

巍巍国术 德艺承习

——当好中华优秀传统文化传承者

一、党员基本情况

康梅红，女，1988年8月出生，副教授，2007年1月加入中国共产党，所在党支部为厦门兴才职业技术学院教育学院教师党支部，任支部组织委员，厦门市健身气功协会兼合式党支部委员、副会长。国家一级运动员、一级社会体育指导员、一级武术裁判员、一级健身气功裁判员、省级优秀教练员。

在校从教16年，以实际行动诠释共产党员的初心和使命。指导学生参加省市级以上比赛获得奖牌50余枚，主持省级课题2项，获省级教学成果奖1项、参与省级终身教育课题1项；利用专业特长为助力“体育强市、健康厦门”的建设，近几年多次代表福建省、厦门市、思明区等参加比赛，获十四届全运会健身气功“气舞”三等奖，代表厦门队参加第十七届省运会健身气功比赛，获健身气功导引养生功十二法（个人）冠军；八段锦、五禽戏、导引养生功十二法3个（集体）项目冠军及市21届市运会冠军。她以实际行动诠释作为一名优秀传统文化传承人的担当，用真诚与爱对待每一位学生、每一位群众，并在教学、比赛、社会服务方面取得了较为显著的业绩。

二、故事内容

1. 研习“武”艺，不忘初心，弘扬武术精神

从小心怀“仗剑走天涯”的侠客梦想，她从七岁开始就练习武术，虽然其中有辛苦和汗水，但中华传统体育文化的魅力，让她一直坚持在武术承习的一线。把中华传统体育精神传承发

扬光大，是她的梦想和追求。为了推广中华传统体育，她利用现代传播手段，将“太极拳”，健身气功“五禽戏”“八段锦”“导引养生功十二法”“易筋经”等拍摄成短视频，在抖音、视频号等新媒体上传播，让更多的人学习中华传统体育，感受中华传统体育的魅力，她总是能将武术、健身气功中的每一个动作做到极致，通过一招一式展示其所蕴含的精神文化。

在学校里，她利用课余时间，组建传统体育俱乐部（武术队、健身气功队）等，教授青年学生习武，让中华武术在青年学生中得到传承和发扬。她说，中华民族传统武术，扎根于优秀传统文化的土壤之中，历史悠久，博大精深，武术也是中华民族坚韧不拔，自强不息的精神的表现，作为一名武术研习者，我们有责任传承中华民族武术精神，让更多的人通过习武强身健体，修身养德。

2. 习武先习“德”，牢记使命，言传身教之

“习武先修德”，作为一名党员教师，她将立德树人贯穿教学始终。为了让学生更好的理解武术精神，在教学过程中她突出武术“德”之本，通过手、眼、身、法、步的基本功练习，身心共修、德智双进，潜移默化地让同学们体会到武术精神，培养同学们自强不息的精神品质。她将理论与实践有效结合，不仅通过各类比赛，提升学生的武术水平，还以身作则，亲自参与各类全国性武术比赛，取得了优异成绩。“幸遇良师，一生榜样。”这是学生对她的评价。她先后获十四届全运会健身气功“气舞”三等奖，第十七届省运会个人项目“导引养生功十二法”金牌、集体项目“五禽戏”“八段锦”“导引养生功十二法”金牌；还荣获全国健身气功站点联赛总决赛“导引养

生功十二法”一等奖、世界太极健康大会太极拳比赛二等奖等。同时，她指导学生参加十七届省运会获太极拳冠军，近年来先后指导学生获7个冠军、8个亚军、7个季军。每一份成绩的取得，都是背后无数日夜汗水的付出，为迎接比赛，她牺牲了午休、课后、周末、暑假时间，与学生同训练，共努力，在四个多月的备赛时间里，她一直奔波在学校和体育训练中心，早上指导学生训练，下午通过视频研究动作，晚上对学生再指导，同时也还要训练自己的个人比赛项目，一项项荣誉的背后，是她对中华传统体育的坚守与热爱，更是对中华传统体育精神的传承与发扬。

3. 以“武”奉献，志愿服务，传承好优秀传统体育文化

她利用自己传统体育的专业特长参与志愿服务，主动服务基层社区群众，在社区志愿教广大群众练习太极、八段锦等传统体育，她总是说，“不管多繁忙，社区群众需要我教他们传统体育，时间挤一挤，再挤一挤总会有的，为广大群众服务，更好地发挥传统体育强身健体的作用，是一名党员的责任担当和使命。”她利用专业特长服务和融入新发展格局，紧密结合国家和社会发展的新需求，将体育教育与健康中国、全民健身等国家战略相结合发挥社会体育指导员的作用，她系前埔社区青年志愿服务探访团成员，每周三固定在“厦门i健身”APP进行公益课教学，服务厦门市民；她担任厦门市老年大学、象屿慈爱老年大学授课教师，服务社会群众；她获象屿慈爱老年养护中心“优秀教师”；获厦门市前埔北社区党委“优秀志愿者”；在社区里，康老师就像一位不知疲倦的体育导师，经常能看到他忙碌教学的身影。康老师通过自己的实际行动，让更

多喜欢太极拳、健身气功的群众加入健康锻炼，传递了党的关怀和温暖，让居民们感受到了社会主义大家庭的温暖和力量。此外，她还担任厦门市健身气功巡回教学骨干教师、助力乡村振兴骨干教师。经常深入集美区、翔安区等乡村服务点，公益教学服务社区群众达 1000 多人次，2024 年荣获厦门市健身气功协会“最美优秀指导员”；她担任 2023 年厦门市体育局主办的“百城千村健身气功交流活动”千人展示会总领操，助力“体育强市、健康厦门”的建设。她曾参与厦门党建 e 家 5 周年分享会演出，演出视频在厦门党建 e 家存档。每一个身份的背后，都是她作为一名党员践行着的对党的承诺和对社会的无私奉献，曾多次被厦门卫视、海西晨报、i 厦门、人民网、福建省健身气功协会、学校官网等各级多媒体报道弘扬民族传统体育文化事迹。

传承和弘扬中华传统体育，是一份沉甸甸的使命，无论是在武术道路上，还是在教育事业中，她总是兢兢业业，孜孜不倦，怀着对中华传统体育文化的传承与热爱，继续默默耕耘，永远奔赴在路上。她表示将继续努力，为实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献自己的力量！

三、佐证材料



社区社会体育指导员 青年党员探访团



代表厦门市参加省运会 获冠军 4 项



代表福建省参加全运会 获三等奖

关于选派厦门市教育系统健身气功队参加
厦门市第21届运动会的通知

各区教育工会、各直属相关学校工会：

厦门市第21届运动会健身气功项目比赛时间为2023年9月10日，比赛地点为厦门市体育中心综合馆。根据市教育局的参赛计划和前一阶段的集训和选拔，现选派林焯等8位教师（具体参赛名单见附件）代表厦门市教育系统参加健身气功个人和集体项目的比赛。

为确保能更好地参赛，集训的时间统一为：8月25日（周五）、26日（周六）29日（周二）、9月1日（周五）、5日（周二）、8日（周五）下午15:00~18:00
集训地点为：厦门双十中学枋湖校区（高中部）体育馆；比赛时间：9月10日。

请区、各直属相关学校工会给予支持，在队员集训及比赛时间给予准假。

附件：厦门市教育系统健身气功队名单：

- | | |
|----------------|-----|
| 1. 厦门英才学校 | 林焯 |
| 2. 厦门市蔡塘学校 | 刘天从 |
| 3. 厦门市莲花中学 | 刘秀凤 |
| 4. 厦门双十中学 | 陈志坚 |
| 5. 厦门外国语学校瑞景分校 | 胡晓凤 |
| 6. 厦门市云顶学校 | 丁吉春 |
| 7. 厦门市湖里中学 | 王小华 |
| 8. 厦门兴才学院 | 康梅红 |



代表厦门市教育局参加市运会 获冠军



参加“厦门党建E家”五周年汇演



社区公益课



服务厦门老年大学





志愿指导传统体育俱乐部