

“三走”体育锻炼 走进山科学子心中

□ 记者 韩洪烁 通讯员 李之鹏

二九寒天,青春的笑脸弥漫在校园里。为使“三走”更好地融入校园生活,学校依托各级团组织、宿舍、社团,通过线上、线下系列活动积极推进学生走下网络,走出宿舍,走向操场,让学生在“三走”系列活动中“动”起来、“忙”起来、“学”起来。

据统计,2018年我校“三走”活动学生参与人数达31800人次,同比增长18%。这一年,校团委创新思路,开创“三走”新方式,为学生打造喜闻乐行的体育运动平台,取得了良好效果。

1 “三走”体育锻炼让学生“动”起来

细数2018年的“三走”活动,3月中旬,历时半个月的大学生足球赛展开角逐;5月,大学生排球赛吸引了不少学生驻足观看;6月上旬,大学生乒乓球比赛精彩上演;10月初,大学生班级与班级之间的篮球友谊赛全面开赛;11月中旬,大学生羽毛球比赛拉开帷幕……

2018年以来,在山东科技大学校园,一幅幅充满勃勃生机的运动场景不时映入眼帘。自2018年的“三走”活动启动以来,学校在大学生群体中广泛开展“三走”体育锻炼活动,通过举办一系列的体育竞技活动,鼓励引导大学生“走下网络,走出宿舍,走向操场”。就像前不久,我校学生会举办了红色之旅党史主题系列趣味活动,吸引广大科大学子参与校园体育活动。

浓厚的体育锻炼氛围,让许多学生真正“动”起来了。围绕“三走”活动,各学院先后开展了篮球赛、足球赛、排球赛、乒乓球赛等比赛,受到广大青年学生的欢迎,越来越多的同学参与其中。艺术学院孙付彬同学高兴地说,“以前和室友都喜欢在寝室上网,缺少锻炼,体验不到运动的快乐,参加了学校和学院组织的体育活动,真正感受到了运动之美、运动之乐,为了有一个健康的体魄,将积极参加更多的体育活动中”。

初冬时节的第十九届男子篮球赛决赛正赶上寒流,但寒冷的天气丝毫没有影响山科学子的热情。各个学院的篮球运动员提前两个月就加紧训练,只为争得更好的成绩。比赛场上,队员们挥汗如雨,观战的同学也纷纷去加油助威。



全校最火爆、最受欢迎的比赛当属全明星篮球赛了,同学们进行投票选出自己心目中两名“明星”篮球运动员做队长,由两名队长分别在全校范围内自行组队参赛,让比赛真正成为大学生喜闻乐见的运动。

据悉,校团委打造篮、足、排“三大球”和网、羽、乒“三小球”六大重点体育赛事。年均开展大学生篮球赛、大学生足球赛、大学生羽毛球比赛等216场次,参与学生4300余人次;举办诸如科大“吉尼斯”“晨跑接力,我在行动”健身风暴、趣味运动会等学生喜爱度高、参与性强的普及类体育健身活动,参与学生达8800余人次。不仅如此,全校有体育类社团21个,常常会组织一些诸如台球赛、羽毛球赛等体育运动类活动,让“走下网络,走出宿舍,走向操场”不再是一句口号,而真正落在实处。

2 “三走”多彩活动让学生“忙”起来

校团委、校学生会以“三走”主题系列活动丰富大学生的校园生活。学生生活或校园中随处可见的社团趣味活动吸引众多学生踊跃参与其中,同样的时间,熟悉的旋律,越来越多的学生“忙”了起来。2018年山东科技大学冬季越野赛,不仅加强了同学们的冬季长跑锻炼,全面提升了身体素质,同时推动了学校阳光体育锻炼的热潮。

王坦同学说道:“一到冬天,就和舍友缩在被窝里打游戏,现在有了这么一个机会,让我们一起享受运动的快乐,感觉身心状态都轻松了很多。”“很高兴”



可以有这样一个锻炼自己的机会,不仅提升了自己的能力,还能体会到运动带来的无限魅力。”

科大学子们在自己的校园体育活动中释放学习压力,展现了年轻魅力,一扫往日“宅男宅女”形象,告别“电脑控”。多彩地“三走”活动还有效地促进了学生们的“线下交往”,增进了彼此的感情,也让整个校园充满浓郁的青春朝气。

此外,各学院团委还充分发挥学院学生社团的影响力,积极开展以交谊舞、跆拳道、武术、啦啦操、悠悠球等内容的“三走”主题社团活动,让学生们在活动中自发践行“三走精神”,描绘精彩的青春。



近日,学校学生会体育部举办了第十九届篮球宝贝啦啦操大赛。在决赛上,充满创意的啦啦操表演令人耳目一新,参赛选手的表演精彩纷呈,热情如火……欢快明朗的气氛让大赛现场成为一个青春闪亮的舞台。现场同学纷纷表示,这次比赛丰富了同学们的课余生活,也为有这方面才能的同学提供了展示自我和相互交流的平台。

该活动负责人陈灼同学表示,该活动全方位、多角度在全校范围内掀起一股热舞浪潮,丰富了校园文化生活,是践行“三走”系列活动的重要组成部分,是发挥学生社团在“三走”及校园文化活动中主体作用的重要实践。

据了解,学校依托“三大三小,竞参互补”体系框架,倾力打造“活力校园”,年均举办校、院两级“走下网络,走出宿舍,走向操场”大学生主题课外体育锻炼活动1240余项,吸引了27000余人次参与体育锻炼,各种体育活动遍地开花,“三走”成为学生课余生活不可缺少的一部分。

3 “三走”别样课堂 让学生“学”起来

将“红色”与“三走”相结合,把红色文化元素融入体育竞赛的组织形式之中,在“红色三走”的实施过程中,不断挖掘新时期校园红色文化的精神特质,把红色文化的教育与当代大学生社会主义核心价值观教育联系起来,让学生在活动中不仅仅锻炼了身体,提高了身体素质,同时在上好第一课堂之余获得了更多的知识。

学校举办的红色“三走”之“初心不改,矢志不渝—纪念改革开放40周年”主题健身活动,作为一个大型群众性体育活动,全校同学都积极参与,各院进行了激烈而有趣的比赛。无论是参赛选手还是现场观众,都在有趣的游戏中体验到了改革开放的峥嵘岁月,感悟到了改革开放的时代精神。在此过程中,有合作也有竞争,参训同学互相鼓励、互相包容。该活动相关负责人陈伟玥表示,此次趣味主题活动的开展,不仅是对“三走”体育锻炼活动的响应,重要的是使广大学生干部学到如何更好地组织活动、如何更好地促使更多的学生参与到学院的活动中来,使广大学生在活动中受益成长。

学校组织开展“重走建国路”“重走改革路”“重走复兴路”系列主题趣味体育活动,将党和国家重要历史知识融入趣味活动环节中。其中“重走建国路”活动以中国共产党发展历史进程为主线,设计了“红船会议”“北伐烟起”“八一记忆”“长征转移”“抗战风云”“开国大典”六个活动站点,在每个站点设置党史知识墙,学生在阅读完知识墙并回答相应题目之后进行相应的趣味活动,以体育为手段,以活动为依托,让学生们在参与中锻炼了身体,获取了知识,达到了寓教于体的效果。

“同舟共济齐绑腿跑”“跋山涉水木板跑”“硕果累累大丰收”等活动形式,大大提高了同学们参与活动的积极性,使同学们润物无声中习得知识。

4 “三走”走进学生心中 让学生更好地发展

丰富多彩的“三走”系列活动是我校团委、学生会打造的品牌活动之一。一直以来,为积极响应共青团中央关于开展大学生“走下网络,走出宿舍,走向操场”主题群众性课外体育锻炼活动的相关指示精神,引导学生养成一种更加积极健康的生活方式,努力成为朝气蓬勃、砥砺前行的强国一代,我校十分注重在各项活动中激发大学生体育锻炼的积极性与主动性。学校各级团组织运用青年喜闻乐见、易于接受的活动形式,开展了校园彩色跑、荧光夜跑、全明星篮球赛等丰富多彩、特色鲜明的“三走”活动,将“强化体育课和课外锻炼,促进青少年身心健康、强健体魄”的精神传达到校园的每个角落。

正如团中央学校部部长杜汇良所说:“把学生从网上吸引下来,从宿舍里吸引出去,既是一件体育的事情,同时它的意义也会远远超越体育。”记者了解到,校团委一直注重发挥共青团组织优势,努力引导学生增强体育锻炼自觉性和线下活动的主动性,帮助广大学生树立健康阳光的校园生活理念,在学习之余自发走下网络,走出宿舍,走向操场,在运动锻炼中强健体魄,在线下活动中塑造人格,助力青年学子的健康成长。校团委书记王震表示,“下一步,我们将全面贯彻落实学校第三次党代会精神,深化学生体育、美育工作,提升学生综合素质,进一步整合资源,把体育锻炼与校风学风建设、科大精神传承、社会主义核心价值观培育等紧密结合,通过进一步开展丰富多彩的文体活动,帮助和推动学生牢固树立‘健康第一’的理念,提高体育锻炼的自觉性,养成锻炼身体的良好习惯,并从中塑造健康体魄、磨练坚强意志和培养良好品德,努力培养朝气蓬勃、体魄强健的青年一代,为实现青春梦、中国梦而奋斗。”

一本“漂流”着的学习笔记

本报青岛讯(谢菲菲 陈勇搏)近日,为期四周的数学学院第三届课堂笔记漂流展评活动落下帷幕。

“大三这年,我要勤奋学习,筑牢专业基础,为考研做好充分准备!”数学学院学生张燕在首页工整地书写下这段铿锵有力的话语。“漂”来承载与寄托,“流”着期望与愿景。

在漂流传阅过程中,2018级全体本科生分时段观摩学习了参展优秀笔记,他们认真观看、相互交流,深刻感悟优

秀笔记中蕴藏的学习态度和学习习惯。不同的专业、不同的学生,却有着同一份期待。“课堂笔记”就这样在学院各班级的学生中越传越远,越飘越广……

“从优秀笔记中得到了很好的借鉴启迪,激发了自主学习的内动力,有利于我们养成良好的学习习惯。”数学与应用数学专业学生代雪阳表示。

“看到这么多优秀的课堂笔记,认识到了优秀学生怎么样听课,对我以后的学习习惯有很大的帮助。”统计学专

业学生樊玮在本子上的一笔一划地写着,口中还不停地称赞着。

据了解,课堂笔记漂流展评活动分为个人自荐、班级推选、漂流传阅、教师评阅等环节。参与评选的笔记有的简洁工整,内容详尽丰富,字体隽秀优美。最终,评委老师从各班级推选出的100余本优秀课堂笔记中评选出一、二、三等奖,并进行了表彰。

课堂笔记漂流展评活动旨在“以评促学”,引导学生养成勤奋学习、勤做笔记的良好习惯,把记笔记当成一种学习态度、一种自我激励,促使数学学院学生在学风上有新转变、能力上有新提高、实效上有新突破。

四要带头讲干净,做到心中有戒不妄为。干净是从政最起码的要求,“不出事”是做人做事的底线。我们大家都受党培养教育多年,这次又被推选到新一届两委班子中来,肩负着重要责任,一举一动都是干部行为的风向标,一言一行都是群众关注的聚焦点,要严字当头、干在实处,以身作则,以上率下,做到干事与干净的有机统一。要做严守纪律规矩的表率,带头尊崇党章,严格执行中央八项规定和《中国共产党廉洁自律准则》《关于新形势下党内政治生活的若干准则》等党内法规,自觉接受来自各方面的监督,让权力在阳光下运行。要做加强党性修养的表率,牢固树立正确的权力观、事业观、利益观,把好“总开关”,以敬畏权力、敬畏法纪、敬畏组织、敬畏群众的敬畏之心,坚守道德防线、纪律红线、法律底线,干干净净做事,堂堂正正做人。要做落实“两个责任”的表率,带头推动党风廉政建设主体责任和监督责任落到实处,严格履行“一岗双责”,管好自己、管好班子、管好队伍,管好亲属和身边工作人员,带领全校广大党员干部深入推进党风廉政建设和反腐败斗争,营造风清气正的政治生态。

同志们,责任入心唯倾力,重任在肩当笃行。让我们更加紧密地团结在以习近平同志为核心的党中央周围,在省委、省政府的坚强领导下,紧紧依靠和团结带领全校广大党员干部、师生员工,不忘初心,牢记使命,开拓进取,奋发有为,共同开创山东科技大学更加美好的未来!



狄卫东/摄

畅想未来
喜迎新春



1月4日,在新的一年刚刚到来之际,我校离退休工作处和夕阳红艺术团共同举办以“不忘初心跟党走,开启2019新征程”为主题的离退休教职工迎新春联欢会,400余名老同志欢聚一堂,共度佳节,共庆学校党代会圆满成功。

联欢会在大合唱《向往》中拉开序幕,舞蹈《爱我中华》和歌舞《再唱山歌给党听》《春天的故事》《绒花》等节目紧扣时代旋律,舞出了改革开放四十周年来的蓬勃朝气,唱响了全面贯彻十九大精神的新时代强音,反映了广大离退休职工热爱祖国、热爱党、共享美好生活的精神状态;器乐合奏、舞台剧《夕阳红》等节目构思新颖,妙趣横生,引人入胜,为观众带来别样的艺术体验;舞蹈《养麦花》、女声小合唱《珊瑚颂》、山东快书《街头哨兵》、太极功夫扇等节目精彩纷呈,展现新形势下老年人意气风发、与时代同步的精神面貌;我校离退休转业军人等组成的军民合唱团带来了军歌表演节目,铿锵嘹亮的歌声获得了观众的赞美,高亢激昂的表演将联欢会气氛推向高潮;演出在喜庆的舞蹈《东方红》中国满落下帷幕。(本报综合报道)