浙大版“荒野求生”上线

大学生的体育课很冷也很热

本报记者 易龙吟

最近，浙江大学一门颇具“野性”的课程正在悄然走红。这里没有空调教室、没有笔记试卷，没有电子屏幕，取而代之的是密林、溪流、巨石与挑战——这就是竺可桢学院联合体艺部开设的素质拓展课·野外实践课，被同学们戏称为“浙大版荒野求生”。

在一片被称为“天石滩”的巨石坡上攀岩，每个人手脚并用，在陡峭的山石间不断攀爬；沿着一条蜿蜒的溪流，同学们身穿救生衣、脚踏涉水鞋，逆流而上，碎石密布、水势湍急。有人摔倒，有人滑落。

溯溪之后，队伍转入更为原始的林地。藤蔓缠绕、地形陡峭，行进难度陡然升级。学生们手持自制登山杖，一手拨开枝叶，一手紧抓地势，彼此提醒、协同前行。

学生们用脚步丈量信念，用汗水打磨勇气，在协作与坚持中唤醒内在的潜能与意志。“有时候你以为自己坚持不下去了，但看到队友一个个都咬牙向前，你也会拼尽全力。”陈同学这样说。

“我们不仅在学‘生存’，更在学‘生活’。”在浙大的素质拓展野外课堂上，学习不再是单向度的知识传授，而是一场人与自然、人与他人、人与自我的深度对话。这堂课没有书桌，却启迪思维；没有黑板，却描绘世界；没有标准答案，却引发真实思考。体艺部户外教师刘明表示：“学生的成长不应局限在教室里，真正的素质拓展，应该敢于把学生带到自然中、带到挑战前。”

事实上，这已经不是浙大首次因为体育课出圈，此前浙大也曾开设了皮划艇、舞狮等体育课程受到关注。而在浙江，不少大学都开设了新奇的体育课。浙江农林大学结合自身及周边区域的山地自然资源，开设户外运动这门课程，课程涉及绳索类、攀登类、生存类等5类技能，涵盖户外绳结、攀岩、丛林穿越、野外生存等近20项教学活动。

还有不少学校利用亚运场馆，开设更加时尚的体育课程。杭州师范大学开设橄榄球课程、杭州电子科技大学增设击剑课、浙江工业大学推出板球课，这些特色课程一经推出，凭借其新颖性和趣味性受到学生热烈追捧，出现“一课难求”的火爆场面。

“原本计划开设一个班，但报名人数远超预期，不得不扩招到两个班，即便如此仍供不应求。”杭州师范大学团委书记吕超介绍，基于学生的高涨热情，学校陆续推出棒球、飞盘等专业选修课与大学体育公共选修课。未来，会开设更多小众新兴体育项目，满足学生的个性化需求，激发学生的运动兴趣和学习热情。

利剑出鞘

5月27日，绍兴市第十二届中小学生武术操比赛落幕，来自全市16所中小学校17支代表队共368名运动员参加比赛。图为绍兴市武术协会教练组自编创新的越王剑套路。

通讯员 冯建华

舞龙“穿越障碍”，高中师生登上全运赛场

本报记者 陈素琴

我们的全运会

本报讯 5月26日，第十五届全运会群众展演舞龙舞狮项目预赛在江苏扬州江都区收官。预赛采用线上线下相结合的参赛模式，设舞龙自选、舞龙规定、舞龙障碍、南狮自选、南狮传统、南狮障碍、北狮自选、彩带龙自选8个小项，吸引了来自全国23个省（自治区、直辖市）的100余支队伍、1300余名运动员参与。

浙江代表队参加7个项目的角逐，12名队员中的7人是来自奉化高级中学的师生。

国家一级龙狮裁判员、国家一级龙狮教练员、国家一级舞龙运动员庄界是奉化高级中学的老师，这次参加了舞龙规定项目。

“我进入奉化高级中学，就开始接触民族传统体育项目——奉化布龙，当时因为兴趣所致。”庄界说，在高中时，他便随校舞龙队一路斩获2016浦东国际龙狮文化节规定套路铜奖、2016年第九届全国舞龙舞狮锦标赛传统舞龙第三名、浙江省第三届舞龙大会三金。后来到了大学，他担任了校舞龙队队长一职，多次代表学校参加比赛。“大学毕业后，我又回到了奉化高级中学，成为一名老师，并继续从事对舞龙运动的研究和教学。”

本次比赛最具特点莫过于舞龙障碍项目——和其他6个项目相比，舞龙障碍主要看完成用时来评分，运动员以娴熟技术，用舞龙动作中游、翻、腾、穿等形式绕过、穿过或跃过场内各区障碍物，完成特定竞赛内容实际用时短获胜的一种竞赛项目。比赛中面对各省运动健将，他们迎难而上，最终在舞龙障碍项目上跑出了1分15秒的成绩。

庄界说：“我们从3月备战以来，放弃周末休息时间，凭借一股拼劲坚持刻苦训练，希望能为浙江省增光添彩。”在庄界看来，舞龙舞狮项目在全运会上的精彩呈现，不仅是一场体育竞技的盛宴，更是一次传统文化传承的生动实践。

短讯

@宁波江北

本报讯 5月25日，2025年宁波市青少年空手道锦标赛落幕，宁波市育才小学运动健儿代表江北区夺得3金6银11铜并获团体第三名。此外，江北区慈城镇枫湾社区近日举办“童心飞扬，快乐相伴”庆“六一”趣味运动会。 （通讯员 杨佩贞）

@海宁

本报讯 5月26日至30日，2025年浙江省第八届青少年学生阳光体育运动会羽毛球比赛在海宁举行，来自全省各地的19个代表队199名选手参赛。 （通讯员 谢福成）

@绍兴上虞

本报讯 5月25日，在刚落幕的2025年绍兴市青少年棒垒球锦标赛中，上虞区小越中学棒球队成功卫冕U18组冠军，实现了在该项赛事中的四连冠。 （通讯员 魏荣春）

班级联赛成为桐乡校园“新顶流”

“传球！快！”“好球！”此起彼伏的呐喊声划破校园的宁静。5月27日，桐乡市洲泉中心小学的体育馆里，605班学生许梓恒一记凌厉的扣杀，引得全场沸腾。这个从幼儿园就痴迷球类运动的少年，如今已是校排球队的王牌主攻手。在同一时刻，河山镇中心学校的绿茵场上，足球小将们正以娴熟的“二过一”战术撕开对手防线。

这是2025年桐乡市中小学生体育学科素养监测暨第三届校际班级联赛的现场。5月26日至28日，2025年浙江省素养导向学校体育教学区域质量监测研讨活动在桐乡举行，来自全省各县（市、区）的教育局领导、教研员、骨干教师和全国活力校园观摩团的专家老师等400余人齐聚桐乡。

一场赛事，为何吸引全省目光？“桐乡的理念是全员比赛，让每一个学生在赛场上赢得了、输得起、打不败，注重学生在比赛中学会合作、尊重和坚持。”桐乡市体育教研员潘志新的一句话，道出了这场活动的深层意义。

近年来，桐乡率先探索以“三大球”班级联赛为载体的教学质量监测新路径，通过“双轨素养”评价和“全员竞赛”机制，让体育不再是少数人的竞技，而是每个孩子的成长必修课。

在洲泉中心小学，大课间的“分层排球秀”成为焦点。低年级的孩子熟练垫球，中年级的对墙传球稳如磐石，高年级的扣杀动作干脆利落。洲泉中心小学党支部书记、校长徐晓峰介绍，学校通过“水韵湘溪”课程体系，将排球、轮滑、游泳等项目融入日常，每天共80分钟的体育课间练习，保障学生体育运动时间充足。

河山镇中心学校的足球场上，4v4对抗赛正激烈进行。作为国家级青少年足球特色学校，这里的孩子从运球、传切到战术配合都游刃有余。“我们赢了！”刚刚结束比赛的801班学生黄余双心情激动。与绿茵场结缘7年，黄余双和很多同学一样，在学校浓厚的足球特色文化中快速成长。

“以往评价侧重体质健康和竞技竞赛结果，不够全面，而桐乡通过区域性运动竞赛作为质量监测手段，弥补了原有评价的不足，让评价转向以素养为导向，更全面地关注学生对体育的喜爱和综合能力提升，这种做法值得肯定。”浙江省教育厅教研室体育教研员余立峰认为。

数据显示，今年桐乡已完成了14个赛区67所学校全部的校际班级联赛，覆盖学生超3000人。

（通讯员 周 玥）