



点冰两周跳是杨霖齐的“绝活儿”。



夜间，广渠门中学的老师要对冰场进行清理、浇冰。



没上冰前，孩子们在草地上做适应训练。



要上冰了！孩子们一溜小跑儿奔向冰场。



广渠门中学的冰上运动一马当先

# 冰上雏鹰展翅飞

□本报记者 任洁/文 于佳/摄

“身子压低点！”“注意距离”……从周一到周五，每天从早到晚，广渠门中学的移动式冰场上总是热闹非凡。体育课上练的是冰上走动滑步；中午和放学后，校队和社团活动就练速滑和打冰球。虽然是在寒风刮过的室外，但一节训练课下来，每个学生的脸色都因运动变得红扑扑，洋溢着朝气，神情里透着兴奋。

作为北京市冰雪运动特色校，广渠门中学教育集团近年来积极推动冰雪运动进校园工作，通过举办冬奥知识讲座、培训体育教师、组建学生兴趣社团等方式，培养师生的冰雪运动技能，提高他们对冬奥知识的认识和兴趣。考虑到有轮滑基础的容易适应上冰活动，广渠门中学就将轮滑项目列为初一初二年级的选修课，还组织宏志班和冰雪社团去社会冰场上练习体验。

广渠门中学附属小学推广轮滑和旱地冰球项目的时更是追溯到八年前。据学校德育主任张丹介绍，附小把轮滑排入校本课程，一到六年级全部练习，在此基础上鼓励、选拔学生练习速滑，通过100%直升，为广渠门

中学输送冰雪项目人才。今年，校速滑队在北京市第一届冬奥会上取得初中组2000米接力第一名、四圈追逐和500米速滑第三名的佳绩。

今年11月东城区教委配发的移动式冰场启用后，广渠门中学开始在初一初二高一高二年级中普及冰上课程，每节体育课都安排一个班上冰，分成快、中、慢三个层次进行教学。学生的学习热情让体育教师马璐惊喜不已：他们只要一站上冰面就不愿出来，每次下课几乎要“轰”才走；有的“小胖墩”没有冰上基础，学完保护动作后还是多次摔倒，却戏称这是“滑得高兴，摔得痛快”。初一学生杨霖齐说自己特别喜欢滑冰，因为它让生活更加丰富多彩，能在校园里上冰滑行，是一件让人特别快乐的事。

广渠门中学校长助理张文革表示，到明年2月冰场结束周期使用时，全校1800名学生都能掌握上冰基本技能，筑梦冬奥。同时，学校将发挥龙头校的辐射带动作用，把移动式冰场向集团成员校和东崇前学区开放，供这些学校组织学生使用。



冰雪运动让广渠门中学的青少年感受到了快乐。



在老师的带领下孩子们开始练习。