

本期关注

体育新探索

冰雪运动种子扎根学生心底

——黑龙江省借力亚冬会发展冰雪体育活动纪实

■ 黑龙江省中小学冰雪体育课程应开尽开，每年举办青少年冰雪体育赛事活动2300多项次，参与人数达200万以上

■ 冰雪运动已经成为校园内外的亮丽风景。越来越多的青少年在冰雪运动中找到了乐趣，增强了体质，健全了人格，锤炼了意志



冰上龙舟 黑龙江省教育厅提供

本报记者 曹曦

我是小学二年级时学的滑冰，前些天观看了亚冬会的赛事，更加热爱冰雪运动了，每天都会来这里滑一会儿。日前，在哈尔滨市香坊区黛秀湖公益冰场，初三学生李明阳在速滑区自由飞驰。

青少年是实现“带动三亿人参与冰雪运动”的生力军。在黑龙江，冰雪运动是青少年的必修课。该省持续打造百万青少年上冰雪等知名品牌活动，全省中小学冰雪体育课程应开尽开，每年举办青少年冰雪体育赛事活动2300多项次，参与人数达200万以上。冰雪运动的种子已深深扎根在每名学生的心底。

亚冬会让冰雪运动持续“燃”起来

哈尔滨第九届亚洲冬季运动会上，黑龙江运动员以13金8银8铜的战绩，包揽中国代表团40.6%的金牌，并打破3项亚洲及冬奥会纪录。每一枚金牌都让我们这些龙江娃欢呼雀跃，更让冰雪运动的热情“燃”起来了。亚冬会让哈尔滨市闽江小学校学生王思琪真心爱上了冰壶这项运动，现在她每天都要去练习两个小时。

亚冬会的成功举办，在大学校园里掀起了新一轮冰雪运动的热潮。哈尔滨职业技术大学校长刘建国说。2月16日，2025大学生越野滑雪邀请赛在哈尔滨职业技术大学越野滑雪场举行，100多名来自高校的运动员及青少年越野滑雪爱好者参赛。

这些参赛选手中年龄最小的仅有6岁，最大的66岁。现场一位裁判员说。在3公里的赛道上，选手们你追我赶，奋勇争先，尽管当天天气十分寒冷，但每个人都热情高涨，展现了顽强拼搏的体育精神和青春飞扬的活力风采。

为深入巩固带动三亿人参与冰雪运动成果，普及校园冰雪运动，2月20日，第三届黑龙江省中小学生冬季冰球比赛在七台河市举办，来自哈尔滨、齐齐哈尔、七台河等地8支代表队的108名冰球运动员展开角逐。代表哈尔滨出战的哈尔滨市第八十五中学校冰球队、哈尔滨市南岗第一小学校冰球

队，分别获得初中组和小学组的冠军。

亚冬会的余温还在，参加这场比赛，虽然得了第一名，但是我和队友们还是需要继续刻苦训练，像赛场上的运动员一样不断攻坚克难，争取以后能在更大的舞台上取得更好成绩。哈尔滨市第八十五中学校冰球队队长张宇说。此次赛事带队教练刘万福表示，两支队伍凭借出色的团队配合、扎实的技术功底和顽强的拼搏精神，展现了哈尔滨市青少年冰球运动发展的深厚底蕴和优秀的青少年冰球运动员精神风貌。

冰雪运动成为冬日的美丽风景

1分30秒，有进步！在哈尔滨体育学院大学生滑冰馆，2022级运动训练专业的学生李泽晨刚刚完成速度滑冰1000米的训练。我最崇拜的偶像就是中国速度滑冰运动员宁忠岩，亚冬会赛场上能亲眼见证偶像夺冠，别提有多

激动了。他说。

如何激发学生参与冰雪运动的热情，让冰雪运动的种子扎根校园，不断助力青少年健康成长？黑龙江省教育厅总督查刘兆国说，黑龙江积极落实“带动三亿人参与冰雪运动”号召，大力开展百万青少年上冰雪活动，将冰雪项目作为学校冬季体育课主要内容，全省建设了774所冰雪体育特色学校，教研员年度教学指导630学时，帮助学生至少熟练掌握1项冰雪运动技能，实现了“校校有课程、人人会冰雪、校校有活动、人人爱冰雪”。

日益普及的冰雪运动、丰富多彩的冰雪活动、体教融合的机制保障。近年来，黑龙江连续开展了14次省队运动员进校园活动，同时建立以社会场馆和冰膜馆等资源为补充的冰雪场地共享机制，去年全省中小学使用冰场1924块，参与冰雪运动人数274万人次，已基本形成多部门共同参与、全社会协同发展的良好局面。

数据显示，自2016年到2024年，黑龙江全省开展冰雪活动的学校就超过了2万所。过去10年间，黑龙江全省参加冰上活动中小学生总人数就超过了1500万。一花独放不是春，万紫千红春满园。

黑龙江鼓励全省各地市充分发挥自身优势开展“一市一品、一市多品”建设，目前，七台河的短道速滑、齐齐哈尔的冰球、鹤岗的高山滑雪等，已经形成了特色人才、省市专业人才和业余后备人才三级梯队建设格局，带动和影响超过了过亿人次参与冰雪运动。据了解，黑龙江省每年举办1000余项群众冰雪赛事活动，群众冰雪运动参与率57.8%，居全国首位。

“冰雪+课程”让青少年爱上冰雪

注意摆臂，保持住节奏。在短道速滑特色校、七台河市第十五小学的校园内，集训队的孩子们脚踏冰刀飞驰而过，在冰面划出一道道美丽的弧线。该市将冰雪运动有机融入基础教育教学，把体育课和冰雪运动课作为必修课和学生毕业、升学考试科目，学校体育课和冰上课开课率均为100%，同时将速滑纳入中考科目，速滑运动得到普及推广。

黑龙江省教育厅体卫艺处处长何永祥说，近年来，黑龙江不断提升冰雪教育教学质量，全面建立起大中小一体化冰雪体育教学体系，各地因地制宜开展“冰雪+”特色课程。比如，佳木斯市结合幼儿年龄特点，创设了一系列冰雪主题课程，拉近孩子们与冰雪的距离，佳木斯市第十中学开展雪雕特色课程，每年冬季，师生共同铲雪、堆雪、设计雪雕图案；黑河市各中小学校不仅全面开设并高质量完成了冰雪运动项目教育课程，还根据各自的具体情况，在校园内积极开展滑冰、滑雪、冰球、抽冰嘎等多样化的冰雪体育课程；哈尔滨体育学院通过设立冰雪运动学专业、冰雪舞蹈表演专业等，构建中专、本科、硕士、博士一体化的人才培养体系，为国家培养了大量顶尖冰雪运动竞技人才和高水平教练员。

如今，黑龙江省已建立了以冰雪体育竞赛为主，冰雪艺术实践为辅，趣味冰雪运动为特色拓展的活动体系，冰雪运动已经成为校园内外的一道亮丽风景。越来越多的青少年在冰雪运动中找到了乐趣，增强了体质，健全了人格，锤炼了意志。凭借着对冰雪运动的热爱和不懈努力，黑龙江将青少年的冰雪运动基因转化为雄厚的人才基础，让“冰天雪地也是金山银山”的理念在校园中得到了生动实践。

其强大的潜力，通过提供多样化的学习资源，能极大地丰富学生的学习体验。在国内，一些智能音乐教育平台如“音乐壳”和“VIP陪练”，专为儿童设计，利用AI技术将音乐教学与游戏化学习相结合。例如，“音乐壳”可以通过AI识别学生的音符弹奏准确性，以动画形式给予即时反馈，如正确弹奏时会出现鼓励性的动画效果，错误时则会有提示性的动画引导，让学生在轻松愉快的氛围中掌握音乐基础知识。同时，AI技术还能助力远程音乐教育的发展，尤其是偏远地区。通过“钉钉课堂”或“腾讯会议”等平台，结合AI辅助的互动教学功能，城市中的优秀音乐教师可以为乡村小学的学生提供远程授课。AI技术能够实时分析学生的声音和演奏，为教师提供精准的学情报告，帮助教师调整教学策略，确保每位学生都能得到个性化的指导。AI能够识别学生的演奏技巧，如音准、节奏和指法，并给出针对性的改进建议。

人工智能技术通过个性化学习、智能评估与交互式教学，提升了教学效果，激发了学生的学习兴趣与创造力。未来，随着AI技术的不断发展与应用，预计其将为音乐教育带来更加多元化和创新的教学体验。

（作者单位系陕西省西安市未央区范家小学）



①鹤城国际冰球邀请赛现场。张澍摄
②雪地足球体验。黑龙江省教育厅提供
③七台河市的小朋友在滑冰。资料图片

美育论谈

人工智能如何为音乐教学助力

胡森

在传统的音乐教学中，教师往往通过口传心授的方式进行教学，重点培养学生基本音乐技能、艺术欣赏能力以及音乐创作的初步意识。随着AI（人工智能）技术的不断进步，利用现代科技手段增强音乐教育的互动性、个性化以及创新性，已成为当下音乐教育改革的重要议题。

AI在音乐教学中能发挥什么作用？

设计个性化的学习路径

一个基于人工智能平台的学习系统可以深度分析学生在学习乐器演奏过程中的每一个细节。比如，系统可以检测到某名学生在吉他演奏中节奏把握不准确，智能推荐增加节奏训练的内容，还会通过数据分析，精确指出学生在哪些具体的节奏型上存在问题，如三连音、附点音符等。根据分析，AI系统会生成一系列针对性的练习，帮助学生逐步掌握这些难点。特别

对于兴趣爱好鲜明的学生，人工智能系统的个性化推荐功能更能够起到辅助作用。假设一名学生对爵士乐情有独钟，系统不仅能推荐经典的爵士乐曲目供学生练习，还能根据学生的学习进度和风格偏好，智能筛选并推荐爵士大师如迈尔斯·戴维斯、戴夫·布鲁贝克等人的演奏版本，让学生在模仿中逐渐找到自己的演奏风格。同时，系统可以模拟吉他、钢琴、小提琴等多种乐器的音色，让学生即使在没有实体乐器的情况下，也能通过虚拟演奏感受不同乐器的魅力。AI平台还可以模拟现场演出的场景，如虚拟乐队表演，让学生在虚拟环境中与其他乐手合作，体验音乐带来的团队协作的乐趣。

为音乐训练提供智能辅助

AI技术能够在学生的音乐创作和演奏训练中发挥重要作用。学生可以通过AI辅助的作曲工具进行旋律创作与编曲，系统能够实时生成伴奏，帮助学生更好地理解

音乐的和谐与节奏。在创作方面，AI辅助的作曲工具已成为许多音乐学生的得力助手。在演奏训练中，AI技术的声音识别与分析能力可发挥巨大作用。比如，一款名为Amper Music的智能音乐训练软件，能够实时分析学生演奏的乐器或歌唱，精确检测音高、节奏、音色等方面的细节。当学生在练习小提琴时，AI能够识别出每一个音符的音准，并立即给出反馈，指出哪些音符偏高或偏低。同时，还能分析学生的演奏节奏，指出哪些地方需要加速或减速，以更好地符合乐曲的情感表达。除此之外，AI还能通过声音分析，辅助学生纠正演奏中的技术错误。如在钢琴训练中，AI可以识别出学生的手指触键力度和方式，给出如何改进触键技巧的建议，以产生更丰富的音色和动态变化，让学生在短时间内迅速提升演奏水平。

提供多样化的学习资源

AI技术在音乐教育领域正逐步展现

湖南湘江新区虹桥小学：

体育改革激发学生成长动力

周琳 龙克威

下课铃声响起，湖南湘江新区虹桥小学的校园里热闹非凡，一场别开生面的课间吉尼斯挑战赛正如火如荼地进行着。赛场上，小选手们个个摩拳擦掌，在跳绳、踢毽子、摸高挑战等15个趣味项目中大展身手，周围的学生则组成啦啦队，呐喊助威声此起彼伏。这正是学校落实“课间延长至15分钟”，丰富学生体育活动的生动写照。

近年来，虹桥小学积极落实健康第一的教育理念，推动体育教学改革，走出了一条独具特色的“五全五化”之路，为学生的健康成长筑牢根基。

全员走班，让每个孩子找到运动“闪光点”。从三年级到六年级，学校打破传统体育教学模式，实行全员体育走班教学。学生可以根据自身兴趣，从足球、篮球、花样跳绳和健美操项目中选择一门进行系统学习。在这个过程中，每个孩子都能发现自己的运动天赋，掌握一项运动技能。在一次跳绳趣味活动展示中，一年级90名学生平均跳绳数量达到163个，最多的学生更是跳到了196个。而健美操走班的学生们展示的踏板操，动作规范有力，充满青春活力，引得观摩者纷纷点赞。

全员运动，让锻炼成为日常习惯。为了让学生养成良好的运动习惯，虹桥小学将体育融入每天的校园生活中。每天开设一节体育课，优先排课，让体育真正成为“第一学科”。除了日常体育课，学校还组织丰富多样的体育活动，如全员运动会、校园体育吉尼斯挑战赛等。每年的全员运动会，涵盖短跑、球类、力量类、亲子类、表演类等大集体项目，每个学生都能参与3-5个竞赛项目。篮球、足球班级联赛一年多达400多场次，周末还有校外友谊赛。在频繁的赛事中，学生们不仅提升了运动技能，更培养了团结合作的意识和顽强拼搏的精神。

全员竞赛，推动体育技能普及。竞赛是提升学生体育技能的有效手段，多样化的竞赛形式，让每名孩子都有机会展示自己的体育才能。除了常规的运动会和班级联赛，学校还举办校园体育吉尼斯挑战赛，学生们不断挑战自我，突破极限，校园里的“虹桥纪录”光荣榜见证着他们的成长与进步。

全程监测，为学生健康精准护航。作为国家社科基金“三精准”项目实验学校，虹桥小学借助前沿智能设备对学生体质健康进行全程精准监测。只需短短半小时，就能为一个班级近50名学生完成肺活量、身高、体重、坐位体前屈等多项体质测试。智能设备不仅提升了测试效率，还为后续的精准分析、精准干预提供了有力的数据支持。学校根据监测数据了解学生个体差异，制定个性化的教学计划和训练方案，真正做到因材施教。

全面协同，凝聚体育教育合力。虹桥小学提出“健康学校、健康家庭、健康社区”的发展理念，探索家校社一体化的体育教育模式。学校成立了“虹桥跑团”，鼓励全体教师参与运动，带动学生热爱体育；面向家长发出“让陪伴从运动开始”的号召，组织亲子运动会、爸爸篮球赛、妈妈跳绳赛等活动，学生家庭参与率达100%，搭建起家校沟通的新桥梁；与社区加强合作，共同购置体育设施，组织家庭体育打卡和竞赛活动，充分调动社区居民参与体育锻炼的积极性，形成了全方位、多层次的体育教育网络。

如今，在虹桥小学，体育不再是一门枯燥的课程，而是充满乐趣与挑战的成长之旅。在2024年体质健康双达标检测中，学校优秀率达到了91.3%，位列全区第一。

（作者单位系湖南湘江新区虹桥小学）

甘肃省临泽县：运动造就活力校园

本报记者 尹晓军

一二一，一二三四……伴随着激昂的音乐和嘹亮的口号，学生们步伐整齐划一、精神抖擞，每一步都踏出了童年的活力与节拍。这是新学期伊始，甘肃省张掖市临泽县板桥镇西柳教学点利用大、小课间时间段，组织学生进行“跑出健康 打卡活动”的场景。

同时，学校针对一、二年级学生，还设定了每周跑步不少于1000米的目标。在跑步过程中，学生不仅锻炼了身体、增强了体质，也提升了课间活动的趣味性，培养了坚韧的毅力和团队精神，实现了“小场地大体育”。

新学期新气象，板桥镇西柳教学点对学校课程及课间活动进行了精心调整。在不增加课时总量的前提下保证学生每天上好1节体育课，并将每天的课间活动时间延长至15分钟，使得课间活动时间更加充裕，确保学生每天综合体育活动时间不低于2小时。

我们充分考虑学生的个性爱好与特长，开设涵盖运动类、艺术类、手工类、语言思维类等丰富多样的课程，学生可根据自己的兴趣和特长自由选择，大胆尝试不同的活动与课程，让孩子们学起来、跳起来、跑起来、动起来。西柳教学点负责人范青介绍说。

近年来，随着“双减”政策深入推进，西柳教学点通过课后延时服务，巧妙做好学生成长的“加减法”，不断丰富课后两小时的形式与内容。

课后服务第一时段，各班科任教师耐心地为学进行作业辅导和个性化答疑，通过课堂练习、面批作业、培优辅差等多种方式，引导学生在认真完成作业，实现“作业不出校门”。为培养低年级学生良好的写字习惯，提高规范书写水平，学校倡导“提笔即练字”，同时购置适合各年级学生阅读的新书，营造浓厚的读书氛围。此外，教学点通过定期举办诗词大会、经典诵读、阅读成果展示等活动，丰富学生的课外阅读，有效提升学生写作水平。

天地玄黄，宇宙洪荒。《千字文》诵读声慷慨激昂，学生一边诵读，一边挥拳、推掌、踢腿、蹲马步，一招一式有模有样、虎虎生风。课后服务的第二时段，是学生们翘首期盼的时刻，整个校园呈现一派阳光快乐、健康向上的景象。一分钟跳绳、自由跳、单人跳、双人跳、集体跳大绳，学生们轻盈地跳动，享受着运动的乐趣；合唱组动听的歌声飘荡在热闹的校园；书法组的学生个个身段笔挺、专注习字；操场上的足球小将们也在教师的指导下进行体能训练。

一系列丰富多彩的课程与活动，为学生们创造了充满乐趣与挑战的成长环境，也赢得了家长们的一致赞誉。范青表示，学校要积极搭建展示自我的广阔平台，让每一名学生都能在多彩课程中绽放光彩、茁壮成长。