

看“健康第一”如何落地生根

——茅箭区中小学推进身心健康教育纪实

文/图记者唐晓玮 通讯员蔚成群 田厚礼 黄维



市人民小学上海路校区(东风54小学)学生参加2025年全国青少年排球锦标赛。



市柳林小学的学生排队等候与AI咨询师“聊天”。



市重庆路小学学生在种植园采摘金银花。



拳击训练课上,茅箭区天津路中学的少年们正挥汗如雨。

今年初,教育部“新春第一会”以深入落实“健康第一”为主题部署工作,强调身心健康是学生全面发展的前提与基础。在茅箭区,一场以“健康第一”为导向的教育实践已先行探索3年。作为中心城区,该区在校生近8万人,教育体量居全市之首,其探索既关乎千家万户的期盼,更牵动着我市基础教育的发展。

3月11日,记者走访了茅箭区5所中小学,从AI心理陪伴到户外运动实践,从自然劳动体验到教联体协同发力……循着这些鲜活的校园场景,探寻“健康第一”理念在茅箭落地生根的实践路径。

一个AI咨询师与背后的全链条身心守护

“今天和朋友闹矛盾了,心里好难受。”“听起来你有点难过,愿意和我多说一点吗?”上午9时,记者刚走进市柳林小学,就被图书馆外的场景吸引:一台类似ATM机的设备前,几个学生安静地排队等候。屋内的屏幕上,AI伙伴正用温柔的语气与一名六年级女生对话。

“这是学校年初启用的‘小智聆心AI空间站’,有些孩子面对真人时会紧张,面对机器反而能敞开心扉。”该校德育中心主任郑仙介绍,设备搭载清华大学团队研发的心理健康智能体,植入近万个案例,24小时在线提供情绪洞察、压力缓解、心事倾听、思路梳理等服务,让心理帮扶随时触手可及。截至目前,该设备已服务近千人次。

这间心理教室,是茅箭区一张大网上的一个节点。2022年以来,该区先后投入1200余万元,对全区中小学心理辅导室进行标准化提档升级,全区36所公、民办中小学心理辅导室达标率100%。医务室按150万元标准建设,与区妇幼保健院、人民医院合作,年投入200万元为36所中小学配备全职校医43人。其中,规模大的学校配两人,偏远山区学校由乡镇卫生院选派医生每周定期上门服务。

硬件覆盖只是第一步,茅箭区构建的是“监测—预警—干预—转介”全链条服务体系。该区每年投入40万元引入启明心理健康筛查评估系统,每学期组织全体师生进行心理体检。高预警学生由校领导、班主任、心理健康教师干预,低预警学生由任课教师帮扶。全区已建立以590余名专兼职心理健康教师为主,81名家庭教育讲师团“种子教师”为辅,1250余名班主任为基础的心育教师队伍。同时,茅箭区还与卫健部门联合印发文件,为辖区每所学校安排一家对口协作心理健康医联体卫生机构。

一根单杠与每天两小时锻炼的硬性保障

上午10时,记者赶到茅箭区天津路中学。正值大课间时间,教学楼里一片喧闹。几名男生快步走向初三一间教室的后门,顺势抓住门框上方的单杠,开始做引体向上。旁边的女生帮着数数,不时有人喊“再来一个”。

“教室前后的单杠,是去年秋天增设的,方便学生随时锻炼。”该校体卫主任吕浩杰说,如今课间练单杠已成校园新风尚,学校还配套制作了PK打卡榜。

操场上,此起彼伏的呐喊声让整个校园充满生机。这边拳击操打得虎虎生风,那边班级篮球对抗赛正酣,教学楼前还有一群学生随着音乐舒缓地打着太极。“我们把拳击操、太极、武术都融入课间和体育课,就是为了让每个孩子都能动起来。”副校长张乐东介绍,该校每周还开展“年级大体育课”“全校大体育课”,师生全员参与。

这根小小的单杠和这片热闹的操场,折射的是茅箭区对学生体育锻炼的硬性保障。区教育局明确要求,全区中小学严格落实“每天一节体育课+两个30分钟大课间+课间15分钟”制度,确保学生每日体育活动不少于2小时。茅箭区天津路中学早于文件要求,坚持“每天1节体育课”已经3年多,学生运动时长远超标准。

自2023年起,茅箭区还推行体育大单元教学,建立体、音、美课堂教学效果抽测机制,每年随机抽取学生测试体育技能,抽测成绩直接反映学校教学质量。全区还构建“年级—校级—区级”三级球类联赛体系,学生参与率达95%以上。

作为茅箭区“一校一品”特色标杆,茅箭区天津路中学将拳击、跆拳道与联赛深度融合,校队在省级锦标赛中多次夺冠。学校已向省体校输送运动员十余名,通过体育特长生升入重点高中的学生数量逐年增加。“我们践行‘体育和文化课两条腿走路’,让每个孩子找到适合自己的赛道。”张乐东说。

在茅箭区,像天津路中学这样特色鲜明的学校还有很多。市实验中学践行“名校+体育”模式,男女排球队双双夺得全省冠军;市二中、东风51小学长年坚持运动队训练,篮球、足球多次荣获省市冠军。郑钦文、杨顺诚等一批茅箭本土成长的高水平运动员在世界舞台上为国争光,正是这片体育沃土结出的硕果。

一所新学校与教联体的资源流动

上午11时,茅箭区天津路第二小学的操场上热闹非凡,英语老师用英语喊指令,孩子们在奔跑跳跃中,一边学运动技能,一边学英语单词。

“每天一节体育课必须保证,但我们体育老师不足。”副校长周国辉说,“‘英语+体育’的融合课程,既解决了课时问题,又让英语课‘活’起来。”这得益于一张看不见的“网”——茅箭区推进教联体办学以来,茅箭区天津路第二小学依托该区教联体资源,与市柳林小学实现一体化管理,在体育教学、劳动教育、心理健康服务等方面逐步形成特色,成为区域内新学校快速发展的典型案例。

2025年9月,茅箭区印发《茅箭区深化义务教育教联体建设实施方案》,区委、区政府主要领导亲自部署、定期调度,以“党建引领、资源融通、管理协同、质量共进”为核心,落实教联体“七个一体化”“十个

统一”刚性要求。市柳林小学向协作学校输出校长、副校长,茅箭区天津路第二小学的校长就是由柳林小学副校长兼任。通过校长、教师跨校交流,新建校、薄弱校教学质量得到快速提升。

教联体的资源流动不止于师资。茅箭区天津路第二小学教学楼3至5楼护栏上,一排排花盆组成“楼层责任田”,种着金银花;楼下“青禾苑”种植园划分了30块责任田,今年计划从种植蔬菜转向种植中草药,该校还与汉江师范学院植保学院合作,让孩子们能参观大学校园里的植物园与标本中心。

“办学条件改善,最难的是人的问题。”茅箭区教育局党委委员、副局长陆春俊介绍,近3年来,茅箭区招聘教师486名,培养省级以上名师39人,数量居全市第一,教联体让这些优质资源不再局限于名校,而是像水流般涌向各个需要的地方。

一株薄荷与美育劳动的日常滋养

下午3时,阳光有些晃眼。记者走进市重庆路小学时,四年级学生梓涵正蹲在种植园里,拨开薄荷叶,看新芽长出来没有。旁边,同学拿着本子,记下金银花又多了几片叶子。

这片500多平方米的种植园,分为菜园园和中医药百草园。每周市中医医院的医生来上课,教孩子们认草药、做香囊。梓涵已经能说出不少中药材的功效:薄荷清热、金银花解毒……她还给妈妈泡过茶。

“孩子能说出用金银花怎么泡茶,这就是健康理念的渗透。”副校长王澜说。

将中医药文化融入教育教学是市重庆路小学的特色。学校还打造“玩美”融合社团,将体育、艺术、

劳动、科技、传统文化有机结合。中医社团学生不仅种植中草药,还开发药泥手串、中药奶茶,在社区售卖。有个孩子以前不爱说话,自从进了社团,每天记录薄荷生长情况,后来能主动为大家讲解不同的中药材该怎么种、怎么用。

这株薄荷背后,是茅箭区对“健康”的更广泛理解。健康不只是体育达标,更包括精神的丰盈、劳动的滋养、文化的认同。全区构建“一主两翼”美育课程体系,36所学校100%开齐美育课程,让扎染、剪纸、篆刻等非遗课程进校园。市实验小学穿编工作坊、茅箭小学扎染工作坊获评国家级工作坊。该区每年举行师生艺术成果展、美育进社区等活动,让学生在文化中找到归属。

一枚毽球与评价改革的多元探索

记者到达市人民小学上海路校区(东风54小学)时,正好赶上上课。操场上,毽球在空中飞来飞去,孩子们三五成群,踢得不亦乐乎。

推行一年来,毽球融入课间和体育课,实现人人参与。2025年,该校作为十堰唯一代表参加省级比赛,斩获多项荣誉。

校长任宗萍站在操场边,看着孩子们踢毽球。“三大球要组队,不是每个孩子都能上。毽球不一样,人人都能参与。”她说,“我们叫‘小毽球 大德育’,体育是载体,育人是目的。”

这枚毽球,折射的是茅箭区评价体系的根本转向。茅箭区有一项考核在全市独树一帜:学生近视率、体重控制情况纳入学校年终综合考核。不看体育比赛获奖多少,就看这两个核心指标——近视率是否下降,体质健康是否达标。

体育课堂教学效果抽测已连续实施两年。抽测成绩代表学校教学质量,不理想就要被约谈。如此一来,健康从“软任务”变成“硬指标”。

数据显示,2025年全区学生近视率比2023年下降2.1个百分点,超重率下降1.3个百分点,连续3年保持向好态势,学生体质健康监测优良率比2023年提升5.2%。

评价也在走向多元。除了体质健康指标,学生参与体育活动的积极性、心理健康状况、艺术素养提升等,都逐步纳入观察视野。茅箭区武当路小学被评为全国首批健康学校,正是因为该校在生命教育、中医药文化等领域的探索,呈现了健康的丰富维度。

走出校园时,已是下午5点多。操场上毽球还在飞舞,孩子们的笑声依然爽朗。

“你看到的这5所学校,其实都在回答同一个问题——什么是真正的‘健康第一’?”陆春俊说,“健康第一不是简单的体育达标,不是偶尔的心理咨询,不是某一门课的改革,而是把身心健康作为教育的起点和底线,贯穿在每一天、每一节课、每一次活动中。”

谈及未来,茅箭区教育局党委书记、局长张积超表示,将持续深化评价改革,让健康指标从“软任务”变成“硬约束”,同时更加多元、更贴近学生实际;强化家校社协同,通过家长课堂、社区联动,让健康理念从校园延伸到家庭;持续推进教联体建设,让好老师、好课程、好理念流动起来,让每一所家门口的学校都成为孩子健康成长的土壤。

“身体有力量,心里有阳光,眼中有他人,脚下有方向——这就是我们对‘健康第一’的理解。”张积超说,“这条路我们走了3年,还会继续走下去。”

以健康为尺 量政绩成色

茅箭区教育局党委书记、局长 张积超



从事教育教学和教育管理工作多年,我始终在思考一个根本性问题:作为一名教育工作者,我们应当秉持怎样的政绩观?政绩为谁而树、应树何种政绩、又该依靠什么来成就政绩?这些问题的答案,不仅关乎教育的初心与使命,更指引着我们的实践与耕耘。

政绩为谁而树?办人民满意的教育。教育是国之大计、党之大计。习近平总书记深刻指出,要坚持以人民为中心发展教育。我们的政绩,不是写在文件里的数据,不是挂在墙上的牌匾,而是让每一个孩子都能在家门口上好学,每一个家庭都能感受到教育的温度。茅箭区近8万学生的背后,是近8万个家庭的期盼。这份期盼,就是我们奋斗的方向。我们大力优化资源配置,全面深化教联体建设,深入实施名校长、名班主任、名师、名课“四名”工程,倾力办好家门口的每一所学校,归根到底,就是要让优质均衡教育的阳光照进每一个家庭。人民对公平而有质量的教育向往,就是我们的政绩所在。

树什么样的政绩?让孩子健康成长、全面发展。培养什么人,是教育的首要问题。如果只盯着升学率、考试分数,把孩子压得喘不过气来,抹杀了孩子的兴趣,固化了孩子的思维,那这样的政绩就是竭泽而渔,是对孩子未来的透支。我们旗帜鲜明地践行“健康第一”理念,开齐开足体育课,刚性保障每天体育活动不少于两小时,就是要让学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。我们完成心理疏导室、卫生室标准化建设,构建“监测—预警—干预—转介”全链条服务体系,就是要呵护孩子的身心健康。我们抓实阅读、写字、体育、科学这几件小事,就是要全方位筑牢学生成长根基。我们丰富艺术课程和个性化展示舞台,就是要尊重孩子的禀赋、才能、爱好和特长,促进每一个孩子的个性化发展。让每一个孩子身体有力量、眼里有阳光、脚下有方向、心中有梦想,这才是教育最该有的样子。我们树的是符合教育规律和学生成长规律的政绩,是对孩子一生负责的政绩,是经得起时间检验的政绩。

靠什么树政绩?靠以爱育爱、以德育德的仁师。政绩不是喊出来的,是干出来的。靠什么干?教育是爱的事业,没有爱就没有教育。我们把“以爱育爱”作为教师发展的核心理念,让每一位教师都成为学生成长的守护者。茅箭区广大教师把对学生的爱融入教育的全过程,做学生的“贴心人”,对学习困难的学生多一份耐心,对性格内向的学生多一份鼓励,对家庭特殊的学生多一份帮扶,让每一个学生都能感受到教育的温暖,用爱心点亮学生的人生之路。我们狠抓师德师风建设,让每一位教师都成为“四有”好老师;我们加大教师培训力度,让专业的人用专业的方式守护孩子成长。

时光如味,耕耘见心。作为教育人,我们将始终秉持功成不必在我,功成必定有我的担当,多做打基础、管长远的事,多办惠民生、暖民心的事,让每一个孩子都能向阳生长,让每一朵花都如期绽放。这,就是我们茅箭教育人的政绩观。

教育者说