

# 用拼搏为青春加冕

## ——看安阳市振中高级中学“体教融合”之路如何结出丰硕成果

□本报记者 徐依依 文/图

2026年4月,河南省2026年普通高校招生体育类专业统一考试现场,安阳市振中高级中学(以下简称振中高中)的蔡贺崎与杜增智两名少年并肩斩获满分,用实力惊艳河南体考圈。此次安阳市仅3人拿下体考满分,振中高中独占两席。这一亮眼成绩绝非偶然,是该校深耕“体教融合”理念、践行“体魄与学识双提升”育人模式的成果,更是少年们以热爱为帆、以坚持为桨,在体育逐梦路上奋力拼搏的最好见证。

### 以热爱为底色 以坚持破万难

体育从来不是捷径,而是一条需要用汗水与毅力铺就的道路。对于18岁的蔡贺崎而言,这条道路的起点,是一份纯粹热爱。自幼痴迷足球的他,进入高中后偶然加入田径社团,本是抱着“玩一玩”的心态,却凭借出众的运动天赋和积极态度脱颖而出,正式踏上体育追梦路。

不少人认为体育生升学是“走捷径”,甚至有人说“不过是跑跑步,能有多难”。4月13日,蔡贺崎用亲身经历给出回应:“别人眼中所谓的捷径,只有我们自己知道有多苦。”多年训练中,汗水浸湿衣衫是常态,肌肉酸痛、抽筋受伤早已习以为常,他日复一日打磨技术动作,枯燥与疲惫始终相伴。考前几日,焦虑裹挟着他,教练劝他放平心态、降低期望,但他不愿辜负多年付出,执意将目标锁定满分。

在蔡贺崎心中,体考满分并非最珍贵的收获,还有赛场上的真挚友谊、教练亦师亦父的教导、学校的温暖支持,更重要的是刻进骨子里的坚持与韧性。“所有高光时刻,背后都是无数个咬牙坚持的日夜。今后无论遇到什么困难,想起在跑道上拼尽全力的自己,就没有跨不过去的坎。”蔡贺崎说,这份成长,远比分数更有力量。

相较于蔡贺崎的天赋尽显,杜增智的体育追梦路更多了几分磨砺。他从小热爱羽毛球,进入振中高中后,高一、高二享受着轻松的训练时光,可升入高三,体考压力扑面而来,每天上午下午各两小时的高强度训练,成为他生活的主要内容。

“练体育的没有懦夫!谁寒暑假不愿意在家里放松一下?但体育生就是不行!”杜增智的话语里满是坚韧。训练中的瓶颈期、酸痛肌拉伤的伤病,曾让他心态崩溃。体考前几小时,极度的紧张更是让他食不下咽,却只能一遍遍给自己心理暗示,将紧张转化为专注与自信。

踏入考场后,百名体育生相互加



王乾教练(右)在指导两名学生

油的热烈氛围,瞬间驱散了他心中的忐忑。作为队伍中最后一名上场的考生,他顶住期待与压力,在百米项目中突破个人最好成绩,稳稳拿下满分。“选择了体育这条路,就注定布满荆棘,但只要坚持,一定能看见光。”如今,杜增智的梦想是考入北京体育大学,未来深耕体育教育,将自己对运动的热爱传递给更多人。

### 以匠心育新人 以精神续华章

谈及满分成绩,蔡贺崎与杜增智不约而同地将感恩放在了首位。“若没有学校提供的平台、教练的悉心栽培与关心,我们不可能取得这样的成绩。”两人的话语朴实而真挚。

毕业于北京体育大学、振中高中主教练王乾是两位少年的引路人,他表示,学校能培育出满分学子,得益于一套科学完善的训练体系。其一,分阶段精准训练,将备考周期分为基础夯实期、专项突破期、冲刺适配期,前期打磨基础、纠正细节,专项期强项专项,冲刺期模拟考试适配节奏,缓解焦虑。其二,科学规避损伤、提升效率,训练前后严格落实热身与

放松,借助专业器材恢复状态,结合营养学知识指导学生饮食作息。其三,分层复盘、动态调整,每个阶段复盘成绩、分析问题,针对性调整训练强度或技术动作,助力学生突破上限。“这一切,离不开学校领导的重视和支持,让我们能安心开展训练。”王乾补充道。

饮水思源,薪火相传。蔡贺崎寄语学弟学妹:“体育之路没有捷径,唯有坚持和努力能收获成功。训练很苦、道路艰辛,但只要有不屈不挠的毅力,就没有跨不过的坎。”杜增智则希望每一位体育生都能珍惜振中高中提供的优质平台,“在训练中锤炼意志,在拼搏中成就自我,活出属于自己的精彩。”他们用自己的经历,为学弟学妹们点亮了逐梦的灯塔。

### 以初心守使命 以特色育英才

蔡贺崎与杜增智的双满分,是振中高中“体教融合”育人理念结出的丰硕果实。振中高中副校长杨冠辉表示,学校对体育生培养的高度重视,是体育工作者和学生安心训练、奋勇拼搏的坚实基础。

自建校以来,该校董事长王豪杰、校长王建军始终高度重视体育工作,秉持“体教融合”方针,倡导“无体育,不中”的办学理念,致力于“见证每一个孩子实现自我超越的传奇”。该校将体育特长生培养纳入多元化升学核心战略,严格落实国家青少年体育发展要求,从师资、硬件等方面为体育生保驾护航。

师资方面,学校面向全国重金引进北京体育大学、上海体育大学、武汉体育大学等顶尖学府的优秀毕业生,组建专业过硬的金牌教练团队;硬件方面,投入巨资打造标准化训练场地,配备齐全训练器材,专门建设力量房与拉伸放松室,全方位解决体育生训练的后顾之忧。

更难能可贵的是,振中高中坚持“体魄与学识双提升”,绝不搞“重武轻文”。该校为体育生量身定制个性化文化课辅导方案,科学调整作息与课时,平衡训练与学习,确保体育生既能在跑道上突破自我,又能在课堂上筑牢知识根基。此外,学校特邀清华大学田径队队员、第十五届全国运动会男子铅球冠军陈成雨亲临指导,传授经验和技巧,助力学生提升专业能力。

建校不到3年,振中高中体育工作已硕果累累:男女篮球队蝉联两届全市中学生联赛双冠军;学校女篮将代表安阳市出征河南省第十五届运动会;高三学子刘永嘉、王嘉铭斩获2025年全国海上丝路模特大赛冠军;河南省2026年普通高校招生体育类专业统一考试中,安阳市仅3人满分,振中高中独占两席,彰显了学校体育教育的硬实力。

青春,应有速度与力量,更要有厚度与远方。蔡贺崎与杜增智的“满分故事”,是振中少年拼搏成长的缩影;振中高中的体育教育实践,是“体教融合”理念的生动诠释。从少年们的逐梦之路,到学校的育人初心,我们看到的不仅是体育的力量,更是教育的温度。在“体教融合”的道路上,振中高中正以特色育人理念为帆,以科学训练为桨,载着无数体育少年的梦想,驶向更广阔的未来。

## 校园传真

### 青春逐梦创未来 砥砺奋进展风采

安阳职业技术学院2026年“挑战杯”大学生创业计划竞赛校赛决赛圆满落幕

本报讯(记者 王箫)4月10日,安阳职业技术学院2026年“挑战杯”大学生创业计划竞赛校赛决赛在该校举行。此次比赛自启动以来,得到全校学子积极响应、踊跃参与,共征集参赛项目95项。经严格初审筛选,43个优秀项目成功晋级校级决赛。大赛特邀3名行业专家担任评审,43支参赛团队、110余名师生参与本次赛事。

比赛采用“项目路演+现场答辩”的形式进行。各参赛团队紧扣乡村振兴和农业农村现代化、文化创意和区域合作、生态环保和可持续发展、社会治理和公共服务、科技创新和未来产业五大赛道,围绕项目创新亮点、落地可行性、

社会服务价值等核心内容进行展示与答辩,充分展现了新时代青年学子锐意进取的创新思维与扎实的实践能力。评审专家立足专业视角,对各项目进行细致点评与深度指导,并提出针对性优化建议,现场交流充分、氛围浓厚。

“本次大赛是学校共青团为青年学子搭建的创新创业与科创成果展示优质平台,有效激发了广大学生的科创热情与实践创新能力。”安阳职业技术学院相关负责人表示,学校将以本次大赛为契机,引导青年学子将青春理想与时代使命紧密结合,在服务国家战略、助力地方发展、服务社会大局中展现新时代青年的担当与风采。

### 第二十六届世界华人学生作文大赛结果公布 市实验中学学子获佳绩

本报讯(记者 徐依依)近日,第二十六届世界华人学生作文大赛获奖结果正式公布,市实验中学学子表现亮眼,斩获全国一等奖1项、二等奖1项、三等奖9项,彰显了该校在语文素养与写作教学上的突出成果。

本次大赛由中国侨联、全国台联主办,《快乐作文》杂志承办,是列入教育部全国性竞赛名单的权威赛事,吸引全球73个国家和地区数百万名华人学生参赛。安阳市实验中学学生杜翌娴凭借《以青春为笔,描绘2025的时代经纬》荣获全国一等奖;于梦帆获二等奖;韩萌、宋欣怡、张银鹏等9名学生分别

获三等奖。获奖作品紧扣数智时代、无用之用、变与不变等时代主题,立意新颖、文笔流畅,展现出当代中学生对文化、与生活的深度思考。

该校相关负责人表示,优异成绩源于长期深耕书香校园建设,坚持阅读与写作融合教学,通过读书分享、作文擂台等活动,为学生搭建写作展示平台。此次获奖既是对学生努力的肯定,也是对学校育人理念的印证。未来,该校将继续以文育人,鼓励学生在阅读中积累、在写作中成长,让文学之花在校园持续绽放。

## 杏坛随笔

### “跟着课本游”拓展育人新天地

□杨顺昌

近日,人民教育出版社与黄山旅游集团携手推出“跟着课本游黄山”主题活动,将《黄山奇石》《爬天都峰》等经典课文场景化落地,打造沉浸式课文互动打卡点与研学体验线路,让课本文字与黄山实景相融,为文教融合开辟新路径。

课本中的经典篇目是一代代中国人的共同记忆载体。课文篇目层层递进、反复打磨,是系统化、权威化的知识载体,兼具知识性、审美性与文化性,是青少年初识祖国山河、感知文化魅力的启蒙窗口。“跟着课本游”活动精准锚定这一情感内核,把抽象文字转化为可触摸、可体验、可打卡的实景场景,让游客在熟悉的课文场景中收获“重逢感”与“圆梦感”,实现从“纸上阅读”到“身临其境”的情感升华。相较于普通文旅项目,它自带情感流量与教育基因,既降低青少年的接受门槛,又提升家庭与学校的参与意愿,成为文教融合可持续发展的内生动力。

整体而言,“课本情结”回答了“为什么要去那里”的问题,“寓教于乐”则回答了“去了能学到什么”的命题。不止于此,“跟着课本游”活动之所以能够成功“破圈”,还在于它实现了两种教育功能的融合。

其一,寓教于自然,以天地为课堂,让山水成为生动教材。自然是生动的育人载体,兼具审美浸润与隐性教化双重功能。自然以其“美”成为育人的天然场域,黄山奇松、怪石、云海、温泉的

壮丽景观,与课文中的精彩文字相互印证,让青少年在直观感受中提升审美素养、涵养家国情怀。同时,自然空间有别于教室的固定性、符号化空间,具备开放性、体验性与沉浸式特征,能打破课堂边界,发挥隐性教育作用,实现知识学习、品格塑造和身心成长的协同共进。

其二,寓教于实践,以行走促真知,让体验长本领。实践是教育取得实效的重要一环,“跟着课本游”把课堂延伸至户外,让青少年从被动听讲转为主动探究,在亲历中提升学习自觉性与主动性。手持研学护照打卡、对照课文观察实景、参与现场科普互动,这种“做中学、游中悟”的模式,契合青少年认知规律,能有效激发他们的好奇心与求知欲。相较于课堂讲授,实践研学更强调自主观察、思考与表达,帮助青少年把书本知识转化为真实认知,把间接知识转化为直接能力,在知行合一中培育探索精神、实践能力与责任意识。这种内生驱动的学习,比单向灌输更持久、更深刻。

从“跟着课本游黄山”等相关活动的成功实践不难看出,文教融合的一个重要路径是“以文旅旅、以旅教文”,让教育资源与文旅资源双向赋能。“跟着课本游”活动的探索启示我们,教育不应止步于课本的字里行间与教室的特定空间,而应更好地扎根生活、贴近自然、走向实践。期待更多教材IP走出书斋,让青少年在行走中读懂中国、在体验中厚植自信、在研学中提升素养,让育人空间在文教融合中不断拓展。(原载于《中国教育报》)



## 图说新闻

4月8日,安阳工学院艺术设计学院大四学生张路彤正在樱花树下进行绘画创作。近段时间,安阳工学院樱花大道美不胜收,层层叠叠的花朵缀满枝头,粉白相间、娇嫩欲滴。大学生在樱花树下,将青春的思绪悄悄写进漫天温柔的春光里。(毕兴世/图 陈海旺/文)

## 绿茵争锋 激情绽放

市光明中学第二届“校长杯”校园足球联赛开幕

本报讯(记者 许美美)4月13日下午,市光明中学操场上,一声哨响划破长空。高二(3)班前锋李佳豪在中圈附近拔脚怒射,足球划出一道弧线直挂球门死角。这记精彩的远射为揭幕战首开记录,也正式拉开了市光明中学第二届“校长杯”校园足球联赛的帷幕。

伴随着庄严的国歌声,五星红旗冉冉升起,该校全体师生肃立注目礼,开幕式正式启动。该校党支部书记、校长来军在致辞中说:“希望大家在赛场上团结一心、顽强拼搏,奋勇争先,赛出风格、赛出水平。比赛的意义不仅是输赢,更是要激发大家的运动热情,增强集体荣誉感,营造积极向上的校园文化氛围。”

据了解,在接下来的两周时间里,来自该校高一、高二年级的16支班级代表队将在32场比赛中轮番登场,用奔跑和汗水诠释该校对“体育育人”的理解。

揭幕战在高二(3)班与高二(5)班之间展开。开场仅10分钟,李佳豪便一脚远射打破僵局。赛后,满头大汗的他难掩兴奋:“去年我们班止步八强,今年大家从寒假就开始发组织训练,目标就是冲击冠军。进球的那一刻,我感觉所有的努力都值得了!”场边,各班啦啦队挥舞着手臂,加油声此起彼伏。高一(5)班学生王雨桐一边击鼓一边对记者说:“看着赛场上每名球员都在拼尽全力为集体而战,这种感觉特别棒,输赢

其实没那么重要。”

裁判员代表、体育教师刘洋在赛后表示,相比去年第一届比赛,今年队员们的战术素养和配合意识明显提高。该校体育教研组长张老师介绍,本届联赛采用小组循环加淘汰赛制,学校专门成立了组委会,从场地保障、医疗救护到裁判培训都做了充分准备。“足球运动不仅能锻炼身体,还可以培养孩子们的团队意识和抗挫折能力。看到他们在场上拼抢、场下相互鼓励,我觉得,这就是体育教育该有的样子。”张老师说。

夕阳西下,首日比赛在欢呼声中暂告段落。对于李佳豪和他的同学而言,这记开球远射或许会被记住很久。“不是因为比分,而是因为它印证

了我曾经看过的一句话,‘当足球滚过白线,青春便在绿茵上有了形状;当哨声响起,成长便多了一种可能’。”李佳豪说。

健全人格,首在体育。近年来,随着“五育并举”教育理念的深入推进,体育不再被简单视为“副科”,而是被重新定义为塑造完整人格的重要基石。市光明中学连续两年举办“校长杯”足球联赛,让体育回归教育,让绿茵场成为第二课堂。来军坦言:“体育是挫折教育,也是团队教育。它教会孩子们如何在规则中竞争、在对抗中尊重、在失败中站起。愿足球成为孩子们快乐成长的伙伴,愿体育精神在他们心中生根、发芽、开花,助力他们奔赴更加精彩的明天。”

## 《安阳日报·教育》

安阳市融媒体中心·安阳市教育局 联合主办

教育在线 Education Online

微信公众平台

投稿邮箱: aysrbdjy@163.com



- ◆ 政策信息
- ◆ 教育资讯
- ◆ 热点透视
- ◆ 深度解读

## 公示

根据国家新闻出版署《新闻记者证管理办法》规定,现将我单位拟申领新闻记者证人员名单进行公示:  
安邦生 陈洪涛 邵娜  
监督举报电话:0371-65888851

安阳市融媒体中心  
2026年4月15日