

“AI 教练”上岗记

江山市城北小学推动智能设备从“好玩”走向“有用”

□本报记者 郭诗语

“老师,为什么屏幕里没有我的头像和名字?其他小朋友都有。”在一台墨绿色的智能设备前,一年级学生小丁着急地喊起来。体育教师郑晓伊闻声过来,牵起小丁的手,把他带到地面上画着圆圈的地方,然后告诉他:“记住这个标志,得站在这里,摄像头才能拍到你。”很快,设备传出提示音:“3、2、1,开始!”学生们甩起跳绳,在完成第一次甩绳后,屏幕随即跳出“+1”。

这是江山市城北小学一年级学生入学后的第一堂体育课。课上,郑晓伊给他们的第一个任务,就是认识一个“大玩具”——智能体育设备。“站在点位上,面对摄像头,屏幕上亮起你的脸,它就会记住你。以后运动前先‘刷脸’,它会帮你记录,还会告诉你哪里做错了,要改正。”郑晓伊耐心教学生们如何在设备上完成身份识别、看懂屏幕反馈,以及根据提示调整自己的动作。

高年级学生早已把这个“大玩具”当成了好朋友,都喊它“AI 教练”。去年,学校在操场和教学楼前的空地上陆续安装了6台大大小小的智能设备。跑步、立定跳远等田径项目以及跳绳、开合跳等体能项目,均可借助设备练习和测试。设备操作并不复杂,学生只需按照屏幕提示完成相应动作,系统就会即时反馈成绩,并通过逐帧分析,将学生动作与标准动作模型自动比对,标记出偏差较大的动作,学生可根据系统提示加以改进。长期下来,系统还会总结学生的运动情况并开出“运动处方”。

大课间,记者看到5名学生正对着智能设备同时做开合跳,随着他们的手脚一开一合,屏幕上的数字不停攀升。这期间,越来越多的学生加入进来,互相比赛,还连声说“真好玩”。

“AI 教练”只是为了让学生感到“好玩”吗?“我们希望给学生提

供一种全新的体育学习方式,懂得利用智能设备开展体育锻炼,纠正错误动作,让它们真正成为学生和教师的体育‘助教’。”校长赵峥峥说。

在二年级的一堂体育课上,一分钟跳绳训练开始了。哨声一响,学生们有的节奏轻快,绳子甩得呼呼生风;有的却磕磕绊绊,跳几下就得停下来重新甩绳。郑晓伊站在一旁,目光扫过一名学生。她注意到一名男生反复停绳,一分钟只跳了70多下。要是以前,她得在集体训练结束后,让这名学生重跳一遍,以此来发现问题出在哪。现在,她只需要从屏幕上调出他的慢动作回放,就能发现问题所在——手腕跳绳和起跳节奏配合度不够。于是,郑晓伊带着他进行“无绳模拟摇绳”的节奏练习,练了几组之后重新测试,这名学生停绳的次数明显减少,总数比第一次多了几十下。

而在高年级的体育课上,郑晓伊会引导学生通过智能设备自己发现问题。六年级学生刘馨媛在立定跳远训练中遇到了瓶颈,无论怎么用力,就是跳不远。智能设备显示了她的摆臂幅度和起跳角度数据,她反复对比对自己的动作与标准动作,终于发现,问题出在起跳时的摆臂上。“正确的姿势是下蹲蓄力时手臂往下摆,起跳瞬间往上甩,把身体带出去,我之前正好做反了。”恍然大悟的刘馨媛马上调整

动作。经过一段时间的训练,她跳远的距离从1.7米提升到了2.03米。

“以前课上给学生测50米跑,要赶紧慢慢赶,因为只能靠秒表,还不一定测得精准。有了智能设备后,省下了不少时间,学生成绩能实时显示,还有动作改进提示。学生自己就能看到问题在哪,我也能第一时间给出针对性指导,上课效率大大提升。”郑晓伊说。学校运动会上马上就要举行了,“最近,这些智能设备可‘忙’了,学生都主动‘找’它们去练习”。

记者了解到,这学期开学,衢州推出体能运动“日日行”活动,依托全市统一智能体育平台,打造校园、居家两大运动场景。学生在校可通过“智慧操场”“AI运动小站”等智能设备,完成跑、跳、蹲、撑、拉、伸六大类基础体能训练,设备会自动采集数据并上传;居家则由家长利用手机AI识别动作、记录运动过程。接下来,城北小学计划借助技术手段,将学校运动数据接入全市统一智能体育平台,与全市不同学校同年龄段学生的运动数据进行横向对比,从而了解学生在哪些项目上表现较好、哪些项目存在短板,并据此更有针对性地调整体育教育内容和训练重点。

记者手记

智能设备进入校园,对学生来说,它们或许首先意味着“新奇”:“机器能认出我,还能帮我数数、打分。”但当新鲜感慢慢褪去,技术真正留下来的价值才逐渐显现。从“看看机器有多好玩”到“看看自己还能怎么进步”,这才是智慧教育值得关注的地方。

技术进入校园,并不意味着多一块屏幕、几台设备就完成了“AI化”。真正的变化,发生在学生是否愿意使用它,教师是否能够读懂它提供的信息,又能否把这些信息转化为适合每一名学生的指导。

江山市城北小学的探索,实则是让技术与学生成长建立起连接点。在体育训练中,许多动作转瞬即逝,教师虽然能够凭经验判断,但是面对一个班几十名学生,很难同时捕捉每个人细微的差别。智能设备能把这些稍纵即逝的动作记录下来,让师生拥有了可以反复查看、分析的运动轨迹。如此,练习便不再只是一次次机械的重复,学生则更多了一份像闯关一样不断挑战自我的动力。



①图为大课间,学生在智能设备前练习开合跳。
②图为学生通过智能设备锻炼后,聚在一起查看结果。
(学校供图)

杭州市杭州中学：八少年并肩冲线致青春

本报讯(记者 杨倩 通讯员 叶贝妮)近日,杭州市杭州中学运动会赛场上出现热血一幕:在九年级男子200米短跑决赛中,8名少年携手冲过终点。

当天的200米短跑决赛原本竞争十分激烈,然而,在最后的直道冲刺阶段,跑在前面的选手开始减速并展开双臂,其他选手心领神会,纷纷靠拢。8名少年紧紧握住彼此的手,以几乎相同的速度共同冲过终点。随后,8名少年一同拍手,向场边的教师、同学、家长深深鞠躬,齐声道的“感谢杭中,感谢青春”,现场随即响起欢呼声与掌声。

“一起冲过终点是我们共同的想法。”参赛选手王骏铭说,“能站在这个赛道上,就是实力的证明。”原来,这8名少年已连续两年一同站上校运会短跑决赛的跑道,这是他们在初中阶段的最后一届校运会,希望用这样一种特别的方式,让每一个人都不留遗憾。

“这展现了杭中学子温暖团结、不计个人得失的精神风貌。”对少年们的选择,学校相关负责人表示理解,“学生们想表达‘冠军不属于一个人,而属于所有努力拼搏的人’的理念,用自己的行动诠释‘友谊第一,比赛第二’的体育精神”。

宁波市鄞州职业教育中心学校：退役机器成“无声讲师”

本报讯(通讯员 王亚达)车床边,两人并肩,一人摇尾座手轮顶紧工件,一人调刀架刻度对刀;铣床边,两人分工,一人摇工作台纵向手轮送料,一人调横向进给看铣刀……近日,宁波市鄞州职业教育中心学校匠迹园落成,近10台钻床、车床、铣床经过改造,有序陈列在草木之间,变身校园特色人文景观。

副校长陈建介绍,这些钻床、车床、铣床均是学校历年实训教学使用的老旧设备,因年代久远,原本计划作报废处理。“这些老机器见证了学校机械专业的发展历程,承载着几代职教人的记忆,所以我们选择‘变废为宝’,打造匠迹园,希望留存工业记忆,传承工匠精神。”

据悉,学校自2022年9月整体迁入云龙校区后,便系统布局校园匠心文化体系。在校园核心区域匠心广场上,主题雕塑《匠心之光》巍然矗立。而贯穿广场的匠心大道,则是以56块仿星光大道地面铭牌,镌刻下历届师生在全国技能大赛上的获奖荣光。匠迹园的建成,进一步补齐了学校工业历史文化展示板块,一“荣”一“迹”相呼应,把工匠精神物化于校园实体场景,让学生可看、可感、可思。

学校党委书记王建华向前来参观的学生阐释了匠迹园的建设初心,并寄语他们,要读懂这些老机器背后的奋斗故事,以先辈实训设备为镜,勤学技能、苦练本领,努力成长为新时代高素质技术技能人才。

金华市银湖小学：十岁成长礼上学生下厨做“百家宴”

本报讯(记者 杨倩 通讯员 陈恒蜜)“我带了番茄,有没有人带鸡蛋?”一个学生踮着脚,把一颗红彤彤的番茄举过头顶,喊了一嗓子,回应他的是好几双同时举起的小手。这是日前发生在金华市银湖小学“白小鹭大厨房”里的一幕。

记者了解到,“白小鹭大厨房”是校内劳动实践场所,学校开发了特色食育劳动课程,每学期都会结合各类节日开展活动,以培养学生的劳动习惯与生活技能。当天,三(5)班学生要在这里完成一项特殊的劳动实践:每个学生从家中带来一样新鲜食材,大家合力制作一桌“百家宴”,庆祝十岁成长礼。

清洗区里,几个女生挽起袖子,一遍遍搓洗青菜和木耳;切配区里,有的学生小心翼翼地土豆切成滚刀块,有的学生用刀拍碎黄瓜,再与蒜末、醋、香油拌在一起,瞬间香气四溢。“来,锅热了,先炒鸡蛋!”在家长志愿者的招呼下,学生钱安琪赶紧把打好的蛋液淋入锅中。另一口灶上,学生徐钰亮正把可乐倒进烧鸡翅的锅里,家长在一旁提醒:“火要小一点,慢慢炖。”除了热菜,学生们还尝试揉面、压模,制作绿豆糕。“我做的是贝壳形状。”“我的有桂花味。”很快,盘子里就摆满了一块块绿豆糕。

番茄炒蛋、炒三丁、虾仁炒木耳、可乐鸡翅……随着菜肴陆续上桌,生日歌响了起来。点亮蜡烛的那一刻,前一秒还叽叽喳喳的学生们忽然安静下来,闭上眼睛,默默许下自己的十岁成长愿望。

“和全班同学一起劳动,这样热闹温暖的集体生日,我会一直记在心里。”“大家都喜欢我做的番茄炒蛋,太开心了!”……活动结束后,学生们互相分享感受。家长徐菲说,当孩子端来自己做的菜请她品尝时,“心里十分感动,以前总觉得他还小,今天真切地感受到了他的成长”。

护眼不马虎

第12个全国近视防控宣传教育月期间,湖州市凤凰小学开展了系列护眼活动。学校不仅联合专业眼科机构对全体学生开展视力筛查,还举行眼保健操比赛,规范学生按揉穴位与坐姿,并由教师、校医和学生“护眼小标兵”共同打分。图为在眼保健操比赛过程中,“护眼小标兵”认真评判动作是否标准。

(本报通讯员 沈冰洁 摄)

一曲《琵琶行》,双师同台“演”

□本报记者 王楠

在台州市启超中学教学楼的走廊上,高一学生余轩正边走边哼唱“大弦嘈嘈如急雨”,谁知身旁路过的一名同学抢在他哼下一句前迅速接上“小弦切切如私语”,调子合得刚刚好。

最近两周,校园里经常上演类似的接唱场景。原来,在9月17日的一堂语文课上,语文教师王靖淇和音乐教师汪真鹏双双拎着琴盒走进高一(1)班,随后各自取出琴盒中的小提琴和吉他,通过合奏向学生们呈现了白居易的《琵琶行》。学生们听得入了迷,不少人还翻开语文书,跟着

旋律吟诵起诗句来。

这并非一场精心排练的表演。课前,两位教师在音乐教室里随手拨弄乐器,闲中寄兴。王靖淇突然说:“学生们说《琵琶行》太长,不容易记住,要不下节课我们到班里合奏《琵琶行》,看能不能通过音乐帮助他们理解课文?”汪真鹏点头:“吉他与小提琴的音色能相互融合,可以试试。”趁着还没上课,两位教师尝试合奏了几遍。“小提琴的音色更明亮,可以放慢点节奏,这样更契合这首诗的意境。”汪真鹏建议。

课上,王靖淇用小提琴跳弓模拟“大珠小珠落玉盘”的清亮质感,汪真

鹏则用吉他演绎“嘈嘈如急雨”的颗粒感。演奏完,王靖淇一边给学生讲解,“全诗有20余处描摹乐音的内容,将听觉、视觉与触觉融为一体”,一边让学生尝试跟着乐曲朗读诗句。“琴声消散处,才懂‘江州司马青衫湿’那份无处排遣的压抑。”学生李星雨感慨道。

课后,两位教师合奏的教学视频一经发布便在网络迅速走红,许多网友感叹“哼着哼着就背出了全文”。对此,王靖淇表示,这只是一次教学尝试,“《琵琶行》本身有很强的音乐性,适合用旋律还原诗歌里的场景,有学生课后和我说,哼唱比死记硬背强多了。希望他们能通过音乐真正

理解作者写诗时的情感,愿意走近经典,感受经典的魅力”。

10月10日,两位教师再度合作,借用多数学生熟悉的国风歌曲《锦鲤抄》和《知否知否》的旋律,重新演绎了李清照的《声声慢·寻寻觅觅》。汪真鹏告诉记者,他们计划将这一“语文+音乐”的模式常态化,“我和语文老师商量,还可以借气势雄浑的流行歌曲《曹操》来导入怀古散文,用自带故事感的国风歌曲《沈园外》衔接陆游的名篇《钗头凤》”。他还说,会参考一些网友的建议,尝试把主动权交到学生手中,让学生参与创作和演唱,在体验中加深对古诗文的理解。



9月30日至10月6日,2026年第十四届全国体育传统项目学校联赛排球项目(高中女子组)比赛在福建举行。温州第二高级中学女排一路挺进决赛,最终以3:1战胜对手夺冠。据悉,学校于2024年、2025年连续两年获得该赛事亚军,并于今年5月摘得全国中学生排球锦标赛桂冠。这两项冠军创下浙江高中女子排球新纪录。图为队员们在赛场上拼搏。

(本报通讯员 张家强 摄)