

七色光

在青少年心中种下尚武的种子

——水城中学推动梅花桩拳进校园

■ 王向阳 李广伟

运河蜿蜒,黄河奔腾,在“两河文化”交融的聊城大地,一项承载着尚武崇德精神的省级非遗——梅花桩拳,正在水城中学的校园里焕发勃勃生机。近年来,聊城市水城中学紧扣立德树人根本任务,将省级非物质文化遗产梅花桩拳纳入校本课程体系,以武育人、以文化人,让传统武术扎根校园、融入日常,在强身健体、锤炼意志的同时,厚植青少年文化自信,走出一条非遗传承与“五育并举”深度融合的特色育人之路。

体系化筑基,打造规范校本课程

“非遗进校园,必须有制度、有教材、有师资,让它真正成为校园教育的一部分。”水城中学校长胡相东在接受采访时坦言。为推动梅花桩拳落地生根,学校专门成立以校长为核心的传统文化教育工作小组,统筹教学规划、师资调配与课程实施,反复打磨《梅花桩拳传承推广实施方案》,为课程常态化开展提供坚实保障。

学校组织体育教师与非遗传代表性传承人携手合作,深度挖掘梅花桩拳历史

文化内涵与技艺精髓,共同编写系统性校本教材。教材内容涵盖拳术源流、核心招式、武德修养、健身原理等,兼具知识性与实践性,让学生在学招式的同时,读懂传统武术背后的文化内涵。“从课堂目标到评价标准,每一环都清晰明确,梅花桩拳早已从兴趣课变成了全校学生的必修课。”体育教师刘帅帅介绍。规范化、体系化的课程建设,让非遗传承在校园有了稳固根基。

常态化浸润,非遗点亮校园生活

如何让古老武术贴近青少年,融入校园生活?水城中学给出了创新解法。由省非遗代表性传承人孟昭力牵头,学校提炼梅花桩拳“大、小、败、仆、顺”五大基本势法,编排成8节16个八拍的梅花桩武术操,动作简洁规范,节奏明快有力,既保留武术韵味,又适合集体操练。

每天课间操时间,校园里口号铿锵、气势如虹,2000余名师生整齐列队、同步演练,成为校园里一道震撼人心的风景。“每天练武术操,不仅能活动身体,还能感受到传统武术的精气神,特别有力量。”一名学生笑着说。每年秋季举办的武术操比赛,更是全员参与的校园盛事,

各班比拼招式精度与团队风貌,非遗在日复一日的练习中深入人心。

课堂普及打基础,社团深耕育人材。梅花桩武术社团实行阶梯式培养,从基本功、套路到对练循序渐进,孟昭力手把手指导教学。“刚入社时我连马步都站不稳,坚持练习后,不仅身体更健壮,意志力也强了很多。”高二学生李海龙分享道,如今他已在各级展演中展现流畅规范的拳术套路。社团成员多次在省市武术赛事中摘金夺银,孟昭力在2025年全国太极拳公开赛总决赛中斩获对练项目冠军。多年来,该校为高校输送30余名武术专业人才,“课堂+社团”模式让非遗传承形成稳定梯队。

多元化辐射,非遗绽放时代光彩

走出校园,梅花桩拳成为水城中学对外传播“两河文化”的闪亮名片。在“文化和自然遗产日”、聊城非遗春晚、古城文化节、山东省全民健身运动会等舞台上,学生们身着练功服,腾挪舒展、刚柔并济,展现非遗武术的独特魅力,收获观众阵阵掌声。“每次展演,都有市民主动询问学习方式,我特别自豪能成为梅花桩拳的宣传员。”学生郭云霞激动地

说。

学校坚持教研同步,以研究深化传承。《“梅花桩拳”在中学的传承教育研究》入选省级优秀实践案例,3项课题顺利结题,教师在国家级期刊发表论文10余篇,孟昭力所著《古梅花桩》填补领域研究空白,被高校列为参考用书。

以梅花桩拳为引领,学校同步开设国画、诗赋朗诵、经典读书会等多元文化课程,营造浓厚传统文化氛围。学生体质健康水平持续提升,校园文明风尚愈加浓厚。学校先后荣获“全国中小学中华优秀传统文化传承学校”“山东省非物质文化遗产传承教育实践基地”等称号,还吸引意大利武术爱好者来访交流,让中华武术走向国际。《人民日报》、新华网等媒体多次聚焦报道,水城中学的非遗育人经验广受赞誉。

一拳一势承古韵,一言一行育新人。水城中学以省级非遗梅花桩拳为纽带,让“两河”文脉与“五育并举”深度融合,在青少年心中种下尚武崇德、文化自信的种子。未来,学校将继续深耕非遗传承教育,让古老武术在新时代校园持续绽放光彩,用匠心与坚守培养担当民族复兴大任的时代新人。

冠县 部门联动筑牢校园健康防线

本报讯(岳耀军 郭桂欣)4月8日,冠县学校卫生健康联席会议暨工作培训会议召开。县教育局、卫生健康局、疾控中心相关负责人,各学校分管负责人及全县中小学保健教师参会。

会上,县教育局部署学校卫生健康工作,解读HPV疫苗国家免疫规划实施要求;县卫生健康局就校园传染病防控、联防联控及医教、家校协同作出安排。

会议邀请聊城市疾控中心梁振作了题为《学生常见病预防与控制》的专题培训。梁振结合本地学生健康监测数据,系统讲解了近视、肥胖、龋齿、脊柱弯曲异常等常见病的流行趋势与干预策略,围绕“监测—预警—干预—评估”闭环管理,演示了户外活动保障、眼保健操规范、课桌椅配置等实操要点,并就健康档案建立、家校联动等提出建议。现场问答环节互动热烈,有效提升了基层学校卫生工作者的专业能力。

校园短波

东昌府区闫寺实验学校 家校社共商育人之策

本报讯(王向阳 郎佃博)4月8日,东昌府区闫寺实验学校召开家校社协同育人工作推进会。校级家委会成员齐聚校园,共商育人之策,携手书写协同育人新篇章。

校长董玉芹在会上细致解读了学校育人理念与协同路径,提出“家和未来,童心向阳”育人理念,寄语家长以爱赋能,让家庭成为孩子成长的港湾,并发出“以家和,赴未来,向阳光,育新芽”的倡议,为工作的开展锚定方向。

在接下来的交流研讨环节,家委会成员踊跃发言,从学生学习生活、校园管理、家校协同等方面建言献策,提出诸多宝贵建议。学校工作人员认真聆听记录,及时吸纳落实,优化育人工作。

学校高度重视家校社协同育人工作,成立了以校长为组长的家校社协同育人专项团队,打造“守望花开”工作坊,畅通家校社育人通道,积极构建目标一致、行动同步、责任共担的育人格局。此次会议进一步系紧家校合作纽带,凝聚了更强的育人合力。

莘县新华路学校 法治宣讲进校园

本报讯(王向阳 马彬)4月8日,莘县新华路学校关工委联合东鲁派出所,举办法治教育专题活动,聚焦未成年人犯罪预防、校园欺凌防范及校园安全等关键议题,通过案例分析、法律解读等形式,增强师生法治意识,助力构建平安校园。

东鲁派出所民警结合真实案例,深入浅出地讲解了未成年人犯罪的常见类型、成因及法律后果,让师生们深刻认识到违法犯罪对个人、家庭和社会的严重危害。同时,针对校园欺凌现象,民警详细阐述了欺凌行为的表现形式、危害及应对方法,并强调校园欺凌不仅会对他人身心造成伤害,也会破坏校园和谐环境,呼吁师生共同抵制欺凌行为,营造友善、包容的校园氛围。

在互动环节,师生们积极提问,民警耐心解答,现场气氛热烈。通过面对面的交流,师生们对法律知识有了更直观的理解,法治意识进一步增强。

东阿县实验小学 师生同上“火场逃生”实战课

本报讯(王向阳 王晓娟)4月9日,东阿县实验小学开展消防应急疏散演练活动。此次演练以“实战化”为导向,旨在帮助师生熟练掌握火灾逃生技能,确保在突发险情中能够沉着应对、迅速撤离。

演练前,学校高度重视、周密部署,成立应急疏散演练小组,召开专题会议细化流程、明确职责,并通过桌面推演优化应急预案,确保各环节衔接顺畅、安全有序。各班班主任还利用班会课开展消防知识宣讲,结合图文与真实案例,教授学生正确逃生动作,如捂鼻、弯腰低姿、贴墙行进等,并强调演练纪律,为演练做好充分准备。

随着警报声响起,演练正式开始。全体师生迅速反应,用湿毛巾捂住口鼻,弯腰沿指定路线有序撤离,整个过程沉着冷静、动作规范,仅用几分钟便全部安全抵达集合点。演练结束后,学校相关负责人进行总结点评,充分肯定师生的快速响应和规范操作,并再次强调消防安全的重要性,呼吁大家将安全知识内化于心、外化于行。

冠县烟庄街道范庄小学 开展国家安全主题教育

本报讯(王向阳 刘凤耀)4月9日,冠县烟庄街道范庄小学开展“全民国家安全教育日”主题活动。

活动围绕“统筹发展和安全 护航‘十五五’新征程”主题,向全体师生介绍全民国家安全教育日的设立背景与时代意义,号召大家树牢“国家安全重于泰山、国家兴亡匹夫有责”的观念,倡导维护国家安全从自身做起。

随后,各班召开主题班会。班主任结合学生实际,播放教育课件,以典型案例和通俗语言,从国家安全教育日的由来、国家安全涵盖领域、公民权利义务、警惕危害国家安全行为以及维护国家安全的具体做法等方面进行详细讲解。

此外,学校充分利用“红领巾”广播站、“德育阵地”、家校微信群、电子显示屏及宣传标语等多种载体,广泛宣传国家安全知识,营造浓厚教育氛围。活动推动总体国家安全观融入师生和家长的日常生活,引导大家携手共保国家安全、同护幸福成长。

高唐县民族实验小学 家校携手共筑成长路

本报讯(刘德策)4月8日,高唐县民族实验小学组织开展“家长进校园”活动,邀请家长走进校园,深入课堂,与学校携手共探育人之道。

活动前,学校召开专项筹备会议,围绕流程分工、安全防护等制定翔实方案,将家长邀约、课堂观摩等各环节责任到岗、细化到人。

活动当天,家长在引导教师带领下分批走进校园,观摩早读、旁听各学科教师精心授课,引导学生主动思考;家长们认真倾听,直观感受教学氛围与孩子课堂表现。

随后,家长们走进孩子所在班级,全程观摩常态课,直观感受课堂教学氛围。各学科教师以灵活多样的教学方法引导学生主动思考、积极参与,家长们细致观察孩子的课堂表现,对学校的教学理念和教师的专业素养有了更清晰的了解。课堂观摩结束后,各年级召开家校交流座谈会。教师汇报教育教学及班级管理情况,分享科学育儿方法,并听取家长意见建议。家长们踊跃发言,对学校教学管理和教师辛勤付出给予高度肯定,表示将积极配合学校,共同把孩子教育好。



4月10日,度假区王庙幼儿园的孩子们在老师带领下与春天“对话”。

孩子们睁大眼睛,用小手指轻轻抚过花枝,捕捉春天的痕迹。在亲近自然的过程中,孩子们观察花苞、树叶的形态,感受春天的生机与美好。

■ 张目伦 张睿



4月8日,在顾官屯镇中心幼儿园自然探索活动中,孩子们用太空泥和鲜花制作手工作品。

当日,顾官屯镇中心幼儿园中二班开展“泥塑春光 手作童真”主题实践活动。教师带领孩子们走进菜园与植物角,孩子们在花丛中仔细观察花朵的形态与颜色,触摸花瓣,嗅闻花香,沉浸式体验春天的美好。随后,孩子们用彩泥、鲜花等材料开启创意手工。孩子们认真揉搓、精心粘黏,用一双双小手将春日美景定格在指尖,在创作中感受自然、快乐成长。

■ 刘德策 郭磊磊

一簇艾草的传承之旅

——莘县翰林学校本草香囊社团活动侧记

■ 刘德策 王素花

从翻整土地时指尖沾染的泥土芬芳,到香囊成形时鼻尖萦绕的清雅药香,这簇艾草跨越千年的文化脉络,在莘县翰林学校师生的躬耕实践中焕发出新的生机,成为连接传统与现代、自然与人文的鲜活纽带。

在泥土中触摸文化根脉

“艾,以艾为养,以艾为礼。”当学生们第一次蹲在校园“艾草园”的田垄间,看着嫩绿的艾苗在春风中舒展叶片,课本里“彼采艾兮,一日不见,如三岁兮”的诗句忽然变得具象化。学校将课堂延伸至自然天地,以班级为单位划分责任种植区,学生们手持小锄头翻整土地,小心翼翼地移植艾苗,从此开启了与艾草的“亲密对话”。

每日清晨,总有学生捧着记录本蹲在艾草旁,仔细测量株高,观察叶色变化:“今天又长高了2厘米,叶片边缘的锯齿更清晰了!”从萌芽到繁茂,他们在浇水、除草的日常养护中,见证着生命成

长的轨迹。有学生发现,雨后艾草的香气会格外浓郁,便查阅资料得知这是艾草挥发油在湿度变化中的自然反应——正如古籍中对艾叶的描述,“艾叶生则微苦太辛,熟则微辛太苦”,艾草竟藏着如此生动的科学密码。

这片小小的艾草园,不仅是劳动实践的课堂,更成为文化启蒙的沃土。当学生们触摸着叶面上细密的绒毛,听老师讲述艾草在端午民俗中“辟邪驱邪”的寓意以及在中医药典籍里“温经止血、散寒止痛”的作用时,一株看似普通的草木,就这样将中华文化刻进了他们的基因里。

让传统技艺在手中绽放

当艾草历经春日的滋养与夏日的生长,再经时光的沉淀,逐渐变得干枯醇厚,学生们便迎来了最期待的环节——将自然的馈赠转化为指尖的艺术。学校围绕艾草开发的系列实践课程,让传统技艺在学生的双手焕发出新的光彩。

制作艾草香囊的教室里,弥漫着淡淡的药香与布料的馨香。学生们精心挑

选棉麻、丝绸等布料,用剪刀裁出圆形、心形、南瓜形的轮廓,再穿针引线缝合成精致的香囊雏形。“我要做一个‘祈福款’,用红色的布,再系上五彩绳!”有学生边说边将纯手工搓好的艾绒填入囊中,指尖的温热仿佛赋予了艾绒更强的生命力。当最后一个结实的绳结系好,一个个散发着清香的香囊便诞生了,它们或小巧玲珑,或造型别致,每一件都承载着学生的巧思与对传统文化的敬意。

除了香囊,艾草手工皂、养生锤、艾草枕等作品也陆续在学生手中诞生。梳理艾绒时需要耐心剔除杂质,编织养生锤的装饰绳时要讲究对称美观,缝制艾草枕时要确保填充均匀——这些看似简单的工序,实则是传统手工艺“精益求精”精神的生动实践。有学生感慨:“原来古人说的‘匠心’,就藏在一针一线、一揉一搓里。”

让艾草飘向更远的地方

为进一步深化艾草文化传承,学校组建了“本草香囊社团”,为热爱传统文

化的学生搭建了专属成长平台。社团成立之初,学生们便自主制定章程、规划活动,开启了系统化的学习与实践。

在老师的指导下,社团成员们结合中医药知识,研发出不同功效的艾草香囊:加入薄荷、金银花的“清凉驱蚊款”,搭配薰衣草、合欢花的“安神助眠款”,缀以朱砂、五彩绳的“祈福吉祥款”……他们还学习产品包装设计,用画笔在包装盒上绘制艾草纹样,撰写宣传文案,将“艾草驱邪祟,香囊纳百福”的美好寓意传递给更多人。通过校园微信公众号的推广、校园文创展的展示,学生们亲手制作的艾草作品不仅走进了其他班级,更被家长和社会各界关注,这缕艾香从校园飘向了更广阔的天地。

如今,艾草已成为莘县翰林学校独特的文化符号。从校园种植到手工制作,再到社团传承,艾草特色课程不断深化拓展,让学生在实践中感悟劳动的价值、体验文化的魅力。学校更将视野延伸至田间地头,引导学生认识更多中草药,让传统智慧更好地传承。