

蔡昌文老师现任我校公共体育部专职教师，是啦啦操全国十连冠教练、啦啦操国际级裁判、国家级教练员、体育舞蹈院士级评审。作为我校十佳科研和十佳师德师风标兵教师，蔡昌文老师入职至今，对体育教育始终保持勤恳敬业的态度，积极投身校园体育文化建设实践，他深知学校体育是实现立德树人之根本，在教学、竞赛、科研和群体活动中践行以体育人、以体育德、以体育心的思政教学，积极培养德智体美劳全面发展的社会主义接班人。

从「零」到十连冠
啦啦操美动全国

记我校公共体育部教师蔡昌文



蔡昌文老师创编红军主题参加2013年省啦啦操联赛



蔡昌文老师带领学生参加2014年全国啦啦操联赛



蔡昌文老师带领学生亮相2015年全国啦啦操锦标赛



蔡昌文老师带领学生参加2016年省大学生啦啦操联赛



蔡昌文老师带领学生参加2017年省啦啦操联赛



蔡昌文老师带领学生参加2018年全国啦啦操锦标赛



蔡昌文老师带领学生在2021年全国啦啦操锦标赛上精彩亮相



蔡昌文老师带领学生参加浙江啦啦操总决赛



蔡昌文老师带领队伍在19年全国啦啦操总决赛精彩亮相



蔡昌文老师带领学生在2022年福建省大学生啦啦操比赛上

守初心 负使命 以体育人

2013年入职至今的十个年头，蔡昌文老师在教学上兢兢业业，默默奉献自己的光和热。2016年获得校十佳教学科研标兵，2017年在校教学竞赛中获一等奖，这也是体育项目第一次入围奖项。教学之余，指导学生创新创业项目，创办校园健身俱乐部，指导和鼓励全校学生参与健身和锻炼，让健身和运动成为校园学生新的生活方式，提高广大学生的身体素质，促进身心健康良好发展；作为基层一线教师，结合自己的体育专项，在不断的教学总结反思中，2019年获得省级教学改革项目《竞技-群体-创业循环式体育创业实训平台建设与实践》，赋予校园群体体育，高水平运动队和学生创新创业平台新的发展思路，促进校园体育改革。2020年开设的校本课程《啦啦操》获得省级一流混合课程，通过在慕课等线上平台分享运动教学实践和经验，让更多学生和运动爱好者乐享其中。同年，蔡昌文老师获得校十佳师德师风标兵的荣誉，成为部门第一个获得双标兵称号的教师。三年疫情，蔡昌文老师体会到学生群体居家需要更好的保持和更有效的运动，使命感的驱使，他通过查阅资料，参考运动处方、设计健身动作，制作音乐，创编《居家健身，共同抗疫》的教材视频，供全校全体学生学习和锻炼，在线上网课中积极引导学生参与锻炼，增强体质。教导学生正确的锻炼方法，保持身心健康，以身作则，教导学生面对困难永不妥协、积极应对、迎难而上的人生态度。他坚信：体育教育的根本目的是增强体质，增进健康、锤炼意志，以体育人、人之体健为生之本。他也在用自己的行动恪守初心、通过体育运动培养大学生的集体荣誉感、团队合作精神、坚持不懈的价值理念，传递当代大学生健康的生活态度，引导他们将体育融入生活，让运动成为生活方式，注重身心健康均衡发展。

持匠心 勇担当 以体育德

蔡昌文老师自入职以来就以开创“啦啦操”为校园品牌运动作为目标，用七年时间，将这个项目从“零”到“全国十连冠”。福建江夏学院啦啦操运动也“理所当然”成为校内和省内的知名运动队。当然，“理所当然”更多的是建立在他对这个项目的热爱和执着的工匠精神上。以体育德，德之善尚为行事之道，他践行自己的体育工匠精神，同样把精神传递给每一届运动队的队员。“不仅要有的技术，还要有的德行”这是常挂的口头禅。啦啦操项目作为集体项目需要身心投入、一个动作一个配合都需要亲身示范，基于热爱和执着，对每位学生队员负责，他始终保持在一线教学、一人身兼校队领队和校队技巧教练，数十年如一日，队伍始终保持在长期的竞技训练状态。铁打的营盘流水的兵，每一届学生队员新老交替，他都要从零开始，就是这样一股工匠精神和勇于担当的品质，让他十年来从始至终在执着奉献。因此，在赛事成绩上，蔡昌文老师所指导的啦啦操运动队在执教生涯中，先后获得十次全国冠军，获得两届省大学生啦啦操冠军的称号。带领的运动队学生群体中，也有深受他的精神所感染、被体育精神所折服，通过考研跨专业考取体育研究生、进一步学习和践行体育精神。作为标杆运动队、作为标杆教练，他始终严于律己，保持谦虚和上进的态度，在学生口碑和部门同事们获得高度认可，每次评优都名列前茅。长期的教学和训练，江夏学院获得“全国啦啦操实验学校”和“星级俱乐部”的荣誉，2023年更是获得“全国啦啦操特别贡献单位”；落成了福建省第一个啦啦操综合训练运动馆。蔡昌文老师也获得全国啦啦操优秀贡献个人提名。

稳恒心 甘奉献 以体育心

蔡昌文老师在教学上始终作为一名党员老师的身份要求自己，勤勤恳恳和脚踏实地的态度让他在校和社会上获得良好的口碑，他所带领的啦啦操运动队也在校园群体活动中发光发热，闽侯实验学校先后三年邀请蔡昌文老师担任啦啦操项目的指导，他也不遗余力，带领学生前往校区进行指导，从队伍组建、技术教学、队伍维持、难度保护、教练提升等多维度进行帮扶。在福州市中小学啦啦操的比赛中，闽侯实验学校也取得历史性的突破。学校第十四届运动会的千人团体操表演任务，他同样兢兢业业完成，获得一致好评。精神所向、目标清晰则不惧任何风雨，他的热心和甘于奉献的精神，不仅带动了中小学啦啦操项目的发展，也深深影响了身边的学生群体，以体育心、心之健康为幸福之钥。蔡昌文老师始终保持一颗赤忱之心，在社会服务上也深受好评。福建省总工会举办的“不忘初心、牢记使命”改革开放的主题活动中，邀请到蔡昌文老师带领的啦啦操运动队和江夏学院的百名学生参与其中，用青春和热血、用积极的态度和充满正能量的表演为本次活动带来的精彩画面；在CCTV转播的中国羽毛球公开赛上，蔡昌文老师带领的队伍也在本次比赛中精彩亮相，为比赛中场休息提供精彩的助演，获得一直好评；在国家文化旅游部福州市人民政府主办的国际旅游节上，作为福建省高校唯一代表，在旅游节花车巡游中压轴演出，收获阵阵喝彩。竞技运动不止竞技，他需要去完成转变，更好的服务群体的活动，更好的服务社会，才能体现其真正的价值。在蔡昌文老师的努力下，我校也开展的一年一度的校园啦啦操比赛，带动更多学生享受运动乐趣；校工会也邀请教职工一起参与到学习和锻炼的课程中；在运动会开幕式上，也看到越来越多的广大师生参与到项目运动中。他感慨：“我很开心看到大家在运动中享受到乐趣和幸福，欣慰之余，也会有更大的使命感驱使继续前行”。

(校报编辑部)

辉煌十年

我校2013-2023啦啦操获奖情况

- 2013年11月 福建省大学生啦啦操联赛团体银奖
- 2013年11月 全国啦啦操联赛(福州站)技巧啦啦操自选动作第一名
- 2014年7月 全国啦啦操联赛(福州站)技巧自选第一名
- 2014年10月 福建省第十五届运动会啦啦操比赛技巧第三名、花球第五名
- 2015年11月 福建省大学生啦啦操联赛团体第一名
- 2015年11月 全国啦啦操联赛(福州站)自选技巧第一名、自选花球第二名
- 2015年12月 全国学生啦啦操锦标赛团体第一名
- 2017年4月 第十九届 CUBA 中国大学生啦啦操比赛团体二等奖
- 2018年5月 全国啦啦操锦标赛集体技巧第一名、团体花球第一名
- 2018年7月 福建省第十六届大学生运动会啦啦操比赛技巧第一、花球第二名
- 2019年7月 全国啦啦操总决赛集体技巧第一名、集体花球第二名
- 2020年12月 全国啦啦操联赛(福州站)集体技巧第一名、集体花球第一名
- 2021年11月 全国啦啦操联赛(石狮站)集体技巧第一名、集体花球第一名
- 2021年12月 全国啦啦操总决赛集体技巧第一名
- 2022年 全国啦啦操总决赛集体技巧第一名
- 2023年4月 全国啦啦操俱乐部联赛小集体技巧第一名、双人花球第一名



队伍合影