

连续两年蝉联全省高校新生体质健康测试总成绩合格率榜首 宁波大榭开发区青少年体质棒棒哒

落实“阳光体育” 每天运动一小时

学校是青少年进行体育锻炼的主阵地。近年来,大榭开发区各大学校开发了不少独具特色的体育项目。

比如大榭中学开设了初中每周3节,高中每周2节的体育课,并且保质保量扎扎实实上好每一堂课。在学习更加紧张的高中也是如此,体育课在大榭中学不是陪衬,而是一门和其他学科一样

重要的课程。

无独有偶,大榭一小、二小则通过学校独有的方式培养孩子们的特色体育项目。这两所学校每年都会举办校田径、达标运动会及“大课间”展示活动,每个暑假组织学生开展乒乓球、篮球等体育比赛,并积极参加北仑区乃至市级的田径运动会。根据实际情况,两校分别以篮球和足球作

为校园体育特色。篮球运动作为大榭一小的特色项目,不仅成立了篮球社团,更全面普及到全校1000多名学生,每个年级每周都有2天在“大课间”进行篮球训练,低年级段的拍球游戏,中年级段的篮球韵律操,高年级段的篮球技巧学习等。2015年12月,学校还开展了首届“篮球嘉年华”活动,并将此作为一项传统持续下去。

设施“升级换代” 建设场馆近3万方

创新特色体育项目的同时,大榭各中小学校的硬件设施也值得一说。塑胶跑道、高标准的室内篮球馆、配备齐全的体育健身器材……这些体育设施早已是每个学校的“标配”。

一直以来,大榭开发区高度重视校园体育建设,每年都会投入大量资金完善校园体育设施设备,力求为青少年提供优良的锻炼环境。

据介绍,近年来,大榭开发区不断加大学校的体育设施建设。为使学校运动场地更加齐备,2012年,投资1.2亿元建设社区教育学院、大榭中学风雨操场工程,为学生提供多功能的室内体育场所,有效解决了全校师生室外体育活动的难题。2015年11月,又投资71万元改造该校的足球场草坪和围栏,使其更加规范化、标准化。

据统计,目前大榭3所中小学体育场馆面积已达26830平方米,3所中小学体育场馆均常年免费向青少年开放,室外场所每天早、晚两个时段向青少年开放。为保障学校体育场馆有序开放,区社会发展保障局还制订了体育场馆开放管理与考核办法;区财政每年拨款20万元,专项用于场馆设施维护保养补贴;各校(或体育协会)安排专人负责日常开放管理工作。

投入“真金白银” 打造15分钟健身圈

除不断完善校园内的体育设施,大榭开发区还投入“真金白银”构建一流的公共体育设施场馆,打造“15分钟健身圈”,满足青少年多样化、多层次运动需求。

管委会在各居民小区都设置了健身

路径,放置了适合小朋友活动的运动器械,同时还建有健身房等运动场所。只要一出门,人们就能找到场地进行锻炼。惠民体育设施建设更是停不下来。今年,大榭开发区把加强公共体育设施

建设列入民生实事工程,计划建设大榭体育公园工程。该公园建设工程拟投资1亿元,占地面积约106亩,内含1个400米标准田径场、1个标准足球场、2个五人制足球场、若干个篮球场、网球场、排球场、室内羽毛球馆、乒乓球馆及附属配套设施。同时,大榭结合大榭森林生态公园规划,还计划拟建长度约为23公里的健身游步道。

洋教练的足球教学与众不同 上虞足球外教创新理念备受欢迎

□通讯员 田野 本报记者 马超

绍兴市上虞区城东小学从2007年开始足球教学,是绍兴市女足基地学校,还是全国青少年校园特色学校。今年下半年,学校通过杭州启盟足球俱乐部引进了两位外教。10月17日起,来自葡萄牙的彼特和虎克正式来到城东小学教学一二年级的足球课。如今近两个星期的外教足球课让160多位学生纷纷点赞,外教与众不同的教学方式,激发了更多学生对足球的喜爱。

洋教练的足球课究竟有何不同?

课堂上,男女生被分成两个授课区域。男生区域,分站成左右两排,两两对抗跑动、变向过人、停球、传球、射门。没轮到对抗的孩子观摩,守门员一角轮流。对抗过程中一旦发现问题,虎克立即与每个孩子直接进行交流。孩子表现好,虎克就会与他击掌相庆。

在女生教学区域,每个女生依次带球传到球门。一有问题,彼特就会示意停下,给孩子们进行指正。整个课堂中,孩子们的练习强度不小,但保证一定的休息时间。课后,虎克和彼特还把发现的“好苗子”用手机拍摄下来。孩子们告诉记者,虽然语言还不是很通,但通过肢体动作,已经能基本领会外教

的用意。

为配合好教学,学校的足球老师给外教当“助手”,当问及虎克和彼特的教学有何不同,金东伟表示,他们更讲究足球的对抗和合作技巧,教学也更注重营造应用场景,让孩子在实战氛围中提高兴趣。

值得一提的是,两位外教除了用简单的中文词汇讲解外,还会用英语跟孩子们互动,让大家练球的同时,也能进行英语口语的学习。另外,学校还跟进课堂教学,在一二年级段开展足球英语术语教学。

这两名外教是杭州启盟足球俱乐部从欧洲冠军联赛传统强队、葡萄牙豪门本菲卡俱乐部引入的。他们原在本菲卡俱乐部就是专职负责青少年足球训练,具备丰富的实战和教学经验。

“外教对学生们而言,都是免费教学。”城东小学校长林建锋介绍道,这两位葡籍教练目前只负责一二年级、共7个班,周一一节的足球课,以及高年段的课外足球训练,培养学校的足球梯队。

据悉上虞区教体局也有意引进高水平外籍足球教练,让创新的教学理念影响更多本土体育教师。

兴趣使然方能持之以恒 扎在男生堆里“文武双全”的足球女娃

□本报记者 沈梦雪

每天下午5点,杭州艮山102足球场上都会有一群身穿荧光绿足球服的运动小将奔跑着踢足球。其中有一个扎着马尾辫的女生尤为显眼,她叫伍洋洋,今年9岁,是杭州师范大学第一附属小学二年级学生。

洋洋对足球可谓一见钟情。在学校发的海报上看到了校际足球后,便一发不可收拾地喜欢上。于是洋洋就自学着开始踢球。即使最开始没有人引导,对足球了解甚少,但洋洋还是喜欢得义无反顾。

在102球场这个队里,洋洋是唯一的女生,但球场上的拼劲丝毫不输男生。不过采访时,霸气的“女汉子”反而有些腼腆,时而低着头或抬头注视着教练,时而抓抓脑袋不知道该怎么表达,可一回到足球场,自信心瞬间满满。

带球、变相、加速、射门,在小组对抗训练中,洋洋一个人“直捣黄龙”,虽然身体不如男生强壮,不过个头细长,速度和爆发力略胜一筹的她总是让对手防不住。洋洋说:“一开始看足球比赛什么都不懂,在爸爸带领下,我跟着几个叔叔玩了几次就知道了大致的规则,在学校还会和班里的男生一起玩,时间长了就会了。”

虽然是队里唯一的女生,不过在训练

中,教练从不会给她特殊照顾,每天都和男生一样训练。之前,洋洋因为腰部受伤,家里人想让她休息,可是执拗的她就是不肯。“我让她请假,她坚决不依,说踢不了也要去看。”对于痴迷于足球的女儿,洋洋的妈妈颇显无奈。

别看洋洋是个女生,但一点都不怕苦,不怕累。暑假期间,傍晚足球队训练她都是第一个到,最后一个走,有时候还会帮教练收拾场地。值得一提的是,这名

乖巧可人的“女汉子”文化课也很好,“足球精神让我学会了不服输和坚持,所以在文化课上的学习我更是当仁不让。”洋洋开心地说。

