

体教融合，让攀岩走进校园

“少年强中国强，体育强中国强”，青少年体育在体育强国建设中占据着战略性、基础性地位。通过大力发展青少年体育，让广大青少年掌握一至两项体育技能，为群众体育发展奠定牢固基础，为竞技体育后备人才选优提供巨大空间，也会带动体育产业的快速发展，从而最终实现建设体育强国的目标。强健体魄、锻炼意志成为“双减”后体教融合的核心精髓，户外运动则是最直接、最本真的塑造方式。

上海市登山户外运动协会早在2018年，就携户外专业导师着力研发了科学严谨的《攀岩课程进校园》与《户外课程进校园》的课程体系并在实践中不断完善，以优质的师资队伍、专业的教学大纲、全面的宣传模式、评优的奖励体系推动攀岩课程、户外课程进校园工作的有序开展，近几年已取得了一定的成绩；同时，以锻炼体质、培养兴趣、学习技能、输送人才为主要目的，为上海市攀岩队及其梯队的建设打好基础。

目前协会已与上海多所中小学进行了深度合作，做到小学、初中、高中全覆盖，公办、民办、国际学校全覆盖，成为各校师生、家长积极参与和津津乐道的主旋律。



■民办上海上外静安外国语小学

操场不够大 运动竖起来

中国讲“一切从儿童出发”，儿童才是我们各类课程的发现者，而学生+教师的共同参与和努力，最终会产生符合学生学习原动力的各类课程。上外静小所开设的各类多元化的体育课程就是从孩子们的一次次深度访谈、家庭的一项项调研中所获取的信息后逐步酝酿与设计呈现的。“在2018年年末的时候，我们在一份向每一个家庭发放的课程问卷调查中发现，一位二年级的孩子悄悄地向学校提出了这样一个愿望。我还记得孩子当时是这样写的。”上外静小的许雯老师回忆道，“‘老师，学校有很多大哥哥、大姐姐，可我们学校的操场不够大，我们能不能将运动的方向往上，把电视里的攀岩运动放到学校来？’也许，很多老师和家长会对此孩子提出的建议觉得实施起来有困难，看一下就过去了。可是，学校的周校长却悄悄地将这位孩子的诉求记在了心里，并使之转变为了现实。”

2019年初，周云燕周校长与上海市登山户外运动协会进行了多次沟通与协调，最终将《攀岩进校园》这一极具育人价值功能的体育类课程引进了学校。该项目从二、三年级实施普及，

并在四、五年级中挑选优秀的攀岩苗子，组建学校自己的攀岩队。

其实，攀岩课程不仅是对孩子自身体能与技能的挑战，同时还蕴含着巨大的德育因子。在课程的学习中，孩子们将了解攀岩的国际赛事规则，如何穿戴攀岩运动装备、使用绳索挂钩、观察墙面上各种攀爬岩点、如何搭建帐篷等等。在整个课程的学习中不仅有对课程知识的了解，还有课程实践的体验，并最终形成对自我生命的认识和自我目标的不断超越与挑战。2019年末，民办上海上外静安外国语小学已被评选为全国攀岩特色学校。



民办上海上外静安外国语小学

■上海浦东新区民办常青藤小学

鼎力支持学生发展兴趣

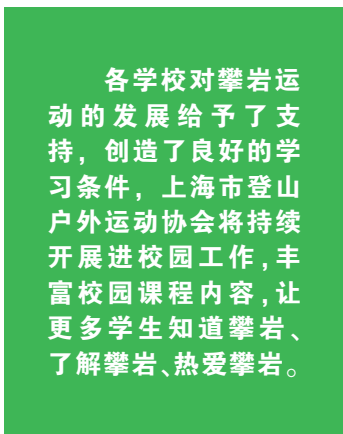
新学期开学后，上海浦东新区民办常青藤小学迎来攀岩课程。室内课上大量的视频和图片展示引起学生的对攀岩运动的浓厚兴趣，当同学们看到竞技比赛中运动员做出腾转、飞跃的动作时，也一个个按捺不住的跃跃欲试。理论过后是实践，同学们才了解到原来攀岩课并不仅仅是攀爬，列队、换鞋、鞋子的摆放、安全注意事项的检

查等这些都是攀岩课程不可或缺的重要组成部分，大家也将在这一次次的练习中体会到攀岩背后的自强、自立、自信精神。

学校除了课内普及攀岩运动外，又针对热爱攀岩的同学们增设了兴趣课，进一步传授攀岩的技巧与技能，鼎力支持在校学生发展自己的兴趣爱好。



上海市平和双语学校



上海浦东新区民办常青藤小学

■上海市平和双语学校

校队出了个全运会冠军

平和建校二十五年来，倡导“平而不庸、和而不同”的校园文化。老师教导学生既要自强不息，同时厚德载物，一直以来都很重视文化教育与体育教育的共同发展。学校的攀岩学习氛围浓厚，攀岩设施优良，且有一支由对攀岩非常热爱的同学们组成的攀岩校队。在2021年第十四届全运会中，上海市攀岩队取得一金一银的佳绩，16岁以下男子组难度赛冠军杨立豪就来自于平和双

语学校，这也是攀岩项目进入全运会以来诞生的首块金牌，意义非凡；同为平和学生的姜雨轩也取得了第七名的好成绩。两位少年不仅攀岩水平高，学习丝毫不落下，是品学兼优的好孩子，是体教融合方面的优秀学生。

新学期平和的校内攀岩课，以普及攀岩知识技能为主，择优选拔，增强专业技能训练，为上海市攀岩队人才储备与输送做准备。



上海闵行区万科双语学校、上海浦东新区民办万科学校

■上海闵行区万科双语学校、上海浦东新区民办万科学校

为运动员储备贡献力量

万科集团创始人王石是一位非常重视教育的企业家，也是一名攀岩爱好者。万科历来是民办学校中比较注重体育项目的学校，攀岩是万科的重点培养项目之一，旨在让对攀岩感兴趣并愿意努力的孩子们，更好地学习到专业技能与实战磨炼的机会。学校多次举办校内攀岩比赛，并积极组织

与鼓励同学们报名到区级、市级的各类攀岩比赛进行历练，为他们创造更多的机会，找到更多的展示平台。

在学校的大力支持下，校内涌现出了攀岩成绩优秀的青少年选手，这增强了孩子们刻苦训练的动力与家长持久坚持的决心，为攀岩青少年运动员储备贡献了力量。