

迎冬奥 赛冰雪 燃少年

为冰球，七年磨一剑！

本报记者 徐金玉

北京市第二十中学附属实验学校冰球队，有点“不一般”：建队最早，与学校“同龄”；获奖最多，捧回过2021年北京市中小学生校际冰球联赛乙组冠军奖杯；最荣耀的是，球队队员还曾在2017年得到了习近平总书记的接见，在现场，孩子们由衷许下“5年之约”，励志助力北京冬奥，成为国家冰球项目的“栋梁”。

如今，5年之约已到，北京2022年冬奥会举办在即，这一拨冰球小将不仅已成长为校队主力，而且有的队员成功入选北京市冰球队，有的加盟了俱乐部打球。朝气蓬勃正当时的少年们，用实际行动兑现了浪漫的冰球之约。

而这一切的起点，源自学校践行“冰雪运动进校园”的初心。一路参与筹备、见证冰球队发展的学校冰雪项目负责人冯亚宁介绍：“2014年学校建队时，冬奥会正在紧张申办中。学校对我们国家申办成功很有信心。若举办冬奥会，推动冰雪运动发展，青少年群体是重要一环。为此，建校一个月后，北极星冰球队应运而生。”

他清楚地记得，当年第一批招来的学生有160多名，他们从中选出17名，从零起步开始培养。“可以说，这支校队是北京市第一批完全由学校牵头、自主培养的冰球队，师生共同成长。”冯亚宁笑着回忆道，老师们当时也不懂冰球，校内也没有场地，所幸附近有个冰场。于是，就在这样一个租来的冰场上，队员们一人一个小板凳，一人一双同样从冰场租来的鞋，开始了校队第一场“懵懵懂懂”的冰球训练。

“当时专业知识匮乏，还闹出过不少笑话。比如，我们以为打冰球，只要一个板凳和一双鞋就够了，后来才知道冰球需要专业的装备，从鞋到服装到球杆，都要全副武装。”冯亚宁说。训练很辛苦，每周都要上冰，从精力、财力、物力上，学校、家长都要投入很多。

但最令他触动的反而是年幼的孩子们。“为了上冰，他们常常会在车上争分夺秒写作业，玩乐的时间少了也没有抱怨，尤其是那些连鞋带都系不好、日常生活有些懒散的孩子，到了冰场、打上冰球，简直像换了一个人：滑得比谁都快、学得比谁都认真。”冯亚宁笑着说，不仅如此，冰球还有个“奇效”，若哪个孩子学习时不专心，班主任只要一说不让他打球了，他会立马端正态度、改正缺点。

“我是一名冰球队员”，冯亚宁最常听到孩子们这样介绍自己，那份自豪与自信溢于言表。“对于他们而言，这个身份很光荣！打冰球，塑造了他们的价值观，让他们勇敢坚毅、不轻言放弃，有集体意识、有拼劲儿！”

如今，8年磨一剑，冰球队正如队服上那抹绿色一样，已成为校园内最别样的风景。“学校搭建起科学的梯队培养计划，各个年级都有队员，1-4年级学技术，5-8年级学战术。连我自己，也和学生共同成长，已成为冰球、花样滑冰、短道速滑的国家一级裁判员。”

海淀区的冰球运动之风也从这里刮起。2015年，由海淀区教委牵头，该校组织承办了北京市第一届海淀区中小学冰球联赛，并连续做了四届。“各院校倡导冰球运动进校园蔚然成风，比赛的学校也从当初的十几所增加到了现在的二十几所。我们学校也被评为北京市冰雪运动特色学校及奥林匹克教育示范学校。”

由点及面、从纵向到横向，学校以冰雪运动教育为特色，又开设了花样滑冰社团，并在全校范围内积极开展冰雪运动普及活动。如，率先出版了第一本《中小学冰雪知识读本》丛书；举办冬奥知识竞赛、冬令营；组织奥林匹克脊梁嘉年华运动会，让学生们将冰雪运动付诸绘画、书法、舞蹈、相声等艺术形式；最主要的，每学期每个学生都能体验上冰……

“从学校层面来说，让更多青少年参与冰雪运动，落脚点还在育人。我们希望孩子们借助这些项目，去感受体育精神，去体验冰雪运动的乐趣，得到身心的健康成长。”冯亚宁说，“5年之约”已到，还有“下一个5年”和“下下5年”，“我们会持续做好冰雪运动进校园这项事业，不遗余力地去圆孩子们的冬奥梦、冰雪梦、中国梦！”



北京市房山区南尚乐中心小学学生享受冰雪运动的乐趣。

沈阳体育学院： 让冰雪运动为人才“增值”

本报记者 王金晶

在中国冰雪运动领域，作为专业运动员孵化器，沈阳体育学院是一座绕不过的高校。在自由式滑雪空中技巧项目上，该校更是沉淀多年，成为冬奥夺牌健将的摇篮。

1998年，徐囡囡在长野冬季奥运会实现中国雪上项目冬奥会奖牌“零”的突破，获得银牌；韩晓鹏在第20届冬奥会上夺得男子自由式滑雪空中技巧冠军，实现了我国冬奥史上男子项目和雪上项目金牌两个“零”的突破。他们都出自沈阳体育学院。在自由式滑雪空中技巧项目上，沈阳体育学院培养的运动员代表中国队连续参加了第18-23届冬奥会，夺得我国冬奥史上雪上项目12枚奖牌中的10枚。

从20世纪90年代开始，国家体育总局相继将越野滑雪、跳台滑雪、自由式滑雪空中技巧三支雪上国家队放在了沈阳体育学院。辽宁省政协委员、沈阳体育学院运动训练学院冰雪教研室主任徐囡囡告诉记者，自由式滑雪空中技巧项目极具观赏性，既要有技术动作完成的精度，也对运动员体能和综合素质有很高要求。多年来，学院培养运动员积累了丰富的经验，自由式滑雪空中技巧项目也是今年冬奥会夺冠热门。

其实，不仅在竞技领域，在日常教学中，沈阳体育学院也在将冰雪运动打造为教学亮点和特色。2006年，退役后的徐囡囡一直在学院从事教学工作。而今，她的愿望是能够为祖国培养出更多具有冰雪运动技能的复合型人才。“现在懂冰雪运动、会冰雪运动的综合性体院毕业生的市场缺口很大，培养这类人才将为中国更多人上冰雪创造必要条件。”

正因如此，2008年前后，徐囡囡尝试开设“大众滑雪”课程。“最近四五年，该课程已成为学院大学生必修课。更重要的是，不同专业学生越来越有意愿学习冰雪运动。比如新闻与传播专业研究生，学习了滑雪课程后，能更加方便地从事冰雪运动项目的新闻报道，增加了择业的精准性和竞争力。”

徐囡囡曾多次就“冰雪运动进校园”提出提案。“过去困难较多，今年‘双减’政策实施后，已有明显改善。”作为辽宁省“冰雪运动进校园”宣传推广大使，她曾对全省青少年发出参与冰雪运动倡议。

在徐囡囡看来，随着冰雪运动普及，社会对懂冰雪、会滑雪的人才需求量与日俱增。“在冬奥会这样国际性赛事的推动下，中国冰雪产业将完成向更高层次的跃进；沈阳体育学院培养出来的有冰雪运动技能的学生，必将在全国冰雪运动场馆及赛事的管理、运营和传播中发挥更加重要的作用。”她说。



沈阳体育学院训练现场。



“燃动冰雪 情系冬奥”冬奥冰雪文化体验活动现场。本报记者 贾宁 摄

张家口市怀来县沙城第六小学： 让“冷”运动“热”起来

本报记者 高新国 通讯员 黄永君

青少年爱上冰雪运动，与学校重视冬奥宣传，推广普及冰雪运动文化紧密相关。2021年10月，位于张家口市怀来县的沙城第六小学入选河北省第三批“北京2022年冬奥会和冬残奥会奥林匹克教育示范学校”公示名单，就是最有力的证明。

该校常组织师生参与省市县教育系统开展的冬奥主题征文、绘画、书法等比赛，师生获奖，进一步激发大家的参与热情。学校先后开展了“相约冬奥，喜迎新春”师生书画展；“我为冬奥争光彩 争做环保小卫士”系列活动；“民族传承，共赢冬奥”剪纸、沙画、征歌词等。特别是在冬奥会倒计时100天时，学校开展系列庆祝活动，让学生对冰雪运动文化入脑入心。

“五大洲的伙伴，来分享冰雪上的盛筵。为荣誉而战，赛场是我梦想的源泉……”在学校浓厚的冬奥文化氛围下，六年级学生李凤创作《扬起风帆》歌词，由音乐教师谱曲后在全校传唱，还以原创歌曲形式参加市县展演并获奖。

有文化熏陶，也有运动体验。前不久，学校五年级学生进行了一场激烈的冰壶比赛，现场观赛的学生们也被点燃了，传递着他们对这项运动发自内心的喜爱。为了让师生更好地掌握冰壶运动，校长杨英杰外出求援，与张家口市崇礼区西湾子小学结对联谊，邀请专业老师传授项目技能、竞赛规则、观赛礼仪等。学校成立师生冰壶社团，从零基础到能组织对抗赛，感受冰雪运动魅力的同时，也体会到团队合作的重要性，增强了凝聚力。现在，冰壶课已成为高年级学生的必修课。

观看冬奥会比赛视频，讲解冰雪运动器材，实地操作和体验，沙城六一一直与创新形式向同学们普及冰雪文化、冬奥知识，让学生收获健康和快乐。今年1月，“冰雪大篷车”开进校园，师生们又近距离地体验了冰雪运动，他们期盼北京冬奥会开幕，感受冰雪运动的激情与魅力。



湖北省神农架林区冰雪运动氛围浓厚。



北京市第二十中学附属实验学校冰球队赛场风采。



河北省张家口市怀来县沙城第六小学冰壶训练现场。

湖北省神农架林区：

研学游让孩子爱上冰雪

本报记者 刘方圆

北京冬奥会日益临近，地处湖北省西北部的神农架林区，冰雪运动的氛围也愈发浓厚。从这个雪季开始，已有几百名中小学生陆续参加了为期5天的冰雪研学活动，为北京冬奥会加油。

2021年12月17日，近400名来自神农架实验初级中学初二级的学生，开启了冰雪研学课程。5天时间里，基本都掌握了冬奥会的理论知识，学习了初步的滑雪技能。

“在这次研学中，学会了半犁式刹车和平行转弯。”该校学生张远晨说起这个进步依旧很兴奋，他告诉记者，虽然自己以前就上过雪场，但这次研学让他的滑雪技能更进了一步。

“学生们不仅燃起了对滑雪的兴趣，还大大增强了团队意识。”带队老师王涛说，为了让冰雪研学更有成就感，今年学校还在初一二年级开设了每周两节的旱地轮滑课。“旱地轮滑可以摆脱时间和空间上的限制，又能掌握基本的滑雪动作要求，是滑雪运动很好的辅助练习。”

作为神农架林区最早实践冰雪运动进校园的学校，神农架实验初级中学在2016年就组建了冰雪运动队。该校校长李国全介绍：“去年12月19日举行的第八届大众冰雪季启动仪式神农架会场，由我校38名学生组成的冰雪运动队，进行了精彩的滑雪表演，获得阵阵掌声。除了表演，我校的冰球队员还经常代表神农架林区参加全省比赛，也曾代表全省参加全国的比赛，并取得了优异成绩。”

近年来，神农架林区大力推广普及冰雪运动，不少学校因地制宜开展冰雪运动进校园活动。平日里，学生们利用体育课学习旱地轮滑技巧，到了滑雪季便到雪场进行实战训练。越来越多的神农架林区青少年爱上了冰雪运动。

接触冰雪运动的相关知识，然后组织游戏或带孩子们参加比赛。主要是让大家对冰雪运动产生兴趣，从而喜欢上它。”神农架创新实验学校教师刘阳说，学校还购置了冰壶、旱雪器材等，定期组织学生去雪场进行研学活动。

“学生们的精神面貌有很大改变，更加积极乐观，特别是在冰雪研学的体验集体生活中，学会相互关爱和帮助。”神农架实验小学校长王先彬说。

2021年11月，神农架林区政府办公室印发了《关于深化体教融合促进青少年冰雪运动发展的实施意见》，提出在全区大力推广普及青少年冰雪运动，推动冬季奥林匹克教育全面开展。为此，神农架林区将冰雪运动课程正式列入体育教学计划，真正让冰雪运动融入学生的生活，扎根校园。多所学校将陆地冰壶、轮椅等运动引入校园，开设冰雪运动课程、成立社团或兴趣小组、组建学生冰雪项目运动队，聘请专业教练帮助学生进行训练。为了让农村学生也能在冰雪运动中成长，神农架林区还投入专项资金，给每名参加冰雪运动研学活动的学生300元补贴，2021年12月到今年1月，神农架已组织4批1200余名学生圆梦冰雪运动。

“青少年是冰雪运动的基石与未来。”承担每年林区各学校冰雪研学对接工作的神农架国际滑雪场总经理袁房林说，截至目前，神农架国际滑雪场冰雪研学活动已培训学生1500余名，覆盖林区6所学校。

“2019年滑雪场专门新建了一栋研学楼，可以同时接待600余名学生开展冰雪研学活动。”袁房林表示，神农架林区推广青少年冰雪研学，不仅带动全区冰雪运动热潮，也为全区的冰雪旅游营造了良好氛围，培养了大批滑雪运动专业型人才。

小学高水平滑雪社团初现雏形。如今，学校高水平滑雪社团的成员们平均年龄不到10岁，除去每周两三次滑雪场集训，每天在学校还要进行15到20公里的越野滑训练。而开学第一课就是学会摔跤。“摔跤是有技巧的，怎么摔不会受伤，遇到障碍怎么保护好自己，这是我们反复强调的。”王雪峰说。

学会摔跤能很好地克服心理恐惧，但真正要在雪道上如鱼得水并不简单。王雪峰说，最开始常能看到这样的场景：年纪小的孩子摔了一跤，看着队友们一骑绝尘，开始默默掉眼泪。但一两分钟后，他们又能回到雪道上驰骋。寒假时，社团成员每天要训练3小时。零下几度的天气，一趟下来，几乎都是满头大汗。王雪峰说：“他们能吃苦、有韧性，安排休息时，很多孩子还坚持练习。学习滑雪锻炼身体，增强了学生体质，也提升了自理能力和心理承受能力。”该校同样注重对全校学生的冰雪运动教育。除举办冬季运动会、冬奥知识竞赛等活动外，学校每年至少提供一次机会，让1000余名学生走进滑雪场。学校还专门开设“尚乐讲堂”，让师生、家长一起讲述冬奥故事，提倡学生制作冰雪手抄报、石头画等艺术作品。近期，学校还鼓励学生将冰雪元素、冬奥会知识与书法写作融合，举办了冰雪书法展。

“冰雪运动进校园，丰富了学生的课余生活，带动越来越多郊远地区的孩子参与其中，我们乐见其成。冬奥会即将举办，我们也会带学生去现场感受冰雪竞技的魅力。”王雪峰说。