

■ 视线



多地首次设立“雪假”——

走向户外 逐雪而行

本报记者 刘以晴 阿尔达克 李祉瑶

2025年末，吉林、新疆、内蒙古等多地根据中办、国办相关文件精神，结合地域特色，首次设立“冰雪假期”。多则八九天，少则五六天的“雪假”，让广大学生暂别书本，走向户外。设立“雪假”出于哪些考虑？对学生和家长有何影响？“雪假”带来快乐的同时，也引发了人们对带娃难题、课程安排、文旅产业发展等问题的思考。对此，本报记者进行了调查采访。

——编者

解锁冰雪体验新场景 如何让“雪假”更有暖意？

隆冬时节，吉林长春庙香山滑雪场却暖意融融。在教练的指导下，小学生安安深吸一口气，从雪道疾驰而下。虽因重心不稳摔倒在雪地上，她笑着爬起，拍掉身上的雪，再次投入练习。

“不上学，咱上雪！”安安用直白的话语表达着对假期的喜爱。在一旁陪伴的母亲方佳仪满眼欣慰：“这是孩子第一年接触滑雪，表现不错。”

2025年12月3日至7日，吉林省推出面向义务教育阶段学生的“冰雪假期”，放假且不留作业，文化和旅游厅、教育厅等四部门联合部署，“雪假”期间，全省庙香山等39家规范运营的滑雪场、滑冰场对义务教育阶段学生每天免费开放3小时。

方佳仪细细算了笔账，在庙香山滑雪场，不仅免门票，儿童雪板、雪鞋和头盔也都免费提供，能省个三四百元呢。“政府、雪场都为咱想得这么周到，那就带孩子好好体验下。”方佳仪说。

“雪假”结束，冰雪热潮却并未消散，方佳仪告诉记者，现在安安还不时问什么时候去滑雪？“现在，雪场成了我家冬季新去处。”方佳仪说。

同样的冰雪热潮也在新疆涌动。

2025年12月1日至5日，新疆维吾尔自治区阿勒泰地区与乌鲁木齐市同步为中小学生增设专属“雪假”，叠加前后两个周末，学生可享受9天的假期。

新疆阿勒泰将军山国际滑雪度假区内人头攒动。乌鲁木齐市第三十小学学生蔡宇果脚踏双板，身姿轻盈。“这个假期我学会了更多滑雪技巧，还认识了来自不同学校的朋友。”她兴奋地说。

像蔡宇果一样，许多学生将“雪假”视为解锁冰雪技能、拓展社交圈的好机会。家长哈爾肯·巴合达提对此十分支持：“孩子有完整时间

系统学习滑雪，既能锻炼身体、磨炼意志，也能掌握一项终身受益的技能。”

内蒙古呼伦贝尔市则将首个“雪假”定于2025年12月24日至28日，其间不组织课堂教学、不布置书面作业。取而代之的是滑雪场每天3个小时的免费滑雪体验，以及覆盖全市的冰雪研学、冰壶体验等。

“居然能连放5天！”呼伦贝尔额尔古纳市第三小学学生买瑞杰难掩兴奋，期待着去白桦林游玩；同学马婉尧则计划随家人前往中俄界河看国门。

然而，部分家庭也面临现实困境。一名来自乌鲁木齐的家长坦言：“假期孩子谁来管，是我们最操心的事。虽然学校组织研学，但并非所有家庭都能全程参与。”也有呼伦贝尔的家长提出期待，希望能有更多种类的研学、实践活动，既能让孩子学到知识，也能解决家长上班期间的看管难题。

如何让“雪假”的暖意覆盖更多家庭，破解照护等难题，也是各地推进这项举措时需要持续考量的细节。

探索素质教育新路径

如何实现体质与素养双提升？

“雪假”不仅是时间的释放，也是教育空间的拓展。

清晨，查干湖冰面气温降至零下20多摄氏度，渔民们正有条不紊地进行下网点选择、穿杆带网等冬捕作业。与此同时，查干湖渔猎文化博物馆内暖意融融。面对吉林油田钻井小学的学生们，讲解员一边演示技巧，一边讲述历史：“查干湖冬捕不只是捕鱼，更是传承千年的文化仪式。”

“冰天雪地是最美的研学课堂。”吉林油田钻井小学校长孔令研表示，借“雪假”契机，师生打破课堂边界，让孩子们身临其境地感知家乡文化。

吉林省教育厅基础教育处副处长杨锐介绍，全省义务教育阶段学校在“雪假”期间不布置书面作业，鼓励学校围绕冰雪主题开展体育文化活动，组织滑冰、滑雪等冰雪体育运动，同时引导学生积极参与各类研学实践、户外体验。据统计，这个“雪假”，吉林省约22万名学生走进冰雪场。

在阿勒泰市，学校将体育课“搬”到了雪场。阿勒泰市中心小学教师杨真介绍，学校将滑雪

技能与地理、物理知识融合，通过滑雪动作讲解力学原理，依托雪场环境开展生态观察，并涵盖安全培训与团队协作，“这些实践中习得的能力，比书本说教更深入人心。”

“雪假”的推出，背后有怎样的考量？

“我们希望通过创新模式，探索‘自然+文化+体育’的素质教育新路径。”额尔古纳市教育和科技局督学安志华认为，以冰雪实践替代书面作业，既能提升学生体质与综合素养，又能通过多部门联动激活冬季文旅市场。

激发文旅产业新活力

如何让服务能力适应需求增长？

“雪假”带来冰雪旅游热潮，离不开各地部门的多举措保障。

为减轻家庭负担，呼伦贝尔市文化旅游广电局局长王波介绍，当地制定了针对学生和陪同家长的优惠政策：“每个孩子允许两名家长陪同，景区门票和雪票享受七折优惠。”

阿勒泰市开通了直达雪场的免费专线公交，将军山国际滑雪度假区推出学生免雪票、雪具租赁半价政策，周边酒店也同步推出“雪假特惠房”，并为入住学生提供免费清洗滑雪装备的服务。

针对初学者较多的特点，庙香山滑雪场在初级道加设防护网，新增百余组座椅，便于家长等候。雪场还联合文旅部门引入袁氏版画、胡家草编非遗项目，打造集滑雪、研学、体验于一体文旅新场景。

服务保障的优化，直接带动了冰雪经济的升温。

阿勒泰地区文化体育广播电视和旅游局局长德丽达·那比介绍，“雪假”形成了“学生带动家庭，家庭辐射社会”的消费联动效应，促进了冰雪资源优势向产业优势转化。“雪假”期间，阿勒泰市累计接待游客41.3万人次，实现旅游收入4.02亿元，较上年同期显著增长，带动了住宿、餐饮、交通等全产业链发展。

“雪假”期间，吉林全省接待国内游客量同比增长119%，省内多家雪场营业收入实现翻番式增长。

“未来，我们还会建议将‘雪假’的时间拉长，考虑在每年12月1日至15日内，由各市州自行安排假期时间，让冰雪服务能力与群众需求同步增长。”吉林省文化和旅游厅厅长孙光芝说。



跟着味蕾去旅行

“世界美食之都”泉州——

藏在烟火里的千年风味

本报记者 施 钰

即是柔润清脆的鱼卷，清蒸、煮汤、煎炸、爆炒皆宜；一张面皮，铺上萝卜、芹菜、豆芽、五花肉、海蛎、虾仁等食材，加入花生碎、海苔丝、白糖增香增味，再裹成枕头状，就是一份带着春天味道的润饼。

美食承载着泉州人不同节日的乡愁记忆。过年吃白糖碗糕，元宵节吃汤圆，清明吃润饼，端午吃烧肉粽，七夕吃糖粿，中秋吃月饼，冬至吃红白丸子……甜蜜与鲜香的味道，是岁时节令的滋味。

泉州美食之美，还在其融合之味。

泉州是宋元时期“涨海声中万国商”的国际大港，如今是著名的侨乡。历史上，世界各

地的香料、食材与饮食习俗来到泉州，与本土饮食文化碰撞融合，形成独特的风味。

姜母鸭是老姜与番鸭的结合，焖煮时会用肉桂调和；番薯传入泉州后，被制成番薯粉，成为牛肉羹、蚵仔煎等的关键用料；东南亚的咖喱烹饪法，引入泉州后被用于烹制牛排，连筋带肉的牛肋排炖煮到酥软，还有独特香味。

如今的泉州美食，仍在传承与交流中发展。守正，泉州建立了食材、技艺、服务等方面113个标准，保障餐饮质量和服务品质；创新，泉州餐饮界持续研发融合菜品，发布“四季食单”，并打造提升“一县一桌菜”等本土餐

饮文化品牌。正在紧锣密鼓建设中的泉州美食博物馆，未来将成为集展览展示、文化研究、专业交流、名宴品鉴、观光游览于一体的沉浸式美食体验中心。

品尝美食，也是品读一座城市历史的厚重与现实的活力。泉州美食正以其独特魅力，吸引着越来越多的游客前来品尝、探索。数据显示，泉州目前共有饮食类非遗项目传承人190人，各类餐饮类经营主体超10万户，餐饮烹饪行业从业人员近50万人。



⑥ 泉州美食姜母鸭。

■ 文物有话说



徐颖 骆佳慧

⑦

踢毽子，这项老少咸宜的休闲健身活动，自古便是国人喜闻乐见的休闲娱乐之选。毽子，亦称毽球，古称“燕子”，踢毽人轻盈灵动的身姿，留在数千年的岁月长河里。

杭州博物馆馆藏的清代吕焕成工笔人物册中，有一开《冬日踢毽图》，便生动定格了古人踢毽的悠闲场景。金笺纸本之上，工笔设色勾勒出寒冬意趣：梅树傲然挺立，花开正盛。树下二人玩得尽兴，一人头戴风帽，身穿毛领粉袍，脚踩红色平底鞋，抬足踢毽；另一人戴毡帽，着圆领蓝袍，脚穿褐色短靴，正举手抛毽，两枚精美的毽球凌空飞舞，黑白的羽毛细致柔软，尽显雅致韵味。

毽子，分毽铲和毽羽两部分，毽铲多用圆形的铅、锡、铁片制成，也可用铜钱，毽羽多用翎毛。因为简易便携，老少皆宜，踢毽子自诞生起便广受青睐，成为跨越年龄与阶层的休闲方式。

隋唐之际，踢毽子之风渐兴，至宋代更为繁盛。随着毽子在民间普及，专门制售毽子的匠人、店铺应运而生。这个时期的毽子，已经具备现代毽子的形态和称谓，花样和踢法也愈发丰富。宋代的踢毽子吸收了蹴鞠的诸多技巧。文献记载，踢毽者可以边跑边踢，如旋转踢、脚尖和膝盖交替踢，还有远吊、近吊、高吊、前踢和后勾等招式。而“突肚”“佛顶珠”等招式，更是打破了“以脚踢毽”的局限，头、胸等部位皆能与毽子巧妙互动，尽显玩者的娴熟技艺。

明清时期，踢毽子之风愈发浓厚。每逢元宵佳节，各路踢毽子高手齐聚一堂，登台献艺、切磋竞技，甚至还会现场教学，热闹非凡。到了清末，许多新办的学堂还将踢毽子作为体育教学项目列入课堂，为这项古老运动的传承发展奠定了社会基础。

20世纪初，欧美近代体育传入我国以后，踢毽子仍是青少年喜爱的体育活动。北京、上海、广东、浙江、河北等地都举行过规模较大的踢毽子比赛。

如今，踢毽子已经演变为一项正式体育活动。各地毽球协会纷纷成立，越来越多人投身其中，享受这项运动的乐趣。踢毽子受场地限制小，室内外皆可开展，发展至今更融入武术、舞蹈的技巧，动作愈发优美灵动，强身健体的功效也愈发凸显。2011年，花毽被列入第三批国家级非物质文化遗产名录。

（作者单位：杭州博物馆，本报记者窦皓采访整理）

毽子怎么踢？花样真不少

本报记者 王亮

日前，来自山西、河南等地的50多位花式毽球爱好者齐聚山西长治，以毽为媒，共度新年。彩色的鸡毛毽在空中上下翻飞，划出优美弧线，几位爱好者分别用膝盖、脚面、脚踝等部位相互交接，行云流水的表演博得阵阵喝彩。

传承千年的花毽运动，正不断焕发新的生机。各地公园里，常能见到毽子爱好者们三五成群、彩毽翻飞；专业赛场上，选手们激烈角逐……通过与舞蹈和音乐等元素相结合，花毽这项传统运动展现出越来越足的现代范儿。

全国花毽冠军、国家级社会体育指导员邓丹介绍，2025年十五运会上，花毽项目首次列入全运会群众比赛项目。花毽运动目前已成文的比赛规则，相关赛事主要有围踢赛、计数赛、套路赛等。

围踢赛常见的有五人围踢和四人围踢，裁判根据队伍的动作难度和完成度打分。

计数赛中，选手需在限定时间内完成“盘踢”“磕踢”等基础动作，在规定时间内以完成数计算总分。

套路赛有规定套路赛、自选套路赛和创意赛比赛等。

规定套路赛如同“毽球界的广播体操”，要求所有选手完成同一组动作，裁判根据毽子高度、动作标准度、完成质量打分。

自选套路赛则允许自由发挥，在完成度相同的情况下，动作越多、难度越高，得分就越高。

创意赛比赛中，有的边跳绳边踢毽，有的结合转手绢、舞彩带，既考验技术，又追求艺术感染力。

计数赛和规定套路赛仍使用传统的鸡毛毽，自选套路赛则是选择自制适合自己的羽毛球毽子。

花毽的吸引力，不仅在于其观赏性，还在于它能将健身功能与艺术表现融为一体，“盘、磕、跳、绕”等每一个动作都能精准锻炼特定肌群。

“磕踢”类似足球颠球，能紧实腰腹；“跳踢”则增强爆发力和反应速度，“许多老年人通过踢毽子延缓关节退化，增加灵活性，青少年则借此提升协调性和专注力。”邓丹说。

图①：“雪假”期间，学生们在新疆阿勒泰将军山国际滑雪度假区进行滑雪前热身。

新华社记者 阿曼 摄

图②：内蒙古扎兰屯金龙山滑雪场，滑雪教练演示滑雪技巧。

韩颖群 摄

图③：“雪假”期间，内蒙古呼伦贝尔额尔古纳市学生参加雪地足球活动。

王正 摄

图④：“雪假”期间，中小学生在吉林省吉林市纳美山谷度假区体验单板滑雪。

新华社记者 颜麟摄

图⑤：在新疆阿勒泰将军山国际滑雪度假区，青少年们体验滑雪运动。

阿尔达克·拜斯汗 摄

资料图片

图⑥：泉州美食姜母鸭。

图⑦：杭州博物馆馆藏《冬日踢毽图》。

杭州博物馆供图

本版责编：孟扬 唐中科 徐阳 版式设计：张丹峰

杭州博物馆馆藏《冬日踢毽图》
古人怎样踢毽子？