

皮划艇“划入”杭城校园

两所学校首开兴趣班 俱乐部全公益培训

□本报记者 毛锦怡

“

3月23日下午,伴随着第二节课下课铃响起,位于和睦路的杭州运河学校四五年的13名孩子欢快地跑出各自的教室,在校门口集合。孩子们这般猴急要去干什么?原来从3月初开始,他们接受了杭州水尚俱乐部皮划艇第一期的“小水手”公益培训。

每周三下午3点,俱乐部的工作人员接学生到学校对面的俱乐部,进行一个半小时的培训,所有的水上设施都是免费提供给学生的。虽然至今才上了两节课,但孩子们表现出来的兴趣让俱乐部教练徐水强颇感欣慰。

当天,由于天气原因,徐水强只安排了学生在室内进行陆上基本动作学习,对于不能下水,不少孩子们很是扫兴,但在与教练的互动下,学生又兴高采烈地听课,跟着教练学习。

”



天时地利人和

水尚皮划艇运动俱乐部,虽然去年才刚正式注册,但已有200多名会员,多名资深专项教练、十名助教、十名救生员,并多次在全国性休闲赛事中获得佳绩。其实俱乐部在注册的这两年,一直在西溪湿地的内陆河水域开

展皮划艇普及宣传工作,免费为一些爱好者提供体验服务。徐水强曾是杭州市皮划艇教练,有20年的教学经验。

“如何更好地推广普及皮划艇项目,尤其是在当前该项目越来越受欢迎的

大好形势下。”这是俱乐部一直在探索研究,随着俱乐部的正式注册,不仅在中国台湾美食街内有了陆上培训场地,在西塘河内前后10公里处的水域还有他们的水上训练基地,可谓是有着天时地利人和。

普及从娃娃抓起

水尚俱乐部对面是杭州运河学校,不到五百米处又是杭州启航中学,为此,徐水强就想先打开附近学校的“市场”。目的也很简单,一来向部分学生推广,再通过家长们的口耳相传,从而惠及更多的学生,其二通过培养业余爱好者,挖掘部分有潜力的学生,从中挑选出好苗子,向上级输送皮划艇人才。

徐水强的想法和运河学校、启航中学

两位校长的想法一拍即合。运河学校的校长王黎卿表示:“皮划艇运动在国外是一项很受欢迎的水上运动,它能锻炼孩子的平衡性与协调性,特别对腰、臂、肩、背部很有帮助。另外,还给孩子提供了一个学习新技能的机会,让他们在玩中学本领、长见识,再加上俱乐部又在学校对面,得天独厚的地理优势当然得充分利用起来。”

王黎卿说,培训课期间他也有去观察

过,学生们在课上的学习热情很高涨,也很用心,接下来,看孩子们的收获和成效,如果有更多学生有意愿,也会考虑把该项目纳入学校的课程设置里,挑选其中一个年级,每周设一节课,让更多的学生都能接触该项目。

杭州启航中学的校长郑德雄也十分支持,并安排了初一、初二的20多名学生参加培训。

按选苗子的标准挑选学员

不断招收新的学员,更坚定了徐水强推广该项目的信心。他告诉记者,这些学员都是通过高要求选拔出来的。会游泳是基本要求,身体素质好,吃苦耐劳,另外对身高也有要求,“可以说是按选苗子的标准挑选的。”

今年俱乐部主要是启蒙教学,培养孩子们的兴趣,待有了一定的基础,下个学期会考虑参加一些比赛,积攒他们的实战经验,有需要的话,会考虑利用周末给大家加课。“当然在培训过程中,如果有些可塑性不强的孩子,则会主动

劝退他们,想要当一门娱乐放松的运动,双休日俱乐部都有提供体验课程。”徐水强说。

路漫漫其修远兮,徐水强的初衷很简单,就是普及皮划艇运动,虽然路途遥远,但他对未来却信心十足。

创意飞机放飞梦想,动手探索科学奥秘

益智科技节让省府路小学欢乐无限

益智科技节是杭州市省府路小学六大传统节日之一,是培养学生综合实践活动能力的重要组成部分,也是学校校本综合实践活动课程的重要内容。上周,杭州市省府路小学用一周时间给学生过了项目新奇、充满乐趣的益智科技节。

创意飞机,飞出精彩

三年级的小朋友利用废弃材料,每人制作了一架小飞机,有的是纸飞机,有的是用橡皮筋做成的飞机,有的利用马达做成了动力飞机。看谁留空时间长,谁就能获胜。

经过班级中的淘汰赛后,每班十位同学进入了年级决赛。在美丽的足球场上,创意飞机飞出了精彩。在裁判的一声哨令下,四架飞机飞入“空中跑道”,每人两次机会。有的纸飞机飞出了五秒多的好成绩。三四班同学制作的马达飞机引起了全场的关注,飞机大而平稳,大家为之惊叹。

到比赛的最后阶段,三一班的一架飞机更是将本次竞赛推向了高潮,它居然能稳

稳停在高高的空中,计时器都计到两分钟了,它还没落下来,全场观众都仰头寻找它的踪迹,看来这是做飞机的最高境界了。

解“探月轨道”之谜,享科学的无穷乐趣

六年级的“探月轨道”团体赛在风雨操场举行。“探月轨道”是利用塑料吸管、胶带等材料做成的双轨道模型,在选材与尺寸上都有严格的规定,乒乓球通过轨道的时间最接近30秒获胜。

四个班的代表队带着他们的作品一亮相便得到了台下观众的热烈欢呼。这些造型各异、色彩明快的“探月轨道”犹如艺术品般闪亮双眼。最紧张的时刻莫过于验证“月亮”到达地面的准时性了。选手们做好最后的调试,按抽签顺序一一演示。每当裁判喊出“预备——”时,不论选手还是观众都屏住了呼吸。“29秒76”、“30秒20”……当裁判公布成绩时,台下响起了一阵阵热烈的掌声。

乒乓球在“探月轨道”运行仅仅30秒左右的时间,但是为了获得成功,孩子们

去了解探月轨道的原理、设计方案、搭建轨道,期间遇到了很多问题:支架不够稳定、准时性不佳、容易脱轨等,孩子们不断思考,对作品进行一次次修改完善,此间获得的收获与体验是多么丰富。

体验纸船承重,探索科学奥秘

在水中,一张A4纸能承载多大的重量呢?传统纸船承重好还是方形纸船承重好?船形对于船舶的承重能力有什么影响?二年级的纸船承重比赛给出了答案。

孩子们接受比赛任务后,每天放学了,三五成群地约定地点,进行纸能承受实验。一遍又一遍,有的折出十多种不同形状的纸船,传统小舟、游艇、元宝船、平面炮艇、帆船、小方盒、大方盒,一一试验过去。最终得出结论:让纸船不翻的诀窍在于船尽量做得大,承重物尽量放到船的四周,并让船保持平衡。在比赛场上,朱勛和楼佳蕙的纸船,取得了承重130枚一元硬币的好成绩。(通讯员 黄正斌)

本报讯“砰!”3月27日上午11点,随着一声发令枪响,“没事找事”杯浙江省首届校园微型马拉松赛在浙江工业大学屏峰校区开跑,来自全省各高校的2000多名学生参加了本次比赛。

本届校园微型马拉松赛由浙江省大中学生校园文化节组委会主办。比赛全程7.542公里,起点和终点均设在校内,采用校园绕圈的路线设计,意在引导学生们一起参与。经过1个多小时的角逐,来自浙江工业大学经贸管理学院的大二学生范杨涛夺得首站冠军,用时21分钟。他听说这次跑步能给公益献一份力,就毫不犹豫地报了名,“也是想试试自己的耐力,还能帮助其他同学圆梦”。

原来,此次校园微型马拉松赛的活动还与公益相结合,专门设计了10万元爱心红包接力活动,每位选手通过“没事找事”APP报名平台成功报名后,就能领取一份5元的爱心红包。其中,2元自动注入公益基金池,另外3元作为爱心接力引导金,鼓励收到爱心红包的同学在网上选择公益项目进行认捐,继续开展爱心接力。活动结束后,组委会将以立项申报的形式,将这笔公益金用于暑期社会实践小分队开展公益活动。

本次比赛的男女各前5名,将进入5月底的决赛,成绩最好的40人获得“校园微马达人”称号,可以获得2016年杭州马拉松的参赛资格。

(通讯员 朱宁宁)

在校园里边跑马拉松边做公益
成绩最好的跑友可以获得杭马直通证

更正

本报于2016年3月24日A3版刊发的《开展班级阳光体育运动的探索与研究》文章署名“绍兴市柯桥区教体局”表述有误,应是“衢州市柯城区教体局”,文中“柯桥区”应为“柯城区”,特此声明。

本报编辑部
2016年3月28日