七成学生都将排球作为自己的第一选择

拱宸中学:青春好时光,一起运动吧

本报记者 沈梦雪

提到杭州市拱宸中学,就不得不提这里的排球氛围,学校近七成的学生都喜欢排球运动。因势利导,拱宸中学就把排球列为了学校特色项目。近日,广西南宁区和北京怀柔区两个教育考察团先后来到拱宸中学交流考察,感受到了这里火热的排球氛围和深厚的体育文化内涵。

为什么把排球作为学校特色运动项目?

说起拱宸中学为什么把排球作为学校全员参与的特色体育项目,校长郑明华提到了两年前一次面向全校学生的调查。当时,学校让学生自己选出最喜欢的体育项目,结果,排球以70%的得票率超过了足球和篮球,成为最受学生欢迎的体育运动。郑明华说:“当时校方也没想到有这么多学生喜欢排球,经过这两年的发展,排球运动在校园里愈发风靡。”

拱宸中学的校训是“博学、勤思、雅行、健美”。在郑明华看来,“健美”是基础,只有将学生的身体底子打好了,才能让学生以更饱满的热情投入到紧张的学习和生活中去。

初三体育课不打折,数百名排球小将全国有名

今年5月,一场别开生面的排球全员运动会在拱宸中学举行,这也是第十一届全国学校体育联盟(教学改革)现场展示活动的重要内容之一。

运动会上,340名拱宸中学的学生展示了排球大课间素质操,他们配合律动的音乐,用排球拼组成了一幅积极向上的画卷,让现场观众不由地鼓掌,连全国学校体育联盟(教学改革)主席毛振明都竖起了大拇指,频频点赞。

除了排球项目之外,“趣味课课练”也是拱宸中学体育课堂教学改革的重要成果,其基本内涵是每节课都要练习,每位学生都要参加,初三也不例外。这套由体育组8位老师自行设计的“穿越火线”、“花式腾跳”、“垫上力量”、“力的角逐”、“垫上技巧”、“趣味山羊”、“多走协调”、“跑绳梯”8组练习,根据学生生理、身体特点来科学合理地安排练习内容和练习方式。拱宸中学体育教研组长刘蕾说:“体育组编排这套操前后花了3个月的时间,体现了体育课堂教学思路的创新,教学内容的趣味性和多元性。希望通过这套操来发展学生的身体素质,关注学生的情感体验和运动兴趣。”

特色体育课程助推校园体育文化

近年来,以“一校一品的排球特色”为抓手的拱宸中学体育课程改革全方位地推动并取得了亮眼的成绩,学校连续6年夺取拱墅区公办中学全区运动会的桂冠;各学科的课堂教学成绩也名列全区前茅。学校各类体育社团层出不穷,与周边学校进行的球类友谊赛接连不断。

“通过各类比赛,不仅让学生在比赛中提升体育技能,更是让他们在比赛中收获不抛弃,努力拼搏的体育精神。校方始终觉得体育的力量不仅仅是生理层面的,更能在思想上传递正能量,引领学生健康发展。”郑明华在向交流团介绍学校体育课程时说。

广西南宁区和北京怀柔区两个教育考察团接连走进拱宸中学,体现了拱宸中学在体育教学上的影响力不断提升。作为拱墅区首批进入全省“学校体育综合改革”实验区之一的学校,拱宸中学也将全方位进行体育综合改革,让中小学生爱上体育课,不断推广成功经验。

趣味运动乐无穷

近日,杭州市临安区育英实验学校举行了以“享受运动,快乐成长”为主题的学生趣味运动会。

活动内容丰富多彩,有搭桥过河、保龄球、跳长绳 、拔河投准、翻轮胎接力赛等项目。运动场上,掌声、笑声、喝彩声此起彼伏,各班队员个个情绪高涨,你追我赶。

(通讯员 陈洪伟 文/摄)

足球成中西青年交流纽带

温岭中学与西班牙联谊 共同组建“青少年足球队”

通讯员 叶伟梅 本报记者 毛锦怡

近日,温岭市温岭中学的校长陈才锜忙得不可开交,作为一家具有百年历史的高中名校,这位掌门人除了忙活繁杂的教学事务,最近又把目光瞄向了足球领域。“1月初,西班牙人海陆空HLK足球学院的第一场校园足球比赛将在温岭中学举行,这不仅是今后源源不断的比赛进校园的试水,也算是学校与对方足球学院达成的协议开始生效。”

陈才锜口中的协议是12月3日签的,原来为了加强中西两国体育领域的合作,开展两国中学间的足球运动交流,让校园足球国际化的培养途径衔接贯通,温岭中学与西班牙人海陆空HLK足球学院达成协议,将在温岭中学共同组建“青少年足球队”。

根据协议,西班牙人海陆空HLK足球学院将请一位西班牙教练与10多位西班牙学生每年假期到温岭中学培训学习,而温岭中学师生每年寒暑假则可以到该学院集中培训。

谈及为何会在学校引进足球项目。陈才锜表示:教书育人过程中除了文化课,学校更讲究德智体美的均衡发展,田径、篮球等传统项目在学校已经推广得很成熟了。“之所以选择足球项目,一来是当前全国校园足球蓬勃发展,其二主要是看中足球项目更能激发学生的运动激情,传递给学生一种积极向上的精神正能力。”

当然要想一个体育项目有序开展,完善的硬件是必备的,温岭中学也的确有这样的硬实力。学校拥有2个足球场(室内训练球场和室外标准球场),2015还被浙江省教育厅评为“千校结好”特色学校,也完全具备接待留学生和建立足球基地的经验和条件。自1998年开始,学校已接受俄罗斯、日本、法国、厄瓜多尔等国的中学生。

据介绍,西班牙人海陆空足球HLK学院是由西甲西班牙人足球俱乐部与西班牙华人足球俱乐部HLK联合建立。西班牙人俱乐部成立于1900年10月28日,拥有117年的历史,是一家位于巴塞罗那的西班牙甲级联赛的球队。西班牙华人足球俱乐部HLK作为加泰罗尼亚足协官方正式登记注册的足球俱乐部,其有权参加加泰罗尼亚地区的青少年足球联赛。

运动手环监督小学生“动”起来

东阳这所小学用大数据推进体育教学

最近一段时间,东阳市下范小学的体育课上出现了“高科技”,学校为30名校篮球队与校田径队队员提供了运动手环。别看只是一枚小小的手环却成了老师的好帮手。“以前,我们上课都是凭经验来判断孩子们的运动状况,有了运动手环,在手机上就可以实时监测孩子们的运动数据,方便又科学!”不少老师说。

本学期,下范小学作为“每日锻炼一小时”小学联盟的一员和学区试点学校,采用智能运动手环辅助课堂教学的方式。目的是为了对学生的运动锻炼进行大数据监测,促使学生体质全面提高。

据悉,老师通过手机终端就能实时监测同学的运动量,每天体育训练所产生的锻炼步数、实时心率、环境温度和进出校时间、学生签到等都可以实时监测。同时,手环能及时有效采集学生的肺活量等数据,并给体育老师的手机实时发送数据,老师能及时监控所有学生的个体运动量与身体情况,如果学生超量运动或运动不足时,系统会自动向老师发出预警,老师便会及时做出调整。

(通讯员 程丹妮)

短消息

@宁波奉化

本报讯 近日,宁波奉化区第二届“新华新星杯”校园足球联赛在奉化区龙津实验学校足球场圆满落幕。据悉,为期一个月的比赛有近30所中小学43支代表队参加。

(通讯员 周 力)

@建德

本报讯 日前,以姚明前队友卢瑟·海德领衔的美国篮球明星走进新安江三中,为这里正在举行的2017冬季篮球赛添了一把火。

(通讯员 黄 群)

@绍兴上虞

本报讯 昨日,155名来自绍兴市上虞区中小学体育教师汇聚在杭州,开展为期5天的体育教师90学分中级班理论专业培训。

(通讯员 朱姣丽)

@龙游

本报讯 近日,龙游县夏金小学举行了2017年度冬季长跑启动仪式,活动号召广大同学牢固树立“健康第一”的信念,在运动中领略体育的魅力。

(通讯员 邵银建 江丽萍)