

义乌一农村体育教师获全国教师技能比武一等奖 “健美操王子”是这样练成的

“前不久,在第三届全国中小学体育教师技能比赛上,义乌市义亭镇中的体育老师朱平获得一等奖。该比赛由中国教育研究院主办,要比拼广播操、武术操、队列队形、看录像评课、教学设计、微课展示、个人技能展示等诸多内容,含金量颇高。参赛教师需经市级、地区级、省级层层选拔。朱平作为一名来自农村初中学校的老师,能获得这样的佳绩,可谓“万里挑一”。

“健美操王子”引领青春活力

在义亭镇中,师生们对朱平有一个美称“健美操王子”。这些年,在朱平的带领下,学校的健美操队连续4年代表义乌参加全省、全国健美操比赛都获得了佳绩。

2007年,朱平大学毕业后成为义亭初中一名体育老师。如何让体育成为学生最喜爱的科目?2009年,毕业才两年的朱平提出了“健美教育”,建议在全校

普及健美操。得到校领导的支持后,朱平迅速行动起来,先用午休时间把体育教师教会,再用大课间时间统领全校1500多名学生学习基本动作,然后由体育老师在体育课上进行巩固练习。一个学期下来,朱平收获了很多粉丝。节奏欢快、造型多变的健美操赢得了学生普遍欢迎。还引来班主任老师一起练习,

保持青春活力,拉近师生距离。

朱平为人朴实善良,遇到有想参赛却没能力购买服装的学生,他总是自掏腰包。2012年起,学校每年举行全校性健美操展演,不但人人会跳健美操,而且班班能编健美操。学生的审美能力、组织能力都得到了有效地锻炼。健美教育让这所农村初中充满了青春活力。

功在“平”时

一米七八的个头,说话温柔,刚毕业时的朱平看上去并没什么过人之处。渐渐地,大家就看出来一些“苗头”来。

学生说他“起得早”。清晨,学生准备开始晨跑,朱平早已等在操场上了。陪着学生跑完,他还要再完成自己规定的体能训练项目。这是他风雨无阻的“朱平早自习”。

晚9点,学生睡下了,“朱平晚自习”

才刚刚开始。先到舞蹈房里待上一个小时,广播操、武术操、个人技术组合动作等,为了掌握倒立、侧手翻等动作要领,一遍遍练习,一遍遍录像,查找问题、揣摩原因,再做整改,逐个攻克下技术问题。

每次大赛,上课、评课和教学设计是最让体育老师们焦虑的。朱平说,他的优质课,是对着镜子练出来的。上课要说的每一句话、每一个示范动作,朱

平都对着镜子练习了无数遍。平时,跨学科听课学来的语言表达,也有机地融进了自己的体育教学中。练习结束后,回到寝室继续啃教材,研究教学设计。

每年义乌市都会举行体育教师教学技能比武,朱平就是通过一次次认真备赛、参赛,一次次挑战不同项目,成就了“全能”的自己。他撰写的论文和参与的课题也多次获奖。

大赛当前“平常心”

在教学一线9年的“打磨”,使朱平在层层选拔中表现得十分抢眼。2016年12月中旬,朱平随浙江省代表队赴广州参加比赛。此前两三个月里,白天,他忙着编排、筹备学校里的健美操大赛;晚上,准备自己的全国赛;每周还要至少抽出3个晚上,替参加今年省赛的义乌代表

队教师做指导;周末,为了弥补平时与孩子相处时间的不足,他又抢着带孩子。到比赛最后一天,朱平竟累得流鼻血。

不过,最终朱平高质量地完成了一整套动作,赢得了最高分,评委当场竖起大拇指为他“点赞”。如此重压也能顶得

住,队员们很好奇。只有朱平自己知道,一次次在马路边、草坪上练体操,一次次奔赴浙师大请专家挑刺,就是为了关键时刻能“顶得住”。把每一次训练当大赛,把大赛当训练,始终以“平常心+12分努力”来对待,这是朱平的内功心法。

(通讯员 金晓英 龚琴娟)



三九严寒天 孩童忙健身

眼下正值三九严寒的季节,在建德市杨村桥中心小学校园里,学生们每天利用大课间操时间,参加跳绳、踢足球、打乒乓球等多项目体育锻炼的健身,增强体质,战胜严寒,更好地投入新的学习。

通讯员 宁文武 文/摄

太极拳进建德校园 拓展课程添精彩

本报讯 日前,建德市大洋中心小学在大操场举行了特色拓展课程暨第五届太极拳进校园展示活动。通过杨式二十四式个人赛和阵张三丰(原式)太极功夫团体赛,展现了大洋中心小学太极特色学校实至名归。

大洋中心小学2012年开展太极文化

进校园活动,2015年被建德市教育局命名为太极特色学校,与此同时,还被市太极拳协会确认为太极拳教学基地。几年来,扎扎实实开展太极拳在校园的普及工作,组织和参加比赛,并取得显著成绩,是太极拳进校园,弘扬传统文化,丰富校园生活的典范。

大洋中心小学太极拳进校园,进一步将我国传统武术精粹发扬光大,也为大洋学子开展全民健身运动、提高生活品质点燃激情、放飞梦想。通过特色拓展课程提升,将进一步提升学校太极品位,促进太极文化的健康发展。

(通讯员 陈启浩)

近日,金华荣光国际学校“国际文化嘉年华”落下帷幕。为期半个月的时间里,科技、体艺、语言、综艺四大炫酷专场活动轮番上演,其中体艺专场更是让学生玩得不亦乐乎,乒乓球、射箭、击剑、高尔夫球、冰球等时下国际流行项目,俨然就是一场小奥运会,还有来自省队乃至国家队教练的亲自指导。

在这个学校中占地1万多平方米的露天体育场地正在施工,还有一所投资了4000万左右的多功能体育馆也在建设中。据了解,体育馆包含了游泳、射箭、跆拳道、篮球场、羽毛球场等多种功能,将会为学生提供功能强大的运动场地。荣光国际学校徐锦生告诉记者:“学校十分重视体育活动,所以投入了很多资金对场地设施进行建设,就是保证学生有优质的运动体验。”

不仅有高尔夫球、射箭等新颖的项目,在荣光国际学校还开设了足球班这样的传统项目。说到足球班,一定要提知名的教练们。记者了解到,足球课由亚洲知名球星彭伟国任顾问,前国家足球队主力姜峰任总教练,前国青队、国奥队优秀球员梁明担任教练组长。

很多人会认为,这都有国字号的教练了,是不是一个专门教踢足球的班呢?其实并不是。荣光足球班依然采用小班化授课,每天6节文化课、2节晚自习课,只是会比其他班级多出2节足球训练课。当然,更让家长认可的是,足球班的学生会有机会被推荐给绿城青训后备人才选拔基地,“我们假期还会组织学生去绿城参加足球训练营,有绿城球队专业教练员授课,并且配合文化课老师同行。”

对于荣光体育活动的多元发展,徐锦生很坚定地说:“前不久去国外,的确看到孩子们对于运动的热爱,在学习中运动,在运动中学习。而我们学校育人目标本身就是智力与非智力因素协调发展,体育是其中相当重要的一块内容,只有强健了体魄,学生的智力才能健康的成长。”



短消息

@龙湾

本报讯 近日,龙湾区十幼筹备举办了2016迎新亲子趣味迷你马拉松运动会。赛程展示的特色“跑操”,在锻炼基本动作、强身健体的同时,也让孩子们跑得有趣,跑得开心。

(通讯员 黄琦立)

@龙泉

本报讯 日前,省体育局公布了2016年度“浙江省重点体育后备人才”名单。龙泉市体校刘雨诺、李云云等9名排球运动员榜上有名,被确定为2016年度“浙江省重点体育后备人才”。

(通讯员 许东宝)

场地设施积极建设 体育活动多元并进
金华荣光国际学校·智力与体育协调发展