



新锐书院

XIN RUI SHU YUAN

重庆市涪陵第二十一中学校

“一群朝气蓬勃的阳光少年，他们利用课余和课后服务时间，在训练场有条不紊地开展橄榄球日常训练，深刻感受到了他们对体育的热爱。”

坚持主动作为，先行先试创平台。涪陵区文旅委与区教委共同打造“一校一品”体育项目，通过将优质体育资源引入具体学校，着力选树一批“叫得响、拿得出、做得亮”的体育特色基地校。2023年4月，涪陵二十一中抢抓“区队校办”机遇，积极争取项目落地，逐步投入相应人力、物力和财力，组建起一支英式7人制校园橄榄球队，成功将橄榄球这一小众项目引入校园且使之绽放勃勃生机，为体教融合发展探寻了一条新路子。

坚持人才先行，配强师资强基础。学校遴选在省级以上专业队参加过比赛且具有相关资质的优秀人才担任球队教练员，积极主导专、兼职师资团队常态化加强沟通交流、分享成果经验、多元互促发展，不断完善师资配备力量。在落实体育训练保障上，将体育训练计入课时工作量，为体育教师在评先树优、绩效考核中提供有效支撑，多措并举调动体育教师带队训练积极性。此项目还得到重庆市橄榄球队的大力支持，重庆市橄榄球队精心选派了优秀橄榄球专业教练执教并提供技术指导。

坚持问题导向，优化组合抓训练。为破解社会认知不足、体育项目学而不精等问题，学校在班级建制上进行大胆创新，以年级为单位将意愿投身体育训练的学生单独组班，由体育教练担任班主任。训练课程集中安排在“阳光体育”课间操、下午第三节课和课后服务时间，教学内容主要为包括橄榄球在内的竞技类项目。这样调整班级与课程编排，既注重了因材施教，又保证了参训时长。训练场上的传球、踢球、扑球，一次次擒抱、一次次达阵，学生专业素养稳步提升。

坚持贯通培养，打通壁垒建梯队。针对橄榄球这项运动，学校着力构建拔尖创新人才早期甄别、中期成长、后期升学贯通培养机制。一是筛选出对橄榄球运动有潜力、有兴趣的应届小学生，建立“种子库”，进校后重点培养。二是立足学校实际，以年级和性别为基础组建男女预备队，并建立升降淘汰级制度，保证队伍良性竞争、动态提升。三是重点关注运动员升学问题，学校与涪陵外国语学校及重庆主城区部分高中达成协议，让“潜力股”“苗子生”走专业发展之路。一年来，毕业队员达到国家一、二级运动员标准的共4人。

坚持以点带面，体教融合结硕果。橄榄球队的成立，如同一股强劲的东风，带动了学校体育工作的蓬勃发展，柔道、田径等体教融合项目纷纷落户学校，选修至少一门喜爱的体育项目成为学生的运动自觉。学校体育团参加涪陵区中学生田径运动会连续两届荣获团体第一名，男子橄榄球队首次参加市级比赛荣获第四名。在刚刚结束的2024年重庆市英式7人制橄榄球锦标赛中，学校橄榄球队又分获女子乙组第二名和男子乙组第五名的成绩。学校体育工作已在区域内产生较大影响。



立君子品 做高尚人

——基于学校兰桂文化的育人实践

重庆市涪陵第二十一中学校
代青春

重庆市涪陵第二十一中学校（以下简称“二十一中”）坐落于涪陵高新区兰桂路，所在地小地名为兰桂园，此前为一徐姓人家庄园。园主人为当地名士，颇有君子风范。他兴办私学，教育同族和附近异姓人家子弟。2016年，学校搬迁至此，遂确定以兰桂文化引领学校发展的文化强校方略。

学校以兰桂文化为精神引领、以君子文化为内核，形成办学理念体系。以培育君子品格为主线，建构课程体系、考核评价体系，探索君子养成教育与学科教学及各类活动的有效融合，形成具有原创性和辨识度的特色育人品牌。

一、以君子精神为魂，建构办学理念体系

办学理念是学校的教育理想和信念，是基于办学实践而形成的价值取向。我校以学校所在地的地名兰桂园为文化生长点，以兰桂文化内涵为指引，从优秀传统文化中寻找源头活水，建构办学理念体系。确立了“让每一位学生都获得成功，让每个家庭都充满希望”的核心理念；以“兰桂齐放，朵朵飘香”为校风，以“立君子品，做高尚人”为校训。

兰花、桂花都是君子之花，其品性芬芳高洁，因其独特的文化内涵，

成为二十一中人的精神标识。“立君子品，做高尚人”，是校训，更是学校的育人目标，“朵朵飘香”凝聚着“人皆可以成为尧舜”的价值追求。

“自强不息，厚德载物”是君子的精神气象，结合社会主义核心价值观及时代新人的要求，我们将君子品格进一步细分为：道德高尚、行为高雅、志存高远三个维度，由这三个维度入手对学生进行教育和培养。



评选出的100名兰桂君子在校训前合影