



课间学生打太极,动静相宜、气韵绵长。



十堰二中女足队员在赛场上奋力拼搏。



十堰二中推动特色体育覆盖全体学生。

立足特色育人 联动全域提质

——十堰市第二中学体教融合改革实践观察
文/图 记者吕超 通讯员周素莹

6月2日,天清气朗,十堰市第二中学(以下简称十堰二中)的课间活力满满。足球场上,女足队员传接攻防、奋力驰骋;跑道上,班级跑操步伐整齐、口号嘹亮……生动的校园图景展现了这所学校深耕体教融合、落实五育并举的丰硕育人成果。

体育是立德树人的重要载体,体教融合是破解基础教育“重智育、轻素养”的关键举措。作为区域教联体核心校,十堰二中坚守“健康第一”教育理念,以特色课间、校园女足为突破口,深耕十余年,实现特色体育从无到有、从弱到强的跨越,构建起课程完善、师资精湛、赛事健全的校本体教融合体系。同时,该校发挥核心校引领作用,依托教联体打破校际壁垒、共享优质资源,带动成员校错位发展、抱团提质,探索出“一校引领、全域共进、以体育人”的基层体教融合新路径。

特色破局

女足筑基,体教融合落地生根

十堰二中女子足球队的成长历程,是该校体教融合结硕果的生动缩影。2016年,拥有丰富体育教研经验的翟自成老师调入十堰二中,立足五育融合育人需求,从零起步牵头组建校园女子足球队。初创阶段面临无队员、无经验、无成熟体系的困境,翟自成逐班筛选运动苗子,利用课余时间摸索训练方法、逐步搭建梯队培养机制,推动学校女足快速崛起。

科学的训学机制,是球队持续突破的核心支撑。湖北省中学生足球赛事是全省教育系统规格最高、含金量最高的校园体育赛事。2021年,十堰二中女足斩获初中女子组冠军,改写了十堰校园足球省级赛事无冠军的历史。2025年8月,球队再次登顶省级赛场,充分展现了学校完备的足球育人体系。

“我们从来不搞重赛轻学的功利训练,始终坚持科学统筹、训学同步。训练抓硬度、抓细节,学业抓跟进、抓补差,就是要让学生既能拼得下赛场,也能坐得住课堂。”翟自成说,两次省级夺冠、国字号人才涌现,是学校十年如一日坚持“以体育人、训学并重”的必然结果。

在科学完备的育人体系滋养下,学校女足人才梯队持续壮大、优质苗子不断涌现。队员刘禹含凭借扎实的技术功底、稳定的赛场心态、过硬

的综合素养,在2024年成功入选国家U17女子足球队,从校园绿茵场一路走向国家级训练平台。刘禹含的成长经历,印证了学校“训学并重、不偏不废”的体教融合理念,彻底打破了“练体育耽误学习”的固有偏见。

女足强势突围的同时,学校竞技体育也实现多点开花、全面提质。篮球项目男女梯队双线发力,屡创佳绩,斩获省、市、区多级重磅荣誉。2025年,学校篮球代表队赛事捷报频传、实力出圈:市级赛场,男篮、女篮双双拿下十堰市青少年篮球锦标赛第一名;省级赛场,球队更是突破自我,斩获多项含金量奖项,其中女篮凭借扎实战术、顽强作风,一举夺得2025年湖北省中学生篮球赛冠军、湖北省青少年女子篮球冠军赛(乙组)季军,男篮跻身湖北省中学生篮球赛四强。

优质师资是体教融合的核心底气。学校持续优化体育师资结构,搭建老中青梯次配备的师资队伍,培育出一支业务精湛、甘于奉献的育人团队。既有翟自成、胡晓玲、王世虎、谷雨等深耕一线多年的骨干教师,也有李玉龄、金凌、李超等中生代力量勇挑重担,更有吴妍艳、周斯年、乔毅、卢俊宇、张佩佩等青年教师勤学善思,在历练中快速成长。新老教师薪火相传,课堂上着重夯实学生运动基础,课后进行专项集训打磨竞技技

能,假期全程陪伴学生参赛成长,以日复一日的坚守托举学生全面发展。

“体育育人,不仅是要让学生拥有强健体魄,更要培养他们的坚韧心性、协作精神和规则意识。”该校体育教研组长谷雨老师深有感触。

坚持普惠育人,推动特色体育覆盖全体学生。十堰二中深挖传统体育育人价值,创新大课间模式,自2012年起,在全校普及二十四式太极拳,现在师生人人会打太极拳。该校一方面依托普惠性体育项目保障全体学生日常锻炼需求;另一方面精细打磨足球、篮球、田径等特色梯队,开展精准培优训练,让特长生拥有展示平台,实现全员收获、分层成长。

为夯实体教融合根基,该校严格落实国家课程标准,开足开齐体育课程,建立常态化巡课督查机制,杜绝挤占、挪用课时现象。同时,将足球课程纳入常规课表,每学期开展校园足球联赛,足额保障专项教学训练时长,各类体育专项队伍常态化课后集训,形成“课堂教学固本、课间活动强身、课后服务提优”的完整育人链条。

“体育是立德树人最生动的课堂。我们坚持不搞功利化体育、不做标签式融合,以五育并举为导向,让每名学生在运动中强健体魄、健心智、塑品格。”该校校长王保平表示。

协同共生

教研赋能,区域资源全域流通

作为茅箭区二中教联体(以下简称教联体)核心校,十堰二中跳出单校发展格局,以系统化、制度化建设为核心,破解教联体合作松散、资源零散、动力不足等问题,构建全方位、常态化的区域协同育人体系,推动区域体教融合从单点出彩迈向全域提质。

为筑牢区域体教融合根基,该校牵头成立教联体体育学科中心组,彻底摒弃碎片化、临时性的教研模式,建立标准化、常态化的全域教研体系。中心教研组结合新课标要求与区域学情,统一制订全年教研计划,学段体育课程实施标准和教学考核评价体系,统筹课堂教学、师资培训、赛事组织、人才培养等核心工作,实现教联体体育教学进度、标准、评价“三统一”,从制度层面夯实区域体教融合根基。

师资共建共享是区域提质的核心支撑。教联体创新建立“固定+流动”的双向师资共享机制,告别零散送教模式,实现师资长效流通。核心校定期选派骨干教师、专项特长教师到成员校驻校帮扶,常态化开展课堂示范、听课评课、专项指导等活动;同时开通成员校教师跟岗通道,分批接收青年教师、专任教师到校沉浸式研修,学习先进教学、训练及管理经验。双向流动的师资

模式,有效补齐了成员校师资短板,整体提升了区域体育教师专业素养。

为破解“一头热”、参与积极性不高的难题,教联体建立完善的共建考核激励机制,将体育教研、课程共建、师资交流、赛事参与等协同任务,全面纳入各成员校年度绩效考核。通过量化考核、正向激励、评优评先等方式,压实各校共建责任,调动全员参与积极性,构建权责明晰、长效稳定的协同育人格局。

以常态化教研赋能提质,持续激活区域教学动力。今年5月,教联体开展青年体育教师同课异构考核活动,十堰二中张佩佩、周斯年与天津路中学刘欣雨等青年教师围绕中考重点项目“立定跳远”同台授课、互学比拼。授课教师紧扣新课标,贴合学情特点,从动作矫正、力量训练、趣味互动等多维度创新课堂,分层赋能、精准教学。各校教师现场观摩研讨、碰撞思路,有效提升课堂教学实操能力。

“教联体教研平台让青年教师不再闭门造车,同台比拼、集中点评让我快速找准差距、更新教学思路,成长速度大幅提升。”参与活动的青年教师周斯年说。

聚焦中考体育提质增效,教联体搭建中小学体

育无缝衔接体系。针对体育中考各类项目,实行区域统一教研、统一训练标准、统一考核尺度,由中心教研组牵头开发中小学衔接课程,细化小学体能启蒙、基础技能培育内容,精准对接初中中考训练要求,打通学段育人壁垒,从源头提升区域学生体育素养和中考整体水平,真正落地全域提质目标。

为保障教联体长效和高效运转,还建立起常态化的联席会议与问题反馈机制,定期组织成员校分管领导、体育教研负责人召开专题会议,梳理教学、训练、赛事、师资合作中的难点、堵点,集中研讨解决方案、协调校际合作事宜,及时补齐发展短板,持续优化区域协同育人模式。

系统化赋能让成员校体育教学提质增效。“以往我们足球教学不成体系、训练不够专业,通过教联体常态化教研、示范课观摩、核心校帮扶,我们补齐了教学短板,理清了特色发展思路。”东风二中体育教师郭康在教研交流中感慨道。

为夯实区域体育人才梯队,十堰二中持续下沉优质资源,2023年在郧阳区实验小学挂牌足球优质资源输送基地,定期选派骨干教师下沉该校开展启蒙教学、技能训练和苗子选拔,构建“小学启蒙、初中提升、梯队衔接”的一体化人才培养体系,筑牢区域青少年体育人才储备根基。

百花齐放

一校一品,构建区域育人新生态

在教联体统筹布局与核心校示范赋能下,各成员校立足校情、错位发展,彻底打破体育发展同质化格局。教联体重点推动一校一品向全域共享升级,为各校特色项目制订专项区域推广计划,将成熟的特色课程、训练模式、育人经验整合优化,打磨成标准化、可复制的校本课程包,实现单一校域特色向全域公共育人资源转化,形成“一校出彩、全域受益”的良好生态。

天津路中学深耕拳击特色体育项目,形成了科学完善的教学训练体系。教联体将该校拳击课程优化整合,打造专属共享课程包,面向全体成员校开放推广,供各校因地制宜借鉴落地。2024年,学校拳击队征战全国青少年U系列、湖北省青少年拳击锦标赛等高端赛事,斩获优异成绩,充分展现了教联体特色体育育人成果。“依托教联体优质平台,我们借鉴核心校成熟的育人

经验,再结合本校校情深耕拳击特色项目,坚持以体育人、以赛促练,在锤炼学生体魄的同时,重点培养学生敢于拼搏、尊重规则、永不言弃的品格,让特色体育真正赋能成长。”该校分管体育教学的负责人闵林说。

为破除各校各自为战的发展壁垒,教联体搭建全域特色项目展示交流平台,定期举办教联体体育节、特色项目联赛、育人成果展演等活动,集中展示各校足球、篮球、拳击、田径等特色成果,让各校特色资源、优秀体育苗子同台竞技、互学互鉴,充分激活区域体育育人活力。

同时,教联体持续健全赛事育人体系,构建“班级-校级-区域”三级常态化体育竞赛机制。班级联赛凝聚班风、锤炼协作能力;校级赛事丰富校园文体生活、搭建多元展示平台;区域赛事打通校际壁垒,实现全域共进。系统化、常态化的赛事

体系,让顽强拼搏、团结协作的体育精神浸润学生成长全过程。

面向未来,十堰二中党委书记鲍宇明确了教联体发展规划:“体教融合是落实立德树人、推进基础教育高质量发展的长期课题。学校将持续扛牢核心校责任,以‘以体育人、全域提质’为目标,持续深化区域协同育人改革。一是依托体育学科中心组,常态化开展跨校教研、同课异构、示范课活动,持续提升青年师资力量,提升区域教学质量;二是完善三级赛事体系,健全以赛育人长效机制;三是深化师资双向流动机制,持续下沉优质课程与骨干师资;四是优化特色课程共享体系,打造一校一品、百花齐放的发展格局;五是深化中小学体育衔接教学,统一中考体育教研训练标准;六是推动体育精神深度融入五育全过程,培育学生终身体育素养。”



十堰二中女足多次取得省级赛事冠军。

评论

以体铸魂 以联破壁

■ 吴忠斌

当前,我国基础教育正经历从“有学上”到“上好学”的根本性转变。在“双减”深化、五育并举全面推进的背景下,体教融合不再只是体育系统的职业命题,而是基础教育高质量发展的核心议题之一。如何破解“重智育、轻体育”的长期惯性?如何让体育真正成为立德树人的生动课堂?如何通过一所学校的突破,撬动一个区域的整体提质?十堰二中,用十余年的深耕与创新,给出了一个极具说服力的答案。

长期以来,体教融合在基层实践中容易陷入两个误区:一是“竞技化”倾向,把体育等同于少数特长生比赛;二是“标签化”倾向,将融合停留在挂牌、活动、口号的表面。十堰二中核心校的突破,在于构建了课程、师资、赛事、评价四位一体的校本体教融合体系。

从2016年零起步组建校园女足,到2021年、2025年两次夺得全省冠军,再到学生刘禹含入选国家U17女足——这背后不是偶然,而是十年如一日的训学并重、全员普惠。该校将足球纳入常规课表,每学期开展班级联赛,严格落实体育课时督查机制,形成“课堂教学固本、课间活动强身、课后服务提优”的闭环。这种不搞功利化体育、不做标签式融合的做法,恰恰是当前全国体教融合改革最需要的“慢功夫”与“真功夫”。

在全国范围内,体教融合的难点之一,正是如何平衡“全员普及”与“特长培养”。十堰二中的实践表明:二者并非对立,而是同一育人链条上的不同环节。只有夯实全员基础,特长才能水到渠成;只有打磨特长梯队,全员才有精神引领。

单校出彩固然可喜,区域提质方为根本。十堰二中的更大价值,在于其作为教联体核心校,主动推动校际资源互联互通,让优质体育资源从“单点发光”走向“全域流通”。更为难能可贵的是,该校并未将自身女足、篮球优势简单复制到成员校,而是推动各校错位发展、各美其美。教联体将成熟课程系统化、标准化、可复制化,形成“一校出彩、全域受益”的共享生态。

这一思路,契合当前全国基础教育“多样化、有特色”发展的大方向。体教融合的最高境界,不是千校一面,而是在统一育人目标下的多元表达。十堰二中的实践表明:核心校的使命不是“输出模式”,而是“激发内生力”;不是“替代发展”,而是“赋能生长”。

从全省看,湖北正加快推进教联体改革,十堰二中为全省提供了体教融合领域可复制、可推广的核心校范本。它证明,一所学校不必拥有顶级硬件或特殊政策,只要坚持科学理念、系统设计、长期坚守,就能走出高质量的融合之路。

从全国看,当前体教融合改革已进入深水区。各地普遍面临三大难题:体育师资结构性短缺、区域协同动力不足、体育与学业“两张皮”。十堰二中的回路清晰而有力:通过教联体师资双向流动,破解师资短板;通过制度考核与联席会议,破解协同乏力;通过训学并重、课程一体化,破解体智对立。

更为重要的是,这所学校始终坚持一个朴素而深刻的办学理念:体育不仅是育人的重要载体,更是一种生动而深刻的课堂形式。它所培育的,不仅是赛场上的冠军,更是能拼、能静、能合作、能坚持的时代新人。

体教融合,从来不是体育的“附加题”,而是教育的“必答题”。十堰二中的实践,为这道题写下了值得深思的答案。