

# 这个特殊的先进集体是如何炼成的

## 北京冬奥会开幕式“小白鸽”的幕后故事

马晓冬、孙晓

在日前获得表彰的500个北京2022年冬奥会、冬残奥会北京市先进集体中，北京第二实验小学作为唯一的中小学入选。在北京冬奥会开、闭幕式的多个节目中，该校70余名师生参与了排练演出。

在北京冬奥会开幕式《闪亮的雪花》节目中，一群小学生身着印有中国剪纸图案的服装，手持“白鸽”模型，在冰上与雪花嬉戏的场景令人记忆犹新。其中有来自北京实验二小的40名小学生。鲜为人知的是，开幕式上除“和平鸽”之外的热场舞、火炬点燃，以及闭幕式上的折柳寄情、熄火、尾声演唱等多个环节都有该校学生参与。

“参与冬奥会的节目多、时间紧、任务重，

连续四个多月的排练与演出是对孩子们综合素质的考验。”北京实验二小德育副主任吴文念说，接到任务后学校约60名学生投入到排练中，克服年龄小、天气寒冷等困难，出色完成了北京冬奥会开、闭幕式的演出任务。

北京实验二小四年级学生周颖萱是《闪亮的雪花》节目中的“小白鸽”之一，“第一天的‘和平鸽’排练了特别长时间，第二天导演就又改了一版。”她说，“我感觉有点气馁，因为前一天排练了那么长时间全都白费了。”但她想到老师要坚持不懈的叮嘱，很快振作了起来。

“在一次排练中，我带着学生们到达了排练场地，天气突变飘起大雪，所有人都没有做提前准备，孩子们穿的鞋子并不防水。雪停后，学生们便抓紧开始排练，很多同学一上场就踩在水里，鞋子袜子甚至衣服都湿了，但整个过程中

没有一个同学叫苦叫累。”北京实验二小教师李根说。

北京实验二小体育教师赵欣作为领队之一，对如何保障体能深有感悟。“每一次彩排都会有长达数小时的站立、跳动，体能消耗非常大。”赵欣说，为了帮助学生更好地适应高强度、高密度、高标准的训练，学校体育组为孩子们设计了体能训练课。

赵欣坦言，孩子们能够坚持下来，其实离不开学校的日常锻炼。多年来，北京实验二小一直坚持“体育是第一学科”这一理念，坚持让每个孩子每天都有第一节体育课，建立体育走班制度，开展“零点体育”，发展多样的体育社团，举办体育月赛、全民运动会等，力求通过多种方式激发孩子参与体育的积极性，增强学生在体育运动中的体验感与获得感。

北京冬奥会是向全世界展示中国风采的平台，对于参与其中的孩子而言，也是一堂生动的德育、美育课。北京实验二小校长芦咏莉说，学校十分重视培养学生的家国情怀、担当精神。令她印象深刻的是一位被临时替换的学生。“在为一个节目排练了100多天后，这个孩子被临时换了下来。他抹完眼泪后说了一句让很多人感动的話——没关系，反正都是我们中国的孩子在向世界演出。”芦咏莉说。

芦咏莉希望，有了参与冬奥会的这段人生经历，孩子们能更好地思考自己与世界的“链接”。希望每一位孩子都能这样想——上场不是代表自己、代表学校，而是去展现我国少年儿童的精气神。

新华社北京电

新华社记者周欣

昙花一现？发育期烦恼？少年得志容易得意忘形……2021年，14岁的全红婵以破纪录的高分拿下东京奥运会女子10米跳台冠军后，很多人担心她的发展前景。进入2022年，身高长了8厘米的全红婵在中国跳水队队内测验中接连赢得双冠，并在单人10米台上再现“水花消失术”，成绩足以赢得奥运冠军。

跳水运动员都会遇到的那些坎儿，全红婵为什么能够顺利“扫雷”？

### 奥运金牌师徒搭档 大胆尝试见成效

全红婵的成功可以简单归纳为天赋、运气、技术过硬、意志顽强：东京奥运会延期一年举行，正好达到跳水运动员参赛年龄的全红婵通过三站国内选拔，排名榜首锁定奥运门票。在东京奥运会上，她的“水花消失术”技惊四座，决赛中五个动作三跳满分，以创奥运纪录的高分夺得10米跳台冠军。然而，进入不可逆转的生长发育期，全红婵该如何克服身体高体重带来的技术变形、体能拖累腿和伤病困扰等问题？

中国跳水队给出了答案：东京奥运会两个月后，曾经叱咤国际女子跳台10年、奥运五冠王陈若琳接手全红婵的训练，成为中国跳水第一对奥运冠军师徒组合。

陈若琳在2016年里约奥运会后退役，次年进入国际泳联跳水技术委员会，并执裁包括世界跳水系列赛、韩国光州游泳世锦赛、东京奥运会等国内外大赛。虽然没有太多的执裁经验，但她有克服身体发育的亲身经历、对技术和比赛的超凡理解和掌控力，更有执裁比赛的裁判视角、大姐姐般的贴心细致和教练员的严格要求，带着比自己小15岁的全红婵奋力向前冲。

在4月20日至23日进行的国家队队内测验中，因伤缺席4月初首次测验的全红婵进行了2022年首秀：双人10米台，她和陈芋汐首次搭档亮相，规定动作稍有瑕疵，但三个自选动作发挥出高水平，尤其是407C（向内翻腾三周半抱膝）得到85.44分，最终以349.74分超过达标线。单人10米台，全红婵、陈芋汐和张家齐三位奥运冠军“神仙打架”，全部超过420分的达标线。全红婵把以往薄弱的207C（向后翻腾三周半抱膝）“进化”为杀手锏，得到3个满分10分，最终以450.15分获得第一。张家齐以总分425.25分排名第二，陈芋汐以424.30分名列第三。

测验中，陈若琳总是表情严肃、面带思考，偶尔为全红婵的动作大力鼓掌，露出满意的笑容。这位曾经闪耀世界女子跳台的天花板人物，如今站在了天才弟子的身后。

### 追求完美+危机意识 不断超越自我

3月28日，刚刚庆祝自己15岁生日的全红婵在生活中很随意：外出时喜欢戴古怪精灵的章鱼帽，天冷时缩着脖子和人聊天，泳池边和队友嬉闹说笑……唯独在跳水时精益求精。

多年指导全红婵的广东队教练何威仪评价她在训练中全神贯注。如今，她对自己的要求更加严苛：双人测验后，她评价“表现一般般，我平时的训练更好”；单人获胜后，她自找毛病“前面三个动作还可以，后面两个动作有点放松，没跳好，以后再提升提升”。

在国家队，全部是冠军的师哥师姐们都在只争朝夕、刻苦努力，全红婵坦言不想掉队，更不想被淘汰，因此无论是受伤、赛后隔离、还是面对美食诱惑，她都能自觉投入魔鬼训练。“我现在能做的，就是禁止所有零食，控制好体重，保持好竞技状态，这样才不会卷被淘汰。”

全红婵在东京奥运夺冠时可能还很懵懂呆萌，现在的她依然是队中的“小可爱”，但她没有在鲜花、掌声、荣誉、名利中迷失自我，目标始终坚定：巴黎奥运会再夺冠。

由于世锦赛和亚运会的国内选拔赛推迟进行，参赛名单无法敲定，期待全红婵的下次“水花消失术”更精彩。

新华社北京4月24日电

# 跳水运动员的那些坎儿 全红婵为什么没“踩雷”

## 寂寞的红土

在北京顺义区西北一隅，有个下西市村。村子的东北角是个建在丘陵上的大农场，有内外两个院子。在内院里，背靠苍翠延绵的群山，有片泛着红色光泽的棒球场。

球场旁边有几间小房子，拱形的房檐，原木做成的门框和窗户，没有任何雕饰，质朴自然。这里是达降棒球俱乐部的新居。自2019年4月拆迁之后，俱乐部辗转流浪到此安身。

球场是俱乐部老板燕军带着教练自己修建的。这两年，俱乐部赛事与培训活动被迫大规模削减。俱乐部经费紧张，为节省资金，燕军和教练自己动手建造球场。从去年5月到9月，前后用了4个多月，修成了球场。

燕军是个讲究品位的北京汉子。虽然资金有限，他也要把球场修出品味来。在扇形球场的两翼，他各修一个下沉式球员席。这种风格古朴的球员席有个专门的英文称呼——dugout。修建这种设施需要专门的技术，为此燕军聘用了瓦工师傅。

正规的棒球场必须要有绿草红土。草是他们用了4个月的时间种出来的，红土是达降俱乐部原来的红土。三年前俱乐部拆迁时，燕军把场地内的红土带走了，满满地装了90多卡车。

“红土是球场的重要资产，一立方米最便宜也得两千多元。”燕军说。

红土是通过特殊配方配置出来的，土质细腻，不扬尘，不沾脚，有利于运动员在比赛中蹬地发力……

红绿相映球场的后面，是在春风中摇曳的杨树，再远是茫茫的青山，隐约有种“我见青山多妩媚，料青山见我应如是”的意境。球场修成之后，北京的业余棒球爱好者们就有了新的乐土。

今年清明期间，“八喜杯”星期日慢投垒球联赛在这里开赛，5支球队参加。组织



达降棒球俱乐部慢投垒球比赛在进行中。新华社发

方达降棒球俱乐部不敢让太多球队参加，因为场地和工作人员有限，如果参赛球队过多，怕会影响参赛体验。虽然是个草根体育赛事，也要保证参赛体验。

达降俱乐部推广慢投垒球已有七年，举办面向草根的慢投垒球比赛已有四年。有些一直参赛的球队已经具备了较高水平，他们之间比赛也就有了观赏价值。上个周日，“鼎桥”与“天小”两队奉献了一场精彩比赛，不时出现令人叫好的进攻和防守。

在一个春风轻抚的周日，和一群朋友带着家人远离城市的喧嚣，到乡村俱乐部参加一场

酣畅淋漓的体育比赛，既健身、怡情，又能社交，多么惬意。

“春服既成，冠者五六人，童子六七人，浴乎沂，风乎舞雩，咏而归。”这也是燕军追求的境界，他说：“我们创造出这种感觉了。”

他希望这种感觉能持续下去，但又有些担心。

燕军的担心是有根据的。球场自去年建成至今，只举办了6天正式活动，去年三天，今年三天。球场内的红土在达降俱乐部旧址时见证过60多万人次的比赛和训练，如今陪伴它的更多是寂寞。

红土的寂寞，意味着俱乐部的惨淡经营。和一些体育产业的从业者一样，燕军这两年饱受煎熬。他能做的只有坚守，坚持不让困难击倒。

守得云开见月明。燕军坚信困难终究会过去，他对俱乐部的未来有着美好的规划。“我们将来要在球场边上修建一些孩子娱乐和训练设施，那边还要建一块垒球场。我们未来定位面向那些没有接触过棒垒球的白丁，让他们喜欢上这两项运动……”

寂寞的红土孕育着美好的期望。

(记者马邦杰)新华社北京电

## 闹市区的“万超联赛”

### 一所小学和足球的60年情缘

新华社记者廖君、陈霄

脚背颠球、正面运球、跨步堵抢……12日，一个寻常的周二傍晚，武汉市江汉区万松园小学的足球场上，身穿红色训练服的六（3）班女生舒熙雯和队友们进行常规训练。她所在的“皇马”队，在学校本学期的“万超联赛”中接连获胜。

“我很喜欢足球，踢球让我感到快乐。”去年，经过层层筛选，舒熙雯成功入选“全国青少年校园足球小学混合组国家队”。而今年即将小学毕业的舒熙雯，毫不犹豫地选择走职业道路：“下半年我将进入体校，我要踢职业，进国家队。”她稚嫩的脸庞上洋溢着自信的神采。

学校“曼城”队队员、四（1）班学生聂川博被教练戏称为“胖子”，踢后腰位置的他却十分精干、灵活。“我爸爸也喜欢足球。现在，我跟他一样啦。”他说。

不仅是平时，就连寒暑假，学校里像舒熙雯、聂川博一样的小运动员都没有停下训练的脚步。作为亚足联命名的“亚洲展望——男子、女子足球项目授权学校”，有着60多年建校历史的万松园路小学，拥有近乎等长的校园足球历史，走出了涂胜桥、蒿俊闵、姚翰林等一大批优秀职业足球运动员。

万松园路小学地处武汉的闹市区，只有一块室外操场。学校足球队总教练邓世俊告诉记者，为了保证所有在校学生每周都能上一节足球课，同时也不影响8支校队的专业训练，“学校想出了一个分区使用、分组教学的办法”。

邓世俊说，一块足球场用地线分成3片区域，可以容纳3个班级同时上课，一上午就能让大批学生在绿茵场上“过把瘾”。每个班被分为4组，由教练和家长志愿者分别带领学生进行带球跑动、跨栏、抱球对抗、五对五迷你赛等活动。一节课下来，孩子们可以参与囊括足球技术、体能训练、团队意识和比赛实战的4个项目。

万松园路小学校长熊丽萍介绍说，为了保证充分的师资力量进行足球普及教育，除了包括亚足联讲师、职业级教练邓世俊的7名C级及以上教练员，学校还培训了一支由中层行政人员、各科教师和学生家长组成的武汉市E级教练员团队。此外，学校与武汉体院合作，在校内设立校园足球教学研究实践基地。从2018年至今，武汉体院先后派出了百余名学生来到学校担任足球课实习教师，为足球课内涵提升发挥了重要作用。

熊丽萍强调，普及是校园足球的“主业”，让学校每一位学生学会踢足球，每周一节足球课要上好，足球社团活动要全面开展好。而提高则是通过选拔，组建每个年級的校队。“一个年级足球队只有50个名额，每次校队的选拔竞争都很激烈。”熊丽萍坦言，万松园路小学的足球培训也曾遭遇低谷，一度受到冷遇。近年来，随着国家政策的大力支持和足球运动日渐普及，越来越多的孩子以能进球队为荣。

进入校队，意味着队员需要每天额外花近两个小时在训练上，还不能松懈课业。“不辛苦，不累。”聂川博说，把他引上足球道路的是学校，而真正爱上足球的是他自己。

为了巩固和检验平时的训练成果，学校每学期都举行“万超足球联赛”，利用周末时间每周赛一赛，从低年級的五人制对决，到高年級的八人制对抗，一场比一场精彩。值得一提的是，家长们的参与度持续升温，和孩子一起参与学校的足球活动，主动担当裁判员和摄影师的角色，场外的家长也是最忠实的啦啦队……

看到越来越多的孩子们喜欢踢足球，邓世俊十分高兴。作为出身万松园路小学的亚足联职业级教练，他说，近年来小学校园足球得到快速发展，足球立德树人的教育功能日益显著，下一阶段如何“利用我国国民教育制度优势，在校园里探索竞技人才的成长通道”显得尤为重要。

新华社武汉电

## 盐碱滩边“玫瑰绽放”

### 一支河北乡村小学女足的成长记录

新华社记者杨帆

每天放学后和校队姑娘们踢会儿球，对河北省沧州市海兴县香坊乡尚德小学六年级学生张依娜来说，算是一天中最放松的时刻了。

尚德小学规模不大，过去条件也不算好。学校离渤海海岸线只有20公里左右，坐落在一片盐碱滩地上，因为周边地广人稀，所以只有师生300多人。最早将孩子们和足球串联起来的，是校长毕福龙。

毕福龙从小喜欢足球，上年纪后对足球的热爱不减，总想着把这种热爱转化到教育工作上。“海兴县是一个劳务输出大县，香坊乡当地村民外出务工较多，不少孩子跟着爷爷奶奶生活，课外生活相对单一，张依娜的家庭也是如此。”他说。

2014年，在毕福龙的操持下，学校首次成立男子足球队，吸引10多个男孩参加。后来足球氛围日渐浓厚，一些女孩也表现出对足球的热爱。

两年后，尚德小学女子足球队成立，8个女孩成为首批队员。毕福龙说：“喜欢看中国女足比赛，能感受到‘铿锵玫瑰’的那种精神。我想让姑娘们感受足球魅力，课外增加一个爱好，也培养她们顽强拼搏的精神。”

由于当时学校没有专修足球的体育教师，毕福龙只能自己带队或找水平比较好的当地球友来教孩子。学校老师韩奎田说：“操场是土地，海边风大，运动出汗后身上经常一层泥，咸咸的。土砖当训练桩，比赛时推两辆自行车当球门。”

2018年秋天县里招聘特岗教师的时候，毕福龙向教育局申请——要一名足球专业的体育老师。就这样，同样怀揣足球梦的大学毕业生意贾小童与尚德小学结缘。

那年贾小童刚从河北一所师范类高校毕业，有足球方面的专业积累。“上大学时就想，

毕业后希望能担任一支青少年足球队的教练，自己亲手打造一支球队。”他说。

成为尚德小学男女足球队总教练后，贾小童带着孩子们冬练三九、夏练三伏。平时性格腼腆的贾小童，一上场就是另外一副脾气，对孩子们非常严格，一个错误的小动作会进行多次纠正。

学校老师高洪军介绍，有一次贾小童看中了一个三年级女孩，孩子很喜欢足球，但家长不同意。贾小童多次上门开展工作，最终孩子如愿进入球队训练，直至小学毕业学习成绩也非常优异。

如今，尚德小学女子足球队有固定队员18人。在教育主管部门和社会各界支持下，训练条件得到了极大改善——土操场变成了人工草坪操场，足球从2个到现在的100多个，球队有了统一的训练服装，训练设备也增添了很多。

海边的“小玫瑰”们不负所望。近几年来，她们在全县青少年比赛中先后拿到五次冠军，还代表海兴县在沧州市青少年足球比赛中拿下亚军、季军。扎实的成绩和良好的氛围，让尚德小学入选2020年全国青少年校园足球特色学校名单。

毕福龙深深记得孩子们第一次去市里踢比赛的故事。“师生都没见过大场面，比赛没赢，守门员在场上被对方前锋一脚射门打哭了，赛后孩子家长直接说‘我们孩子不踢了’。我背着孩子回宿舍，一路给她讲中国女足的故事，后面又和家长反复沟通，最终才让她留在球队。”他说。

海兴县教育局局长许永兴说，作为从一所农村小学走出来的女足队，球队这几年的成绩凝聚着师生的艰辛和努力，他们会给予更多支持，希望球队能在地方比赛取得好成绩，以后有机会走出去长见识，让更多孩子有所成长和收获。

新华社石家庄电