系、社交状态与人际关系，从而让学生学会管理情绪，增强心理抗压能力。

人体身心健康与审美之间原本就关系密切。人的心理现象往往能够映射到大脑中，而大脑作为人体的高级中枢，对身体机能、活动起到重大支配作用。现代医学研究证明，情绪剧烈的波动，会打乱大脑功能的正常发挥，使得身体内部机能失调，引起许多疾病。巴甫洛夫指出：“一切顽固的、沉重的忧郁和焦虑，定会各种疾病大开方便之门。”心理状态不仅仅影响大脑，还会影响神经系统、心血管系统甚至肠胃系统的机能。心理状态对身体健康的影响尚且如此巨大，就更不要说对于审美的影响了。美学与心理学交叉的边缘学科——审美心理学，就是侧重于研究人类从事各种审美活动时的心理活动和特征的。

如何进一步加强身心健康教育与美育的跨学科融合？笔者提出三点建议。

一是加强育人思维的融合。要充分认识到跨学科融合的必要性及重要性，意识到融合的育人效果远远大于单学

科的育人效果，从根本上把原来割裂的育人理念融合起来，真正从学生的身心发展需求出发，创新性地开发设计跨学科融合的课程体系。

二是加强不同职能部门之间的融合。传统的心理教育、体育、美育分属不同的学科与施教部门，往往各司其职，没有融合。在跨学科融合的新课程体系，要打破原有职能部门之间的壁垒，甚至可以打破相应职能部门合并成一个融合教育部门，大大提升跨学科融合的效率。

三是加强教学方法的融合。要转变原有的教学方式，一切围绕跨学科融合课程的需要，设计出线上与线下融合、理论与实践融合、个体与团队融合、讲授与互动融合、学习与竞赛融合、班级与社团融合、严肃认真与喜闻乐见融合、显性教育与隐性教育融合的教育方法，在此基础上充分发挥学生的主动性，挖掘学生的内驱力，让学生主动学习、主动研究、主动转变。

（作者系西交利物浦大学党委常务副书记）