

当体育“力”遇见心理“美”

温州龙湾区打造“健体强心”新样态

□本报记者 金澜

午间,一场特别的三方会谈在温州育英学校阅览室举行。围绕开学初完成的学生心理普测和体测,体育组教师、心理组教师和班主任代表分别发表观点,他们正在探索如何将体育课、心理课、班会课拧成一股绳,共同助力“健康第一”。

近年来,温州市龙湾区在“五育”并举的启发下,实施“健体强心”工程,并通过开发智慧体育系统和智慧心育系统,探索身心健康融合发展的育人新路径。

概念萌生,推广身心共育

多年前,龙湾区一些学校存在“重赛轻普”的现象,学校负责人说起体育校队时头头是道,但谈到全员体质健康测试时却闪烁其词。

分管体卫艺工作的龙湾区教育局总督学陈浩一针见血地指出:“这是对健康教育的认知出了问题。”2023年,时任龙湾区教育局学生科科长邵弦愉想到了以“五育”并举的提法来扭转学校认知,“要把体育锻炼从单纯的肢体活动升级为融合道德涵养、智力启发、体质增强、审美熏陶、劳动意识于一体且所有学生都能参与进来的综合育人项目”。

而此时政策的东风也一阵接一阵,推进“明眸皓齿”工程、推动校园足球建设、推行课间15分钟……随后,龙湾区全面铺开全员每天运动2小时:体育课、体育活动课、大课间、午休、课后服务、社团活动,运动时间碎而密;球类、传统游戏、跑步、跳绳,运动项目根据学生年龄和场地要求灵活调整。

时隔数月,再次走进校园,一切变得不一样了。邵弦愉很是欣慰,但她也遇到了新问题——如何判断运动的成

效,运动真的服务于学生健康成长了吗?这一问题触及了健康教育发展的另一个弊端。

作为同时分管体育和心育的负责人,邵弦愉发现常规校园育人工作中存在体心关系割裂的问题,体育只管出汗、心育只管咨询,未能形成育人合力。在她看来,只有两者融通,才能构成真正意义上的健康教育。这一思路也得到了陈浩的深度认同。陈浩说:“过去我们把体育和心育拆成了两张皮,表面是分工,实则是缺位。”健体强心“不是简单叠加,而是要从育人逻辑上让身体活动成为心理成长的载体,让心理滋养反哺运动热情。”基于此,区教育局提出了“健体强心”的概念:从内部看,体育与心育被摆在了并列的位置;从外部看,它们成了一个整体。

自此,龙湾区走上了探索身心共育的路,并用科技为两者融通架起了桥梁。

科技赋能,获取海量数据

挥动手臂隔空选定挑战项目,人脸识别后,挑战开始……课间铃响起,龙湾区状元中学学生走出教室,涌向AI运动小站。每个运动小站由一块电子屏、若干摄像头和挑战点位构成。这样的运动小站覆盖龙湾区55所中小学。

邵弦愉介绍,过往体育教师评估学生的身体健康情况,以经验论、谈感觉多,缺乏数据支撑,提供给班主任、心理教师的素材,覆盖面、准确度都大打折扣。

为了全面掌握学生在校期间的运动数据,2025年区教育局委托科技公司开发智慧体育系统,在校内设置若干运动小站和智慧操场。

在龙湾区,运动小站和智慧操场还被运用于体育课教学。记者看到,每块

电子屏的左下角都有一个二维码,教师扫码后可以接管屏幕。温州市国科第一中学副校长、体育教师何剑进行了演示,在后台选定测试名单后,屏幕叫号,学生刷脸测试。“一位教师可以接管若干块屏幕,多端同时测试,大大提升了效率,学生多试几次,后台获得了更多数据,可以更清晰地描绘出学生的运动画像。”他说。

此外,系统还会拆解动作和分步骤讲解。遇上这样可互动的智能教练,学生们也来劲了。数据显示,全区引入AI运动小站后,学生课余自主锻炼参与率超过40%。

而在心育层面,智慧心育系统不仅能采集归纳全员普测情况和咨询访谈记录,还搭配了“解压星球”App,以更温和的方式聆听学生心声,以形成更真实准确的心理画像。

“有顾虑不想说?没事,先进房间和星球宝宝玩一玩。”面对眼前不愿意开口的学生,状元中学心理辅导站负责人蔡晓丹温柔地劝说。她口中的“星球宝宝”是“解压星球”App内置的虚拟卡通形象,不仅能做简单的心理疏导,还能在听到敏感词时发起预警,推送给心理辅导站负责人。

多管齐下,以数据促行动

两套智慧系统建成后,每天都有大量数据汇到教师和区教育局工作人员手中。如何让海量体测数据真正服务于学生强健体魄与阳光心态的养成?区教育局使出了浑身解数。

龙湾区通过人事调整,确保每所学校的领导班子中至少有一位体育教师。同时,从2022年起,龙湾区中小学生田径运动会上设置校级领导干部组,校长们进行跑步、跳绳、引体向上等多个项目的比拼,以实际行动支持“健体

强心”工作。

学校也在各自发力。在育英学校,体育教师、心理教师和班主任三方根据数据,构思跨学科融合促进“健康第一”是常态。例如,一名男生曾因考试成绩不理想深受打击,变得内向封闭,体育锻炼时心不在焉,数据很不稳定。于是那个月的班会课上,班主任举例了张海迪、詹天佑等名人直面挫折的故事;心理教师运用积极心理学开展午间辅导;体育课上增加了需要面对输赢的集体项目,引导大家正确面对失败。

国科第一中心心理辅导站内,体育与心育元素结合得更加紧密,体感呐喊宣泄仪、智能击打宣泄仪、心理智能互动仪……负责人叶银凤介绍,“运动可以缓解负面情绪,不适合户外运动的日子,这里就是学生的减压房”。

据悉,接下来区教育局将致力于打通两个平台,结合双边数据做科学分析,更好地辅助体育教师、心理教师和班主任育人。同时评选一批“健体强心”之星,用榜样的力量带动更多学校将体育“力”与心理“美”真正交融,支撑起学生强大的内心世界。

扫码观看
更多精彩内容浙江师范大学
儿童文学馆开馆

本报讯(通讯员 盛灿灿 许飘怡)4月11日,浙江师范大学儿童文学馆开馆,这是全国首个以儿童文学为核心主题的专业场馆。

儿童文学馆以时间为轴全景展示中国儿童文学百年历程,集展示、研究、研学、交流于一体,与浙师大非洲博物馆共同构成学校西区“一湖两馆”的文化格局。

走进儿童文学馆的“时光藏珍”展区,玻璃展柜中静静躺着多都市面上绝版、其他公藏机构也难觅踪迹的初版本:1923年出版的叶圣陶作品《稻草人》、1926年出版的冰心作品《寄小读者》、1958年出版的任溶溶《没头脑和不高兴》……每一本初版本,都是作品诞生时的最初模样,承载着时代的文学温度与一代代作家的赤诚之心。它们不仅是学术研究的“活化石”,更是连接当下儿童与百年文脉的情感纽带。

“儿童文学馆的落成是学校赓续文脉、擦亮儿童文学品牌的生动注脚。”浙师大党委书记蒋云良介绍,学校将以建校70周年为新起点,将儿童文学馆打造成文献宝库、学术高地、人才培养基地和文化传播窗口,推动儿童文学走出校园、走向社会。

浙工大之江学院成立
“一人公司”创业基地

本报讯(通讯员 何允 俞陈萍)近日,浙江工业大学之江学院成立了全省高校首个校内大学生OPC创业基地。OPC创业基地采用“一人公司”模式,支持学生个体创业,推动创意快速转化为可运营的商业实体,为创新生态注入新活力。

OPC,即“一人公司”的英文缩写,是专为拥有核心技术的个人或微型团队量身打造的灵活创业组织形式。

作为浙江省首批产教融合示范基地,浙工大之江学院锚定“区域特色鲜明的一流的应用型大学”战略目标,主动响应AI时代创业形态变革趋势。当前“单人成军”已成为数字经济下最具活力的创业方向,为破解传统大学生创业起步难、资源散、产教对接脱节等痛点,学院依托产业园平台打造大学生OPC创业基地,聚焦大学生个体创业全链条需求配套支持体系,为区域数字经济发展储备可独立完成商业落地的创新型“超级个体”人才。

“此前独自做项目时,我常受限于场地成本、启动资金和产业资源,很难覆盖开发、运营、市场全链条需求。”学院2023级计算机科学与技术专业学生、“皓月互联”项目负责人包泽南是OPC创业基地的首批入驻者。他表示:“入驻OPC创业基地后,学校为我提供了免费工位、专项启动资金,还配套了导师指导、法务咨询、产业对接等全周期孵化服务,现在我1个人就能完成过去5人团队的工作量,原本搁浅的创意顺利对接上本地企业需求,创业路径一下清晰了。”

据介绍,OPC创业基地将构建“课程+训练营+实战”三维培训体系,开设“一人公司”创业训练营,提供500平方米免费办公区、50余个拎包即可入驻的工位,配备创业导师一对一指导,提供政策、法务、融资一站式服务。还将推进“致知”精英班与OPC创业基地一体化建设,整合校地、产教多方资源,为数字中国建设贡献更多青春智慧与力量。

群芳逐鹿
绿茵争锋

4月12日,浙江省第十七届大学生运动会女足甲组比赛在横店影视城明清宫苑景区足球场开踢。这场赛事吸引了全省25支高校队伍的500余名运动员同场竞技。图为4月13日,浙江工商大学代表队与温州大学代表队正展开激烈对决。(本报通讯员 胡扬辉 摄)

育人“铁三角”,成长“同心圆”

浙财大探索协同育人新路径

□本报通讯员 赵蕾 贵一琦

近日,浙江财经大学数据科学学院的教室里,进行了一场特殊的点名。

“赵誉家。”“到!”

这一次,学生赵誉家的应答格外响亮。喊完这声“到”,他便要换上戎装,成为一名中国人民解放军战士。作为浙财大“铁三角”人才培养试点项目班级的班长,赵誉家的参军报国之路,正是“铁三角”协同育人模式结出的硕果——从入学的责任萌芽到坚定投身国防,他的成长离不开项目主任、班主任、辅导员的合力托举。

在传统育人模式下,系主任、班主任、辅导员各管一摊,信息割裂。为破解这一问题,浙财大打破院系边界,于2024年启动“铁三角”人才培养试点项目,以项目主任、班主任、辅导员三位一体模式整合育人资源,培育具有优良素质的学生。其中,项目主任作为“总设计师”主导学科建设与培养方案

编制,班主任化身“大管家”负责日常管理与学业规划,辅导员专注思政工作、护航成长发展,三者各司其职又紧密配合。

“当兵报国是我从小的梦想。”身为班长,赵誉家在应对金融数学专业高强度学习之余,还要承担班级管理责任,一度感到力不从心。为帮助学生将个人理想更好地融入成长路径,“铁三角”项目构建了“目标引领、全程护航、多方协同”的成长支持机制。辅导员了解到赵誉家的心愿后,通过国防教育、红色宣讲坚定其报国信念,并全程协助办理参军手续;班主任为他定制学习计划,协调学习小组互助,助力他兼顾学业与班级管理;项目主任推荐他参与金融数据调研、数学建模竞赛,引导他思考“数智技术如何助力国防建设”。一学年来,赵誉家学业成绩稳步提升,并以优异成绩通过征兵选拔,其所在班级的凝聚力也得到了增强。

“社保?不就是办退休吗?专业

前景会不会很窄?”大一入学时,浙财大公共管理学院劳动与社会保障专业学生小李对专业充满偏见,一心想转去财税专业。面对像小李这样专业认知模糊的情况,“铁三角”项目在试点班级中构建了“专业导航+个性规划”的学业发展支持机制:入学第一学期开设“专业认知工作坊”,邀请行业导师、优秀校友进行系列宣讲;为每名配备学业导师,建立学生成长档案并动态跟踪,每学期开展目标复盘与调整。

此外,为了让专业更符合社会需求,项目主任牵头重构课程体系,打破传统专业壁垒,最终形成养老保障与医疗保障、就业与劳工权益、社会福利理论与政策、研究方法与分析等四大特色模块,让培养方向更加精准。

当小李跟随项目主任赴浙江省医疗保障局等地深入调研,亲眼看到长期护理保险政策是如何惠及百姓时,他终于明白了:“原来社保基金管理和财税紧密相连,养老金投资运营也是

国家战略的一部分。”如今,小李不仅坚定地选择原专业,还获得了浙江省大学生乡村振兴创意大赛银奖。

在实践育人方面,“铁三角”项目构建了“资源统筹、过程管理、价值内化”三位一体机制:项目主任对接实务资源,班主任引导学生将实践转化为专业思考,辅导员将国情教育与职业伦理融入实践全程。例如,在法学院,“铁三角”项目用系统思维构建起实践育人的完整闭环:资源来了有人对接,出去了有人跟进、回来了有人追问,环环相扣,让社会实践不再是“走过场”。

据了解,浙财大“铁三角”人才培养试点改革自推行以来,育人成效显著。近一年来,项目班级学生获校级及以上科技竞赛奖项123人次,省级科研立项22项。接下来,学校还将以更高标准、更大投入保障“铁三角”项目高效运行,逐步实现培养方案可视化追踪、关键成长指标预警、教育资源精准推送,让每名都能找到最优发展路径。



近日,江山市长台幼儿园开展“小小建筑师”户外游戏活动。幼儿全程自主构思,结合过往习得的打水经验,分组协作仿造水井结构。(本报通讯员 朱楠澍 摄)