

浙江财经大学体育锻饶有特色 操场是学生的另一课堂

□特约记者 赵 蕾

“以前在微信运动排名中,我都是在中间水平。自从学校开始实施课余体育锻炼新办法,我的排名从早上就遥遥领先。”浙江财经大学会计学院精益班大二学生钱嘉均说,“不仅仅是排名,在这几天的晨跑和课后锻炼之后,我感到自己一改暑假时的懒散,整个人精神焕发,上课效率也得到大大提升。”

近日,浙江财经大学实行学生阳光晨跑和课余体育锻炼新办法,学生每个学期必须晨跑12次,基础分数40,此外每一次晨跑或每两次课余锻炼加5分,上限100分,即晨跑24次或晨跑12次加课余锻炼24次可获得满分,并将成绩的60%计入必修体育成绩中。

每天早上6点,钱嘉均的手机闹铃准时响起。他和室友起床梳洗后,准时到西操场的起点刷卡晨跑。途经剧院、东操场、教学楼东侧,全程2.5公里,时长不超过

20分钟。每天清晨,满头大汗晨跑的学子都是浙财一道亮眼的风景线。锻炼的不仅仅是同学们的体能,更有意志力。对此,有同学有感而发:“刚开始晨刷非常累,但是只要坚持下来,就能切实感受到改变。现在我已经刷满次数了,但依然每天会来跑,这已经是一种习惯了!”

除了晨跑,游泳池里你追我赶的飞鱼对决、场馆里激烈的乒乓球对战、操场上热火朝天的长短跑运动、热闹非凡的社团校队活动,已成为校园常态。

“我们有一流的体育场馆和运动设施,更有一流的体育达人。真心希望同学们不做宅男宅女,用运动点燃激情,有强健的体魄去实现梦想。”校长钟晓敏说。

“浙财大的操场就是浙财大的课堂。”学校开展多种形式的学生群体活动,倡导并要求学生坚持课余锻炼,促进学生身体素质提高。此外,学校还发布了专属于

自己的微信运动。通过记录步数,每天将排名前80的学生公布在当天的榜单中,不仅调动学生的运动积极性,更让同学们互相监督,共同提高。

为了提高学生体质健康水平,学校积极干预学生体质状况,开设了减肥班、素质提高班,针对健康状况较差的学生进行辅导,指导他们进行合理锻炼。体育部主任黄建华表示,希望通过减肥班等尝试,把学生的观念从“要我锻炼”到“我要锻炼”。

学校固化学生常规的“月月有赛事”竞赛体系和课余活动,并重视校园体育文化宣传以及学生体质健康评测,有效完成年均13500人的体质测试,学生体质健康测试合格率达到国家规定的优秀标准。

近年来,学校采取体军部与学生社团合作成立体育俱乐部,涉及跆拳道、滑轮、

游泳等21个运动项目。鼓励学生“走下网络、走出宿舍、走向操场”进行课外体育锻炼。“社团作为学生自发组织的团体,在有限的资金支持下运转。两个部门联手成立体育俱乐部,不仅使俱乐部下的社团更规范专业,而且能使社团更好地发挥相应的作用,服务学生。”校团委负责人沈鑫泉说。“体育俱乐部是开展运动的摇篮,通过这个平台,可以更加规范体育社团,调动学生体育锻炼的积极性,形成人人有项目,月月有赛事的校园体育氛围。”体军部党总支书记叶东惠表示。

学校大力开展学生“三走”活动,引导学生勤于参加体育运动,切实提升学生的身体素质与体育修养。“育人至上,体魄与人格并重”的育人理念,再加上“钱塘江体育专修学校”这个学生们喊出来的口号,足见体育在浙财大日常教学中的重要地位。

足球氛围浓郁 教师队伍精干 启航中学放飞足球梦

□本报记者 钟 樑

本报讯 近日,一场主题为“放飞足球梦”的校园足球文化节在杭州市启航中学开幕。这也是该校在去年被教育部正式评为全国青少年校园足球特色学校后举行的首届校园足球文化节,浓郁的氛围让本次足球文化节亮点纷呈。

“足球进校园会让很多孩子爱上足球,踢球的人多了、喜欢足球的人多了,足球一定会发展得更好。”来自杭州绿城U19的队员赖金峰跟随他的教练成为本次文化节的重量级嘉宾。在简短的开幕式后,一场在启航中学校足球队和教职工队之间举行的揭幕战打响。虽说两队在年龄上有差距,但有了赖金峰的倾力加盟,原本不占优势的他们在场面上却不落下风。“比赛虽然对抗不太激烈,但使我切实感受到了足球的推广与发展。”经过短短一场比赛的时间,赖

金峰就感受到足球在这所展现出来的生命力。

“学校从2001年开始注重学生足球方面的培养,经过15年的演变发展,逐渐形成了特有的足球理念和文化。”启航中学党支部书记杨纪忠介绍,“我们始终秉承着‘做一些基础性的工作,让孩子们有爱好’的足球理念,注重培养学生对足球的兴趣爱好。另一方面也注重对校园足球氛围的营造,哪怕是一块石头也要赋予它浓郁的文化气息。”的确,校园内与足球相关的景观雕塑等随处可见。

每天在这种环境下学习,足球自然也成为了每位学生都愿意去了解和接触的运动项目。俞喆同学告诉记者:“足球给我带来了很多快乐,每节课间虽然只有短短的十分钟,却总能看到同学们在操场上踢球,我也是其中之一。”

“每一个成就都是新的起点”,十几年的努力让启航中学赢得了诸多足球方面的荣誉,而成绩的取得除了无处不在的足球氛围,更得益于一支精干的足球教练队伍。“近三年来,我们的足球文化做得越来越丰富,从班旗、班徽的设计,到班级足球队的组建,再到班级拉拉队的组建,很多细小环节上都融入足球元素。”足球专项教练郭震是目前全校的5个足球教练之一。在这里,足球已经被列入了精品课程,每周每班三节体育课中,必定有一节是足球课。为了进一步提高校园足球水平,学校还聘请了加拿大籍的外教授课。

去年,启航中学正式被教育部命名为全国青少年校园足球特色学校,这已经成为一个新的起点,启航中学的足球事业也扬帆起航。

以赛带训强技能 以赛促学补短板



4月27日至29日,为期三天的2016年庆元县中小学体育教师专业发展培训暨体育教师技能比赛在庆元三中举行。

本期培训主题突出,培训过程有声有色,有效解决了一线体育教师的教科研困境,点燃了他们的科研希望之火,明确了做一个文武兼备的体育教师应该努力的路径。全县中小学体育教师运动技能、理论水平明显提高,真正做到“以赛带训强技能,以赛促学补短板”。

通讯员 吴长久 全盛进 文/摄

信息速递

本报讯 4月29日,杭州市大学路小学“日新师生喜迎G20,家校携手共筑中国梦”的运动会举行。与往常不同的是,这是一场孩子与家长们共同参与的亲子运动会,大家在运动和比赛中体味亲情、感受快乐。

开幕式上,伴随着激情昂扬的音乐,日新教师方阵、18个“G20峰会成员国”班级方阵和家長方阵迈着矫健的步伐,喊着洪亮的口号,精神饱满地通过主席台接受检阅。有身穿动漫服饰、手拿团扇的日本代表队,有身着英伦服饰、手拿长柄雨伞的英国代表队……

校长汪萍宣布运动会正式开幕后,是学校特色课程的成果展示:动感的韵律球操、专业的魅力击剑操、豪迈的武术操还有优美的新学堂歌和舞蹈《茉莉花》,博得看台上家长们的阵阵掌声。

当然,在运动会上,最让人期待的是各种运动项目。田径赛场上,运动员们早已蓄势待发,只听裁判员一声哨响,同学们像离弦的箭一样冲了出去,加油声在看台上此起彼伏。这边百米竞赛,那边的亲子项目也异常激烈,“迷你高尔夫”、“十拿九稳”、“沙包掷准”这些有趣的项目带动了家长和孩子们的参赛热情,现场欢声笑语不断。

此次运动会,通过形式多样的亲子活动,不仅让学校师生了解G20,了解各国文化,也展示了学生和家長团结一心的凝聚力、奋发向上的顽强拼搏精神。(通讯员 严自珍)

杭州大学路小学举行亲子运动会