

美式橄榄球成最受欢迎特色课程

杭二中白马湖学校引进稀罕项目,好玩又健康

□本报记者 沈梦雪

“

足球、篮球、棒球等体育课在杭州的校园里已经不新鲜了,而美式橄榄球进校园你听过吗?近日,杭州二中白马湖学校开展了小升初体验活动,600多人参加了语文、数学、英语、科学、陶艺、美式橄榄球、茶艺、科学实验、论语今读共9门特色课程的体验,其中美式橄榄球是所有特色课程中最受欢迎的,这大大超出了老师们的预料。

”



众人体验原汁原味的美式橄榄球

美国职业体育联赛中,比NBA、棒球、冰球更火爆的非“超级碗”(NFL)莫属。看过比赛的人都觉得,美式橄榄球是一项戴头盔、穿护甲,堪称这个世界上最热血又最具备团队精神和战术纪律的运动。很多人觉得橄榄球运动不适合普通人,但其在浙江就有三个半职业化的橄榄球俱乐部,来杭二中白马湖学校参加体验课程的学生和家长们,也在专业教练的指导下体验到了原汁原味的美式橄榄球运动。

体验课程当天,十几名学生和家长在操场上与教练一起玩起了橄榄球。尽管有些家长和学生是第一次接触这项运动,

却玩得很尽兴。张子萱扎着马尾辫,一脸秀气的她在男生人群中格外惹眼,了解基本规则之后她接到球跑得飞快,在一旁的父亲都直言从来没看过孩子玩得如此大汗淋漓,他说:“因为要准备小升初考试,孩子平日休息就在家看书,活动时间不多,这次看她这么喜欢运动,以后要带她常出来走走。”

学校橄榄球队的队员还给家长露了一手,强有力的冲撞、灵巧的晃动,精准的传球以及华丽的接球都让家长赞不绝口。在一旁拍照的家长说:“运动的魅力在于运动员本身瞬间的出彩表现,即使我还不是很懂规则,也能从他们的肢体动作中,感受到这项运动的魅力所在。”

有助于培养学生团结协作精神

说起将美式橄榄球作为学校特色课程之一的缘由,白马湖学校体育老师蒋雄飞告诉记者,“原因有两个,一个是国际化,一个是团队文化。橄榄球运动在美国中小学非常普及,我们学校暑期有和当地中小学交流的游学计划,如果我们学生会打橄榄球,就很容易融入当地的体育文化,非常有利于交流。”而更重要的一个原因是,橄榄球是一项非常讲究团队精神的运动。

“橄榄球这项运动将团队排在第一位,场上的所有选手有不同的位置,不同的职能,无论是进攻还是防守,每个人每时每刻都有自己的任务。任何一个环节懈怠,都

可能导致对方进攻得分。就算你身体素质再好再厉害,也必须在自己队友的配合掩护下才能得分。”负责杭二中白马湖学校校队训练的杭州野马青少年橄榄球培训俱乐部创始人之一的吕志鸿告诉记者,这就是橄榄球运动团队文化意义所在。

身体素质教育更重要

与纯正的美式橄榄球不同,杭二中白马湖学校的橄榄球训练中学生们没有戴头盔,也没有穿护甲。而且,这些刚刚进入初中的学生身体单薄,似乎没办法承受如此大的运动量。

面对记者的疑问,教练吕志鸿说:“其实橄榄球并不是说必须身强力壮才能玩,场上位置不同对身体要求也不同。进攻球员可能对身体要求比较高,防守位置就好一点,还有些位置脑子灵活、跑动比较快也行。”

王泉以前在小学的时候最喜欢的是踢足球,升入初中参加橄榄球队之后,一个学期下来体能提高不少,而他也喜欢上了橄榄球团队精神。校长王发高说:“给学生一个健康良好的学习环境和生活环境是我们要做的,分数不是衡量学生好坏的唯一标准,现在的学生更需要增强身体上的素质教育,而引进美式橄榄球就是出于这个考虑。”

杭州中考体育加分标准出炉

要想加5分需要付出600天的努力

□本报记者 沈梦雪

本报讯 本月初,杭州市教育局下发了《关于2016年杭州市区各类高中招生加分项目及有关事项的通知》,在加分项目中,体育是加分的一块重要领域。

4月7日,2016年杭州市中小学生田径运动会开幕,为期两天的运动会有可能决定很多学生升学的命运——因为对于参加这次运动会的学生来说,只要获得初中男子组、初中女子组个人项目比赛前八名,就能够获得5分的加分。

在第一天比赛结束时,杭州采荷中学的体育老师李永成对学生的表现相当满意:一名学生获得第二,三名学生获得第三,两名学生获得第五,“我们这次有8名学生参加了比赛,其中6个学生能获得中

考加分。而这5分的加分,来自学生们的艰苦训练。”像采荷中学这样的学生不在少数,很多学生七年级进来,八年级打基础,九年级收获成绩,学校田径队的孩子每年至少要训练200多天,3年就是600多天。

景芳中学的中长跑组的学生,每天早上7点之前就会出现操场上,在300米的跑道上跑上10圈;下午4点后,同样要再跑10圈,碰上下雨下雪天也不间断训练,有的时候在体育馆做力量训练,有的时候跑楼梯。初三学生王子乔说:“第一学期不太习惯,觉得为了5分这样拼命不值得,后来想想还是咬咬牙坚持了,毕竟有了这5分,也许真的能决定我高中的去向。”

链接>>>

初中毕业生加分条件——体育项目

- 1、初中教育阶段(指义务教育阶段的七至九年级,下同)获国家二级运动员及以上证书者;
- 2、初中教育阶段获省级及以上教育行政部门主办(相关文件的第一发文单位,下同)的体育竞赛个人项目前六名或一、二、三等奖者(获奖证书上盖有相应教育行政部门印章);
- 3、2016年杭州市中小学生田径运动会初中男子组、初中女子组个人项目比赛前八名获得者。

校园·论道

学校体育项目不要被束缚

近日,一学校体育生在掷标枪时,标枪插入另一男生后背,万幸的是,在送至医院后,受伤学生已脱离生命危险。此事一出,校园体育安全再次成为焦点。不少网友呼吁减少类似具有危险性的体育活动的开展,甚至不少人认为应该让标枪从学校体育活动中退出。

这些意见固然是处于对学生安全的考量,但衡量现实情况,学校体育活动的开展已经到了退无可退的境地。

从现有的新闻报道看,如果体育生是在正常的训练时间、场地投标枪,男生被标枪插中至伤应该是一则偶然性事件。但另一方面,也暴露了学校体育教育的短板。

目前,学校虽然切实保证中小學生每天一小时的体育活动时间,然而体育活动的开展一直受到“安全”这个紧箍咒的束缚,不可预测的体育意外伤害束缚了体育教师的手脚,稍微复杂一些的运动都难以开展,而趣味性强的体育运动往往具有一定的复杂性和危险性。因噎废食之下,跑步、立定跳远、投掷成为体育课的固定项目。

曾有学者研究过美国体育教育模式,发现美国的体育课内容设置非常细化,仅中学教学计划就有10大类,包含冒险运动、体能运动、水上运动、团队运动等60多项,跑步、游泳、网球等具有终身体育价值的项目占47.6%。在国外的孩子发掘自己

对体育的兴趣时,我们的孩子正在跑圈、立定跳远。过于粗放的课程设置以及过度防御的“高危项目禁令”,正在逐渐毁掉孩子们最单纯的运动兴趣。

举个简单的例子,很多人关注网球大满贯赛事,可是除了看相关新闻,看得懂比赛,真正从看直播中得到乐趣的人有多少?

如果学生连最基本的运动基础、运动认知都没有,怎么指望他们能有效地避免运动损伤?即使不接触“高危运动”,也有可能像这位被标枪插中的男生这样,走在路上无辜受伤。打铁还需自身硬,因噎废食、隔离式的校园体育安全是下下之策。(康康)

本报讯 为进一步提高全校师生的安全防范意识,掌握基本安全知识,提高师生遇到突发事件时的自救和逃生能力,日前,浦江县少体校全体师生整装待发,进行了一次具有深刻教育意义的消防安全疏散演练。

随着警报声的响起,各部门通力合作,学生们在教练的指引及各岗位老师的协助下,按照指定路线,迅速有序地进行紧急疏散。整个过程紧张有序,没有出现拥挤摔倒的现象。全体师生从寝室撤离到安全地带,仅用了38秒的时间。

此次安全紧急消防疏散演练活动,使全校师生在理论与实践相结合的逃生演练宣传教育中得到了一次系统全面的安全知识学习,进一步提高了师生逃生、自救的安全意识,为打造“平安校园”奠定了坚实基础。

(通讯员 黄少俊 文/摄)



浦江县少体校举行消防安全演练

理论学习+实际演练