

雷锋精神在校园绽放

——滑县道口镇实验小学开展学雷锋活动纪实

今日关注



□本报记者 苏 迅 实习生 赵艺玮

“我是实验小学学生,努力成为健康、阳光、乐学、诚信、友善,拥有中国灵魂、雷锋精神的现代人。”3月1日上午,铿锵有力的宣声回荡在滑县道口镇实验小学校园。当天,该校开展的“践行核心价值观 做雷锋式好少年”主题活动正式拉开帷幕。

用雷锋精神育人,是滑县道口镇实验小学的鲜明特色。该校坚持弘扬雷锋精神,续写雷锋故事40年,不断探索创新载体持续推进学雷锋活动有效途径,打造弘扬雷锋精神育人体系和特色。

从20世纪八十年代开始,道口镇实验小学就开始开展学雷锋做好事活动,通过坚持不懈照顾孤寡老人、敬老院的老人、老红军老八路、按摩医院的盲人等,培养学生敬老助老、雷锋助人为乐的奉献精神。

早在1983年,道口镇实验小学就组织了学雷锋敬老小队,无微不至地照顾在道口镇顺河南街居住的孤寡老人赵殿鸾奶奶,使其晚年生活充满欢声笑语。在20余年的交往中,赵殿鸾奶奶和学校师生结下了深厚感情,当得知学校建教学楼的消息,老人毅然把自己积攒的130克黄金(一个金手镯、一根金条、一个元宝)及5000元存折捐赠给学校。

为把用雷锋精神育人落到实处,道口镇实验小学认真贯彻习近平总书记对学雷锋的重要指示,主动担当立德树人的根本任务,创新思路和方法,加强实践与科



3月1日上午,滑县道口镇实验小学“践行核心价值观 做雷锋式好少年”主题活动拉开帷幕 (胡自学 摄)

研相结合,学校与家庭、社会相结合,把雷锋精神种子播撒在广大学生心中,开花并结出了丰硕的成果。

“我们学校常态化开展‘培育核心价值观 争做八小雷锋’实践活动,党员学雷锋志愿服务站,成为学校学雷锋的品牌项目和学校学雷锋的名片。党员雷锋交通岗,成为县城文明建设一道亮丽的风景。”该校副校长胡自学介绍,学校积极打造“5+10”雷锋精神文化工程,坚持做到突出学校指导思想、办学理念、办学特色、教育主题和培养目标等五个学雷锋文化元素。切实加强小雷锋广播站、雷锋爱心园、雷锋故事长廊、雷锋教室、家庭雷锋书屋、雷锋先锋榜、雷锋交通岗、学雷锋服务站、学雷锋活动一室、二室等十个阵地建

设,让师生耳闻目睹雷锋成长的经历,亲身感受雷锋精神,潜移默化接受雷锋文化的熏陶。

同时,该校通过组织开展形式多样的主题活动,营造了浓厚学雷锋精神文化氛围。多年来,该校坚持开展“传承雷锋精神 争做‘四好’少年”升旗仪式、“雷锋精神放光芒”大型报告会、“雷锋故事金话筒”擂台赛、“诵读中华经典雷锋日记”读书会、“塑师魂学雷锋”演讲比赛、“雷锋日记”师生书法大赛、“雷锋生年事迹知多少”手抄报展评等活动,以及班级组织的“我和雷锋叔叔说说悄悄话”“给学弟学妹讲雷锋故事”“雷锋精神伴我成长”小论坛等主题班会。在家里开展了“我和爸爸妈妈一起学雷锋”主题知识答题、创新实

践活动等。丰富多彩的活动使广大师生陶冶道德情操,处处接受雷锋精神文化熏陶,雷锋精神种子在师生、家长心中播撒。

近年,每年“六一”、中秋节、重阳节等节日,道口镇实验小学的孩子们都要来到滑县新区夕阳红敬老院,给这里的老人表演舞蹈、武术、古筝等丰富多彩的文艺节目,并为老人按摩、捶背等,祝福他们天天开心,永远健康。这是该校构建并不断完善健全“123456”学雷锋管理体系,续写师生新时代雷锋故事的缩影。即建立一套完整的学雷锋管理制度;突出学雷锋、做雷锋两大主题;坚持学雷锋进校园、进课堂、进家庭三进工作;弘扬雷锋热爱祖国、助人为乐,勤俭节约,勤奋学习的四种精神;树立雷锋式教师、雷锋式学生、雷锋教研组、雷锋班集体、雷锋家庭五种先进典型;抓好学雷锋与培育和践行社会主义核心价值观活动、党史国史教育、贯彻《小学生守则》、少先队体验教育、志愿服务活动、文明城市建设六个结合。

卓有成效地开展学雷锋特色实践活动,续写了新时代雷锋故事,使雷锋精神伴随师生的学习生活,引领师生用雷锋精神修德修身,激发师生争做新时代雷锋式的好老师、好少年。该校先后被评为河南省教育系统学雷锋活动先进集体、河南省学雷锋活动先进单位、河南省未成年人思想道德建设工作先进单位、河南省学雷锋活动示范点、河南省社会主义核心价值观建设示范点等。

“在今后的工作中,我们将始终坚持以雷锋精神育人的理念,不断创新形式,推进学雷锋,做雷锋成果转化,大力推动学校在弘扬雷锋精神上走在全国前列,争创全国学雷锋示范校。”校长任红艳的话掷地有声。



2月25日,市钢三路小学操场格外热闹,有活力十足的街舞,有精彩炫酷的航模表演,有精彩的陶笛演奏,有五颜六色的绘画……该校新学期社团招募活动正在这里如火如荼地举行。此次招募活动旨在繁荣学校文化,提升学生综合素质,丰富学生业余文化生活,引导学生个性化发展,发展多元化兴趣。

(本报记者 任玉霞 摄)



为丰富学生的学习生活,促进学生全面发展,市第二十中学新学期伊始就开始课后延时服务,并开设了丰富多彩的课程超市(学生社团),让学生在活动中收获新知、健康成长。图为2月25日,该校学生在操场上参加足球社团活动。(本报记者 任玉霞 摄)

拼出来的骄人战绩

——安阳姑娘石宛鑫的夺冠之路

□本报记者 葛建霞

清秀的眉眼、白皙的皮肤、小巧玲珑的身材……2月19日,在安阳振清少儿武校见到17岁的石宛鑫时,记者很难把眼前这个看似柔弱的漂亮姑娘和国家一级运动员、省柔道冠军赛冠军重合起来。“别看宛鑫块头不大,两三个成年人也不是她的对手。”石宛鑫的父亲石振清对女儿的实力心中有数。

国家一级运动员、2021年河南省柔道冠军赛女子-48公斤级第一名、2020年河南省柔道锦标赛女子少年组-45公斤级第一名……这些都是石宛鑫用拼搏和汗水换来的骄人战绩。“宛鑫是武校里泡大的。”说起女儿的成长之路石振清无限感慨。石振清是安阳振清少儿武校的创始人、武术教练。在家庭环境影响下,两岁开始,石宛鑫就跟随父亲习武。“习武能增强体质,并培养坚韧不拔的意志品质,让孩子终身受益。”让石振清欣慰的是,女儿不仅喜欢练武,而且天赋不错,三岁半就学会了空翻,小小年纪就在各种活动和比赛中获得名次和奖项。

因为具备扎实的武术功底,2018年,正在市曙光学校读七年级的石宛鑫被特招进外地体校。经过教练的专业测试和审慎选择,石宛鑫入选柔道

队被作为专业运动员重点培养。从传统武术到柔道,对石宛鑫意味着一切要从零开始。“与传统武术不同,柔道是一种两人徒手较量的竞技运动。两个项目又有一个最大的相同点,都离不开苦练。”乐观的石宛鑫做好了吃苦的心理准备。

做运动员苦,做一名想要出成绩的运动员更苦。柔道是高对抗、高强度的运动项目,石宛鑫在体校除了正常读书,每天都雷打不动去训练场训练,每次体能训练,她都像从水里捞出来一样。除了力量、速度、耐力、柔韧度、灵敏度等身体素质方面的训练,她还要反复进行技术训练。无数次的跌倒爬起,每一天的挥汗如雨,敢打、敢摔、敢拼的石宛鑫有一颗不服输的心。从开始练习柔道仅用了不到两年时间,石宛鑫就拿到了她个人运动员生涯的第一个冠军,在2020年11月举行的河南省柔道锦标赛上取得女子少年组-45公斤级第一名的好成绩。

对石宛鑫来说,训练再苦再累都能咬牙扛着,最怕的就是因伤病不能训练、打比赛。2021年,就在距离12月中旬举行的2021年河南省柔道冠军赛仅有3天的时候,石宛鑫最担心的事发生了,在实战训练中,她不小心扭伤了腰部。教练送她去医务室进行了紧急治疗,但疼痛依然无法缓

解。石宛鑫又气又急,气的是自己怎么这么不小心,在这个节骨眼儿受伤,别说打比赛,连正常的训练都没法进行;急的是比赛迫在眉睫,而这次比赛是她晋级国家一级运动员的关键一战。她越想越难受,给父母打电话时,这个坚强的姑娘禁不住一开口就哭了。母亲安慰她说:“急也没有用,好好养腰伤,不要硬练,能练什么就练什么。”放下电话,擦干眼泪,石宛鑫又回到训练场,父亲常说的话在她耳边响起:不能因为一点儿困难就放弃,坚持下去才有胜利的希望。

比赛那天,教练看出带伤上场的石宛鑫异常紧张,便安慰她只要尽力就好。回忆起当时比赛的场景,石宛鑫都有点儿不敢相信自己的爆发力:“带伤打比赛特别艰难。我记得第二场加时赛的时候,双方体力已经基本耗尽,我的腰疼得直不起来,只好用手撑着腿,找到机会,猛一发力,连进对方三个动作,拿下第二场。每一场打完,真的是全身都僵住了。教练都没想到我能拼下来。”一路过关斩将,石宛鑫夺得了柔道女子-48公斤级第一名。

新的学期,石宛鑫又踏上了新的征程。她的目标是要成为一名优秀的柔道运动员,进入省队、国家队,站上最高领奖台。



石宛鑫(右)在实战训练中(资料图)



校园传真

市特殊教育学校

开展主题团课活动 宣讲奥运精神

本报讯 为迎接2022年北京冬残奥会的开幕,市特殊教育学校邀请2008年北京奥运会火炬手、市西大街小学教师祖贵常到该校为学生宣讲奥运精神,开展“奥运精神永放光芒”主题团课活动。

“1964年,我出生在河北省磁县的一个小村庄里。我出生时,身体的各项机能都很正常。孰料,在我11个月大的时候,一场疾病,让我的左腿落下了残疾……”现场,祖贵常讲述了自己的经历,他凭借顽强的意志和不屈不挠的精神,沉迷于体育运动,在国际、国内等各级比赛中获得了优异成绩。2008年北京奥运会,祖贵常成为我市第四十九棒火炬手。46岁时,他与同伴一起登上了珠穆朗玛峰,成为登山队中唯一的残疾人,他用自己的经历诠释了奥林匹克精神。

“同学们,我想告诉你们,残疾不是不幸,只是不便。残疾人所具有的生命价值,是无可限量的。”祖贵常虽身体残疾,但绝不屈服于命运,他勇于挑战自我的精神感染了现场的学生,让不少学生热泪盈眶。“我希望能像祖老师一样,用乐观、积极向上的心态去创造自己的未来,用奥林匹克精神激励自己永远进取,顽强拼搏。”在手语老师的翻译下,该校学生说。

市东门小学

弘扬雷锋精神 争做“五小好少年”

本报讯 (记者 郭诗尧 通讯员 王爱玲)雷锋精神是中华民族宝贵的精神财富,为践行和弘扬雷锋精神,2月28日,市东门小学在两个校区举行了学雷锋活动启动仪式。

启动仪式上,学校对今年疫情防控时期,在学习和生活管理中表现突出的“五小好少年”进行了表彰,全体队员齐唱《我们要做雷锋式的好少年》。嘹亮的歌声响彻校园,雷锋精神在这里焕发出新的生机。据悉,“学雷锋”是东门小学的传统特色活动,早在1971年,该校教师言穆贞就组建了学校的第一支“学雷锋小队”。1990年3月,“学雷锋小队”被授予“全国学雷锋优秀小队”,言穆贞也受到了当时国家领导人的亲切接见并合影留念。2015年,该校“学雷锋小队”被评为感动安阳人物。50多年来,数以万计的东门小学少先队员在“学雷锋”这面旗帜的感召下,崇德向善、奋发向上。“通过本次学雷锋活动启动仪式和系列活动的开展,希望队员们用实际行动争做当代小雷锋,用爱心与责任续写雷锋故事,让雷锋精神永放光芒。”校长韩建勇说。

杏坛随笔

儿童运动切忌盲从

□刘钰

我们需要警惕,当一些新奇有趣的运动项目备受家长追捧时,儿童运动的“抢跑”现象可能也在悄然兴起。作为家长,在孩子的成长问题上要有一种信念,那就是不盲从、不“抢跑”,尊重孩子的身心发展规律。

刚刚过去的假期可能让我们对此感受明显。一方面,“双减”后的第一个寒假,孩子的运动需求被极大释放,体育培训班十分火爆。然而,一些培训机构为了吸引眼球,大力宣传成人化的儿童运动项目,如少儿蹦床、少儿攀岩、少儿跑酷等。另一方面,借着冬奥会掀起的运动热潮,儿童运动成人化的“抢跑”现象在网络上层出不穷。“4岁孩子高山滑雪秒杀成年人”“4岁小孩挑战12米高专业攀岩墙”“人类幼崽蹦床成功做出前空翻”……视频网站上、微信朋友圈里,总有人频繁秀出孩子进行高难度运动的照片和视频,而且儿童年龄越小,获得的关注和评论就越多。

随着我国体育强国建设和教育教学改革的推进,儿童体育锻炼热情的高涨令人欣喜。我们乐见更多儿童走向户外,在运动中强健体魄、增长本领。但值得警惕的是,千万别把以往“抢跑”的错误育儿方式转移到儿童体育锻炼上,也别把竞技体育的训练思维过早强加给孩子。谷爱凌、苏翊鸣等奥运冠军的成才之路固然令人赞叹,却不是人人可以效仿的。否则,很有可能给孩子带来难以挽回的身体和心理伤害。

不难发现,近年有关儿童出现运动损伤的案例逐渐增多。例如,武汉协和医院专家调查发现,舞蹈班上的不科学下腰练习已致1000多名孩子瘫痪;还有9岁娃练5年拉丁舞致半月板撕裂,6岁儿童训练跑酷致小腿骨折等个案屡见报端,其与家长让孩子过早进行不合理的运动不无关系。再加上家长缺乏关于孩子身体发展状态的必要知识储备,校外体育培训质量参差不齐,一些悲剧时有发生。有从事儿童运动医学研究的医生发现,一些少年运动员的身体受到严重损伤,完全是运动训练过量所致。所以,如果被儿童体育运动“抢跑”思维带偏,就得得不偿失了。

作为家长,应该鼓励孩子多运动,但如何引导孩子科学开展体育训练呢?首先要有必要的知识储备和正确的育儿观念。要了解孩子生长发育的规律,根据自己孩子的年龄阶段、特点以及运动敏感期,帮助他们选择合适的运动项目。例如,在孩子幼儿前期(1岁到3岁)和幼儿期(3岁到6岁),应该注重身体的全面锻炼;6岁以上的儿童可以结合体测报告和身体素质特点,选择一些专项练习。同时,家长还应与学校保持充分的沟通,与学校老师一起合理制定孩子的运动规划和发展定位,在选择校外体育培训机构时多些理性意识。

2021年,国家体育总局办公厅发布《关于做好课外体育培训行业服务监管工作的通知》,提出强化行业监管的有力举措,包括坚决纠正课外体育培训的虚假宣传、虚假折扣、“焦虑营销”等行为。各地政府应据此深入落实体教融合精神,支持引导校外培训行业主体健康发展,做好校外体育培训主体的摸底和备案工作,及时纠正市场上出现的不良错误导向和培训行为,加强“健康第一”的宣传引导,共同呵护青少年的健康成长。