

看见义乌



义乌三中武术训练

义乌三中足球训练

近日,教育部召开深入落实“健康第一”工作部署会,强调要坚持“健康第一”理念,让每一位学生“身上有汗,眼里有光”。连日来,记者走访义乌多所学校,感受各校特色体育项目的蓬勃开展。义乌三中的武术馆内,学生们凝神静气地练习太极拳,一招一式虽缓,眼神却格外专注;义乌二中的绿茵场上,足球队员们正在练习绕杆射门;稠江中学的排球馆里,队员们两人一组互相传球,动作干净利落;江滨小学的空地上,彩绳翻飞,学生们像轻盈的燕子穿梭其间;苏溪镇西山下小学的舞蹈房里,啦啦操队员们对着镜子反复练习同一个动作,依旧精神饱满。在义乌这片体教融合的热土上,“身上有汗,眼里有光”正成为越来越多学生的日常写照。

身上有汗 眼里有光

义乌体教融合激活成长“双引擎”

以汗水为墨 绘少年精神模样

“慢慢来,重心下沉,注意呼吸的节奏。”在义乌三中武术馆内,教练孟祥飞的声音温和而沉稳。二十余名学生正跟着他练习二十四式太极拳。在他的指导下,学生们变换动作,手臂轻柔舒展。“太极拳可以修身养性,也能让学生在锻炼中缓解一部分学习压力。”孟祥飞告诉记者,武术作为义乌三中的特色项目,不仅有专业校队,还开设面向全体学生的武术选修课,常常一课难求。针对零基础的学生,学校从二十四式太极拳教起,一个学期下来,期末考试考核整套拳法。“别看一套太极拳只有24个动作,要真正打好并不容易。”孟祥飞说,“要手脚协调,呼吸配合,这些对零基础的学生来说,不仅是对身体的锻炼,更是对专注力的考验。”

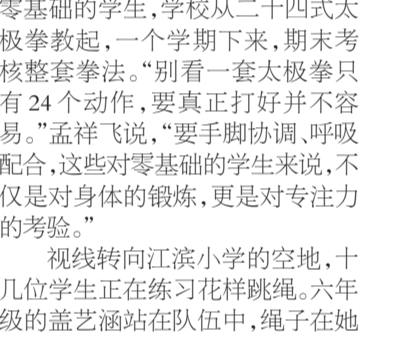
视线转向江滨小学的空地,十几位学生正在练习花样跳绳。六年级的盖艺涵站在队伍中,绳子在她

手中翻飞,缠绕、跳跃,动作一气呵成。这个当初觉得跳绳“枯燥”的女孩,如今已是校队主力。“我一开始以为跳绳只能跳速度,后来发现跳绳还能玩出那么多花样。”从单摇、双摇,到绳中绳、四角绳,盖艺涵如数家珍:“我第一次练的时候,绳子打在身上很疼,现在熟练了就觉得很有趣。”江滨小学体育教师戴燕君告诉记者,学校从2021年起把花样跳绳作为学校特色项目推广。“我们学校场地小,硬地板多,其他运动不好开展,跳绳则刚好。从最基础的单摇开始,现在三年级以上学生基本能完成双摇跳绳,学生的身体素质也有所提升。”

西山下小学



义乌三中学生参加省运会武术比赛

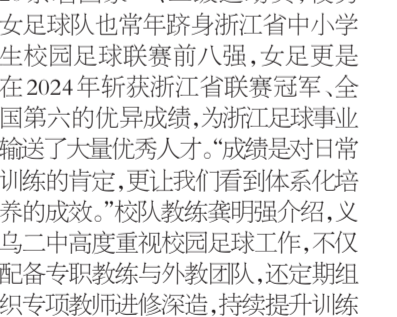


西山下小学在市首届小学生啦啦操比赛中表现抢眼

特色体育项目的价值,不止于强身健体。对那些走上专业道路的学生来说,体育是一扇通往更广阔世界的大门;而对更多学生而言,体育是发现自己、塑造自己的重要途径。校园足球正成为义乌体教融合的一张“亮丽名片”。在刚刚落幕的2026金华市“八婺同心杯”足球超级联赛中,义乌队成功夺冠,而这支冠军队中超过60%的球员曾就读或正就读于义乌二中,塞尔维亚籍主教练ZORAN正是二中队的主教练。此次比赛中,义乌二中学子杨浩哲、赵子豪凭借优异表现,分别荣膺“金球奖”和“金手套最佳门将”称号。这份成绩的取得,离不开学校“体育向上、文化向善、艺术尚”的特色发展理念。作为全国首批教育部“满天星”训练营基地校,义乌二中多年来深耕校园足球,已培养20余名国家一级、二级运动员,校男女足球队也常年跻身浙江省中小学生校园足球联赛前八强,女足更是在2024年斩获浙江省联赛冠军、全国第六的优异成绩,为浙江足球事业输送了大量优秀人才。“成绩是对日常训练的肯定,更让我们看到系统化培养的成效。”校队教练龚明强介绍,义乌二中高度重视校园足球工作,不仅配备专职教练与外教团队,还定期组织专项教师进修深造,持续提升训练水平。在训练体系上,学校以“五个落实”为抓手,构建起三级训练体系,为队员的全面成长保驾护航。与此同时,人工草坪足球场、笼式足球场及体能训练房等设施一应俱全,不断为学校

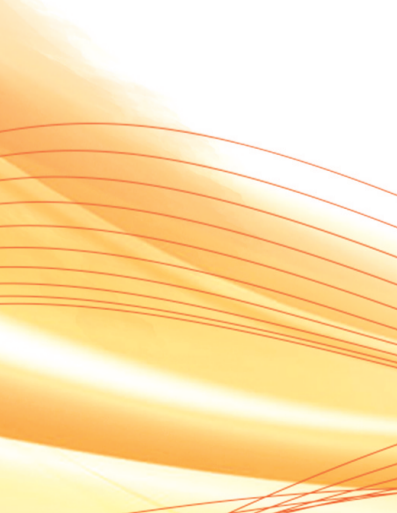
足球的发展筑牢根基。义乌三中武术队成立于2015年,十年来已培养出70余名国家一级、二级运动员。学校为武术生配备优秀教练,创设更好的训练环境,以制度保障、以评奖激励,全面助力成长,输送了一大批队员到浙江大学、北京体育大学等高校深造,为学生们开辟了一条多元发展的升学通道。与此同时,比奖牌更重要的,是武术带给每个学生的改变。“武术能让学生们强身健体,更有毅力。”教练孟祥飞说,“更重要的是,希望通过武术,能让他们学会坚持,学会在困难面前不放弃。”这份成长,在学生朱景诚身上得到了生动印证。儿时因体弱,父母想让他通过习武强身健体,这一练就是十几年。如今,他不仅身体素质越来越好,更因武术特长登上了更大的舞台。今年总台春晚义乌分会场上,朱景诚和吴林翼、洪梓铭一起扮演义乌兵,向全国观众展示了义乌少年的风采。“以前从来没想到,小时候为了锻炼身体才学的武术,能带我走到这么大的舞台。”朱景诚说。

同样的故事也在稠江中学上演。据稠江中学排球教练龚英杰介



江滨小学花样跳绳训练

绍,学校排球队有40余人,训练体系完善。“我们每个月都有比赛安排,赛程很紧。去年我们刚拿了浙江省中学生排球锦标赛冠军,今年还有省运会任务。”在他看来,密集的赛事既是压力也是动力,能让队员们在实战中快速成长。队员商娜从小学六年级开始接触排球,如今已是国家二级运动员。谈及排球带来的改变,她说:“排球对我来说,已经成了生活的一部分。以前我遇到困难容易着急,如今在排球场上练出来了,比分落后也要一分分追,学习上遇到困难也是这样,沉下心来总能找到办法。”正是这样日复一日的坚持,让一批批学子从校园走向更广阔的赛场。在第十五届全国运动会上,从稠江中学走出的排球少年叶首君与陈奕帆,分别助力浙江队摘得U20与U18组别桂冠,站上了全运会冠军的领奖台。



义乌二中跑操

景象。啦啦操队员们正对着镜子,一遍遍抠动作,不断优化队形,直到整齐划一。“我们每周一到周四都有训练,但我有时记不住动作,就找同学一起练习,互相提醒。”学生王梦琪说,“如今我和大家配合得越来越默契,感觉很开心。”学校体育老师王佳磊介绍,啦啦操项目始于2023年,是学校根据自身实际确立的特色体育项目。找准方向,师生们便铆足了劲投入训练。短短两年间,这支队伍便崭露头角:2024年义乌市首届小学生啦啦操比赛中,西山下小学在花球、街舞类目中均获一等奖,此后更是在市级健美操(啦啦操)锦标赛中接连斩获佳绩。“我们的学生走上舞台后,眼神更亮了,精气神都提起来了。”王佳磊说。

从舞蹈房到赛场,啦啦操让这些孩子看见了更广阔的世界,也让他们看见了自己闪闪发光的模样。



稠江中学排球训练

普惠,是义乌各校特色体育项目的共同底色,“人人参与、人人受益”是每一所学校的育人追求。作为浙江省体育特色学校、全国学校体育工作示范校,稠江中学始终秉承“人人排球”的特色教育理念,形成独特的校园排球文化。在这里,人人都会打排球,人人都懂排球知识,人人都能在运动中收获健康与快乐。学校要求初中三个年级均开设排球课程,采用递进式教学:初一阶段重点学习基本垫球技术,初二逐步增加传球、发球等技能,初三则融入扣球、战术配合等进阶内容。每天的大课间,全校学生共同参与自编的排球操,新版本还将排球比赛的裁判手势融入其中,让学生在运动中掌握专业知识。在教练龚英杰看来,普及的意义不仅在于当下,更在于为学生长远发展筑牢基础。“我们希望从稠江中学走出去的学生,都能带着这项技能进入更高的平台。”正是这种面向全员的普惠理念,让顽强的排球精神成为稠江中学每位学生的成长底色。江滨小学的“全员跳绳”同样令人惊叹。全校805名学生,人人会跳绳,学校构建了“课程普及+社团提升+赛事驱动”的育人模式:每周的体育课有跳绳专项内容,大课间全员参与花样绳操,课后托管开设精品社团活动课程以满足提升需求。每年四月举办的一年一度跳绳专项运动会已连续开展六届,比赛项目涵盖一分钟单摇、双摇、双人跳、集体长绳等,也是全员参与。“学校开展花样跳绳项目以来,学生的体质健康优秀率目前已达到80%以上。”体育教师戴燕君说。更难能的是,跳绳运动还从学校延伸到了家庭。学校附近的小区里,经常能看到学生们在空地上跳绳,爷爷奶奶拿着手机帮忙打卡,成为社区里一道跃动的风景线。



义乌市首届小学生啦啦操比赛中表现抢眼

以普惠为基 让体育阳光洒满校园

与此同时,义乌二中的特色足球虽以校队为见,但同样在“人人参与”上下足功夫。学校通过常态化开展“阳光体育,快乐足球”等系列活动,将足球文化融入校园日常。通过“玩足球、画足球、讲足球、舞足球、赛足球”等形式多样的活动,营造浓厚的足球文化氛围。从2013年推广足球运动至今,义乌二中已从兴趣班起步,成长为拥有专职教练、外教团队和一流场地设施的足球特色校。在这里,足球不只是一支校队的荣耀,更成为浸润整个校园的体育力量,真正实现了“以球健体、以球育人”。

这些探索的背后,是义乌多年来对体教融合的持续深耕。近年来,义乌各校以“月月有赛事”推进“人人好运动”,布局武术、排球、足球、攀岩等特色项目,建成市级体育特色布点校112所。从传统武术的刚柔并济,到校园足球的激情飞扬;从“人人排球”的普惠理念,花样跳绳的灵动翻飞,到啦啦操的热情奔放,义乌正用“普及+特色”的深耕细作,让每位学生都能找到属于自己的赛道,在汗水中淬炼光芒,在运动中收获成长。

全媒体记者 魏佳佳 文/图

“人文上溪”精品线 入选省级必游榜

全媒体记者 何彦婕/文 王倬杰/摄

本报讯 近日,省交通运输厅联合省文化广电和旅游局发布了“跟着交通去旅行”必游榜,涵盖“环浙骑游”“自驾游浙江”“泛舟浙里”三大榜单,共评选出33条全省特色线路。其中,上溪镇“人文上溪”精品线入选“环浙骑游”榜单。“人文上溪”精品线,途经上溪镇30多个村庄,全长30余公里,融合自然山水与人文景观,兼具生态观光与运动休闲功能。沿线规划了驿站、湿地公园、观景平台、文创中心、沿湖绿道、骑行慢车道等50余处景观节点及各类配套附属设施,为游客提供了丰富的游览体验和便捷的服务保障。

其中,环岩口湖骑行路线是亮点之一。岩口湖碧波荡漾,在春季骑行过程中,骑行者可

穿梭于成片的桃花林之间,营造出“车在画中行,人在花间游”的意境。同时,爬坡赛道的设置难度适中,兼顾骑行挑战与观赏性,吸引众多骑行爱好者纷纷前来打卡。

2024年和2025年举办的骑行赛事,均吸引大量国内外选手、游客参与。其中,2025年春季活动期间,上溪镇累计吸引游客超50万人次,其中自行车爬坡邀请赛单日流量达3.5万人次。凭借独特的自然风光与科学的赛道规划,该路线还成功入选2025年“中国骑行地图”百条精品骑行路线。

随着骑行热潮持续升温,这条精品线也迎来了更广阔的国际舞台。3月29日,2026“一带一路”国家驻华使节自行车系列赛(义乌站)将在上溪开赛。届时,作为此系列赛的首站地,也将进一步助推“人文上溪”走向全国、联通世界。



来自全国各地的自行车爬坡赛选手在桃林中骑行(资料图)

市博物馆启动 2026年度藏品征集活动

全媒体记者 傅柏琳

本报讯 日前,义乌市博物馆2026年度藏品征集活动启动,面向社会公开征集各类商贸文化相关文物、实物及文献资料。

本次征集范围覆盖三大板块,全方位征集关于历代商贸文化、义乌小商品市场发展历程的藏品。在中国古代商贸文化征集领域,主要围绕反映中国古代货币、市场管理牌、摆摊用具等;义乌本地及外来小商品与生产工具,早期小作坊生产的服装、五金、饰品等品类产品;义博会等展会的照片、纪念品、奖牌,以及反映义乌国际贸易的外商生活物品、全球销售影像,还有电商发展相关的青岩刘村创业物证、物流行业发展器物等。同时,市博物馆将同步征集义乌小商品市场变迁、新老义乌人创业奋斗等相关故事,以文字、声音、影像等形式记录留存。

在征集方式上,市博物馆将通过调拨、捐赠、移交、购买四种途径开展征集工作。其中,接受捐赠将为捐赠者颁发捐赠证书或收藏证书,购买环节将严格遵循国家法律法规,由专家鉴定估价后签订协议执行。咨询电话0579-85540405、0579-85540824。

赤岸镇雅治街村 举办全民趣味运动会



文化礼堂里的趣味拔河赛

全媒体记者 王佳丽 文/图

本报讯 近日,赤岸镇雅治街村文化礼堂热闹非凡,一场以“凝聚全民力量·共建和美乡村”为主题的全民趣味运动会欢乐上演,大家在欢声笑语中共享运动乐趣、共叙邻里情谊。本次活动精心设置了花球炫舞绕柱、集体拔河赛等比赛项目,集趣味性、协作性与竞技

性于一体。无论是活泼好动的孩童,还是精神矍铄的长者,都能在赛场上找到属于自己的舞台。比赛现场,参赛选手们精神饱满,配合默契,展现出新时代农民积极向上、团结奋进的精神风貌。场边,观众的助威声、欢呼声此起彼伏,汇聚成欢乐的海洋。

此次趣味运动会也进一步拉近了邻里距离,增强了乡村的凝聚力与向心力。