

新增六个全能项目 调整投掷项目的器材重量

2026 宁波中学生田径锦标赛有三大变化

3月31日,2026年宁波市中学生田径锦标赛在奉化中学拉开帷幕。来自全市各地的中学生运动健儿齐聚一堂,在红色跑道与绿色赛场间,共绘宁波校园体育的活力画卷。

据了解,本次赛事汇聚了运动员和教练员1000多人,来自全市22所普高、11所职高和区(县、市)及直属初中13个代表队。其中运动员800多人,分初中、普高、职高男女6个组别,在为期4天的角逐中,向78枚金牌发起冲击。

□现代金报|甬派 记者 王伟 通讯员 戴建波



运动会现场。 通讯员供图

作为今年宁波校园体育的其中一项重头戏,本届赛事在传承往届优良传统的基础上,呈现出三大变化。

一是项目设置更丰富,新增6个全能项目,进一步考验运动员的综合运动能力与全面素质,为田径赛事注入更多看点与挑战;

二是器材标准更规范,铁饼、铅球和标枪等投掷项目的器材重量有所调整,精准对标省级运动会,助力选手提前适应高规格赛事要求,也因此,这几个项目的冠军成绩,就是新纪录的创造者;

三是计分规则更科学,接力项目得分调整为单人运动的双倍分数,强化团队协作的价值,鼓励各代表队凝聚合力、默契配合,让集体荣誉在赛场上

熠熠生辉。

开幕式上,参赛队伍精神抖擞、充分展现了宁波中学生昂扬向上、奋勇争先的精神风貌。由奉化中学生带来的舞龙、舞狮、足球、啦啦操和武术等团体表演赢得阵阵喝彩。

径赛赛道上,随着发令枪响,选手们全力冲刺;田赛场地中,跳远健儿助跑、踏跳,然后奋力跳起;投掷项目里,选手们凝神聚力、奋力一掷,铅球、标枪在空中划出一道道弧线。

截至4月2日记者发稿时,2026宁波市中学生田径锦标赛尚在进行中,期待运动员们在赛场上取得好成绩,并激励更多学子走出教室、走向操场,在运动中强健体魄、磨炼意志。

去!逛“安全教育超市”

本报讯(现代金报|甬派 记者 王伟)3月30日,第31个全国中小学生安全教育日如约而至。当天的宁波市李惠利中学成为热闹的“校园安全教育超市”,公安、消防、交警、检察院、红十字会、市场监管等多个职能部门工作人员走进校园设立宣传展位,带来反诈禁毒、交通出行、消防逃生、食品安全等十多个实践体验项目,让高一、高二学生在沉浸式互动中学习安全知识、掌握防护技能。

不同于传统的说教式安全教育,“校园安全教育超市”以“菜单式供给、沉浸式体验”为核心,统筹多方力量,将抽象的安全知识转化为可触摸、可操作、可体验的实践项目,让学生从“被动听”变为“主动学”。

活动现场,十多个特色展位在不同区域依次排开,每个展位都配备了专业人员讲解和实操道具,吸引着学生们有序排队、踊跃参与。

在禁毒宣传区,不仅有传统毒品、合成毒品、新型毒品及易被滥用的麻醉药品展示,还有“AI与你聊禁毒知识”互动环节;在反电信网络诈骗和网络安全宣传区,民警结合典型案例讲解诈骗套路防范技巧,引导学生文明上网、安全用网;出入境安全点位以情景模拟的方式提醒大家出入境安全。巡特警装甲车“剑齿虎”展示和缉毒犬搜毒表演,更是赢得了学生们的阵阵喝彩。

活动现场还设置了集章挑战环节,学生参与体验、完成互动即可获得印章,集到一定数量的印章就能兑换安全小礼品,进一步激发了大家的参与热情。高二学生刘欣怡说:“学到了安全知识,还兑换了喜欢的玩偶,很开心。”

“我们还自2024年起持续开展校园安全教育超市特色活动,把安全知识、防护技能转化为‘自选式’体验项目,让学生自主选择、沉浸式学习,把‘要我安全’变成‘我要安全、我会安全’。”该校党委书记谢映丽介绍,“校园安全教育超市”既是学校特色品牌,也是家校社协同育人的实践载体。

走!去油菜田“捕春”

本报讯(现代金报|甬派 记者 张志龙 通讯员 洋倩倩)“快看呀,我们的捕春网捕到春天啦!”“金黄的油菜花、嫩绿的小草,都装进我们的网里咯!”3月26日,象山新桥千亩油菜花海中出现了一群可爱的身影,他们手持自己制作的“捕春网”,穿梭在花田小径间,捕捉春日的痕迹。他们就是来自象山县新桥学校编织社团的孩子们。

正值春日,编织社团的孩子们动手用彩绳、竹框、透明纱网,精心制作专属“捕春网”,带着满心欢喜走进新桥油菜花地,开展“捕春”实践活动。孩子们不采摘花朵、不破坏草木,只捕捉飘落的花瓣、轻盈的柳絮等,将春日的气息小心翼翼装进网中,定格专属新桥的春日记忆。

“我们用自己做的捕春网,把新桥的春天装起来,既能欣赏美丽的油菜花,又能感受大自然的神奇,太开心啦!”401班学生叶文静举着装满花瓣的捕春网,脸上洋溢着灿烂的笑容。

据了解,新桥学校多年来一直致力于乡土课程建设,依托新桥的田园风光与生态资源,开展各类户外实践活动,让孩子们走出课堂、亲近自然。校长吴伟说:“在人与自然、人与社会的和谐内生发展中,努力让学校成为学生、教师、学校一起向未来生长的温暖家园,是所有老师日复一日的坚守。此次活动,正是将乡土教育与自然教育相结合,让孩子们在实践中感受家乡之美,培养热爱自然、热爱家乡的真挚情感。”

校园里的“文化博览会”

3月27日,江北区甬江实验学校第五届“文润乡邦,英传佳节”汉文化节暨英语节圆满落幕。这场为期一个月的校园文化节,以跨学科融合为特色,以“双乡文化共生”为核心,让全校学生化身“家乡文化大使”,在沉浸式体验中实现“讲好家乡故事、讲好中国故事”的成长目标,用双语搭建起文化传承与国际传播的桥梁。

□现代金报|甬派 记者 马亭亭

文化节期间,校园俨然成为一座微型“民俗文化博览园”。安徽的黄山烧饼、江苏的桂花糕、河南的胡辣汤、山东的煎饼、浙江的宁波汤圆、湖南的臭豆腐、四川的糖油果子、江西的米糕……一道道家乡美食摆满展台,均由学生从家中带来或亲手制作,每样美食都搭配中英文双语介绍牌。

器物展示区同样琳琅满目:河南的唐三彩摆件、山东的风筝、浙江的青瓷、四川的竹编、安徽的宣纸……这些展品或是学生家中的“传家宝”,或是学生利用美术课时间亲手制作。

据介绍,本次活动以“语文+英语”双牵头,联动历史、地理、美术、音乐等多学科设计活动内容,实现了“在体验中学习、在实践中成长”的全学科育人目标。

四大传统节日主题摊位设置了分层互动任务。一、二年级学生完成节日单词认读即可打卡,三、四年级学生背诵相关诗词获得印章,五、六年级学生对比不同地域节日习俗差异,七、八年级学生



学生们身着汉服游园。受访者供图

则需要完成节日文化英文解说稿。现场,不少学生手持活动“护照”,在各个摊位间穿梭挑战,集满印章可兑换主题纪念品。

操场上的“天然大舞台”设置了两场展演,不同年龄段的学生都有展示自我的机会,诗歌朗诵《我的南方北方》等,都让师生连连称赞。

该校副校长王静静介绍,作为一所随迁子女为主要生源的学校,学校始终将“文化认同培育”作为育人核心。本次活动特意设计了“家乡文化+在地文化”双融合的内容体系,既鼓励学生展示原籍家乡的文化特色,也引导他们深入了解宁波本地的民俗传统,让每个孩子都成为家乡文化的展示者、传播者,学生们的参与热情特别高。