

宿迁深化体教融合 铺就学生健康成长路

■ 本报记者 周妮

在2025年江苏省城市足球联赛(以下简称“苏超”)中,宿迁队的球员凭借出色的表现成为赛场焦点,培养出24名“苏超”球员的宿迁市宿豫区大兴中心小学和宿迁经济技术开发区三棵树一小学也成功“出圈”。校园足球的蓬勃发展只是宿迁市深化体教融合的一个生动缩影,近年来,宿迁市坚持“健康第一”的教育理念,以体育课堂为主阵地、课外活动为延伸、体育竞赛为平台,不断创新体教融合育人模式,推动青少年体育事业高质量发展。

漫步于宿迁各个校园,标准化的运动场地、专业化的体育设施一应俱全;足球、篮球、跳绳等特色体育项目百花齐放;学生体质健康水平显著提升,体育后备人才不断涌现。从课堂到赛场,从普及到提高,宿迁正走出一条独具特色的体教融合之路,为青少年健康成长注入强劲动能。



阳光课间,“燃动”童年

“嘘——”6月16日上午,随着一声清脆的哨声响起,宿迁市实验小学进入了大课间时间。宽阔的操场顿时变为欢乐的海洋,身着校服的孩子们手持跳绳,在阳光下一蹦一跳,宛如一个个跳动的音符。

记者了解到,该校积极推进“每天一节体育课”改革,其中40分钟的大课间为孩子们释放天性的黄金时间。该校相关负责人介绍,针对校园空间有限的实际情况,学校创新开展跳绳特色活动,根据不同年龄段学生的身心特点,设计了阶梯式跳绳课程体系,让小小跳绳成为强健学生体魄的“魔力纽带”。

同样是跳绳运动,沭阳县汤涧中心小学则赋予了它更多可能。单摇、双摇、交叉

跳……在每天的大课间中,该校学生们将体操技巧与传统跳绳完美融合,创新演绎动感十足的花样跳绳。校长耿进宝表示,自2021年响应“双减”政策组建跳绳队以来,学校将花样跳绳打造为特色课程,实施每人一绳、每日一跳、每月一测、每期一赛、每人一证、每班一队的“六个一”培养工程,形成了系统化的训练体系。

令人惊叹的是,这支乡村小学“草根”跳绳队,竟在国际舞台上大放异彩。在2024年亚洲跳绳锦标赛上,由该校培养并输送的10名跳绳小将,为中国跳绳国家队斩获4枚金牌、2枚银牌、4枚铜牌。更为可喜的是,自开展花样跳绳教学以来,该校学生的近视率、肥胖率持续下降,孩子们的精气神更足了。

泗阳县实验小学位于泗阳县众兴街道,是一所文化底蕴深厚的百年名校。在“全面发展 体育见长”的办学理念引领下,该校特色体育项目结出累累硕果,其中校女子篮球队更是两度获得全国冠军。

除了屡创佳绩的女子篮球队,该校的阳光体育大课间同样精彩纷呈。学校创新性地为各年级量身打造特色团体操课程,一二年级学生练习花环操,三年级学生练习篮球瑜伽操……“我们独创的篮球瑜伽操,将篮球运动的技巧性与瑜伽的韵律美完美融合,让学生在力与美的交融中感受体育的独特魅力。”该校相关负责人马志祥说,这种寓教于乐、体艺融合的特色大课间,不仅丰富了校园体育文化,更让学生们在运动中收获了快乐。



特色课程,赋能成长

一节体育课,能有多少种上法?记者深入宿迁校园,找到了很多精彩答案。各校突破传统体育教学框架,构建起多元立体的课程体系,让学生们真正爱上运动。

16日下午,记者来到沭阳县正德中学,烈日下的田径场上,男子橄榄球队的训练正如火如荼地进行着。教练张乐远带领队员们进行核心力量训练,“注意动作标准!”“保持呼吸节奏!”他不断地指导队员。

据了解,橄榄球是该校的特色体育项目。近五年来,校橄榄球队捷报频传。2024年,以该校4名学生为主力的江苏队在全国青少年U系列15人制橄榄球冠军赛上

力克强敌,捧回冠军奖杯。

“我们不只是培养运动员,更是在塑造他们的品格。”张乐远说。通过橄榄球运动,学生们不仅掌握了专业技能,更培养了团队协作、永不言弃的精神。此外,该校还打破班级界限,开设橄榄球、健美操、武术等10个专业体育俱乐部,形成“菜单式”选课模式。在这里,每个学生可以根据兴趣自主选择一到两个项目,在专业教练指导下进行系统学习;每周每个班级设有三堂专项训练课程,采用“基础+提升”的分层教学模式,确保“零基础学生能入门,有特长的学生可精进”。

宿迁经济技术开发区三棵树一小学的体

育课同样丰富多彩。每天下午,整个操场会变成运动海洋。伴随着动感的音乐,学生们分组进行足球三项训练,低年级学生练习趣味带球,中年级学生进行传接球配合,高年级学生则开展战术演练。阳光下,一个个跃动的身影,绘就了一幅活力四射的青春画卷。

“让每个孩子都爱上运动,是我们开展足球教学的初衷。”该校体卫艺主任陈凯介绍,学校构建了立体化的足球课程体系,建立班级、年级、校级三级足球队,形成了“全员参与一梯队培养一精英选拔”的良性机制,通过体育课培养学生的运动技能。



赛事加持,竞技育人

这个夏天,伴随着“苏超”的火热,宿迁市宿豫区大兴中心小学也火了。代表宿迁出征的球队中,有16名队员都来自这所乡村小学。

漫步于该校园,浓郁的足球文化氛围扑面而来。操场旁,足球雕塑生动形象;荣誉墙上,从区级到省级的奖牌熠熠生辉;教学楼走廊里,足球名将的励志故事数不胜数。最引人注目的是足球场,每天都回荡着孩子们的呐喊声与欢笑声。

该校学生靳子豪从一年级开始练习踢足球,他神情骄傲地说:“足球是我最喜欢的运动,我年纪虽然小,但已经获得过两次市级荣誉!”据悉,该校构建了“三级联赛”体系,即班级内部开展趣味足球赛,年级之间组织对抗赛,校级队伍参加区域联赛。

通过“班班有球队、周周有比赛”的机制,让每个孩子都能在竞技场上找到自己的位置与价值。

据了解,在宿豫区,像这样的足球特色学校共有17所。作为全国青少年校园足球试点县(区)、全国青少年校园足球“满天星”训练营地,该区明晰青少年校园足球发展路径,全力打造体教融合互动发展的“快乐足球”。值得一提的是,该区还积极推行校园足球校级联赛,力争每年参与校园足球训练学生超2000人,参与足球比赛人数超1000人。

泗洪县青阳中心小学则将篮球运动打造为特色育人品牌,构建了“课程+训练+赛事”三位一体的培养体系。该校体卫艺主任袁旭介绍,自2009年建队以来,校篮球队

以“普及篮球运动,培养团队精神,提升竞技水平”为目标,注重选拔有潜力的学生,并通过科学训练和竞赛实践提升综合实力。从2018年开始,学校每学期举行一届“校长杯”篮球联赛,从中选拔有天赋、爱好篮球的学生进入校篮球队。通过长期系统化训练和赛事磨砺,这支队伍形成了“技术扎实、战术灵活、团队协作”的特色,在省级、市级比赛中屡获佳绩,成为学校体育教育的标杆。

如今,运动已成为宿迁校园最动人的风景线。在晨曦中,在阳光下,在赛场上,宿迁学子不仅通过运动强健体魄,更在一次次跳跃、奔跑、投掷中锤炼着永不言弃的拼搏精神,在团队协作中领悟责任与担当。



宿豫区大兴中心小学
足球主题展厅
SUYU DISTRICT DAXING CENTRAL PRIMARY SCHOOL
FOOTBALL THEME EXHIBITION HALL