

冬季来临,严寒逼近,体育课失去了生机? 且看杭州卖鱼桥小学的招数—— “体育日”,让小伙伴们嗨翻天

见习记者 许伊雯

趣味接力赛、“迎春杯”足球决赛、师生足球大PK……辞旧迎新之际,杭州市卖鱼桥小学湖墅校区举行了为期一个月的体育活动,整个校园充满了激情和朝气。

绿茵场地 学生老师齐上场

在体育迎新中,最为激烈的要数足球赛了。“迎春杯”足球赛每学期开展一次,19支球队,35场比赛,每个班级每月至少可以踢上四场比赛。足球队员的奋力拼搏,拉拉队员的倾力助威,让赛场内外处处充满了浓浓的足球氛围。“以前大家都在电视上看别人踢球,但是亲身体验后,不管对足球的认知还是热爱,都有了很大的提高。”该校足球社团负责人王今老师说。

值得一提的是,班主任只要发现班里有足球天赋的学生,就会推荐给学校的足球社团。

器械五颜六色 田径也变得有趣

除了足球比赛,同学之间的趣味接力赛也吸引了不少目光驻足。“跟着我左手右手一起慢动作……”操场上摆满了五颜六色的器械,在动感欢快的音乐声中,只见同学们从起点手持接力环出发,双脚并拢连续侧向跳过标志盘,钻过跨栏架,小步跑过绳梯,随后绕过标志

比赛中,最抢眼的当属五(3)班的守门员胡笕,作为一名女守门员,瘦弱的身子,每回面对带着一股强劲的风冲来的足球,都毫不犹豫地跃起。“她是了不起的守门员!”五(3)的学生戴玥说,“通过比赛,我们班更加团结了。”

比赛的尾声,学校还特意组织了一场老师与学生之间的PK。“所有师生都来操场加油助威,场面很热闹。”副校长蒋建国说,“举办这样的活动,既拉近了老师与学生的关系,又增强了班级的凝聚力,给更多的学生提供了展示自己的平台。”

杆直线跑回起点,将接力环传给下一个同学。“加油,加油!”不少观看比赛的学生一边跟着音乐节拍扭动身体,一边兴奋地鼓掌助威。

看似简单的动作,同学们却汗流浃背的,王今说:“这个项目主要培养学生的速度、耐力、协调等身体素质。”



卖鱼桥小学供图

双管齐下 提升学生体能

看似简单的趣味接力赛是让学生爱上枯燥的田径项目的一种方式。去年,卖鱼桥小学加入全国学校体育联盟,充分考虑学校的体育教学现状和各方面因素,选择趣味田径作为他们的特色项目。为了提升学生参与热度,在实施过程中,王老师和其他体育老师自编教材,不停地对项目进行体验、讨论、改良,如趣味接力赛、单人障碍接力、“十”字双脚连续跳、跑跳绳梯练习……这些活动充满趣味、形式变化多样、器材新式奇特。

学校聘请一名外教,专门给一二年级的小朋友们每周上一节足球课。此外,在专业训练上也花了不少心力,邀请黄龙五人制足球教练对精英队员进行定点培训。上届“市长杯”足球赛,学校冲进16强;区运动会中,稳居亚军席位。就在前不久,学校成功入选2015年省青少年校园足球特色试点学校。

通过田径、足球的双管齐下,热爱体育的学生越来越多。“我们希望学校充满体育氛围,这对于学生体能的改善,都将产生积极的影响。”蒋建国说。



拔河乐无穷

近日,浦江岩头小学举办了男女生混合拔河比赛。本次比赛以班级为单位,每班各出20名学生,采用淘汰制,最后决出前三名。

通讯员 张苑 陈萍萍 文/摄

校园快讯

@台州

本报讯 日前,台州职业技术学院第九届“阳光体育 长跑迎新”比赛在校举行,比赛以院系为单位,7个代表队共900人左右参加,分健身组和竞赛组。

(通讯员 陈宇)

@镇海

本报讯 近日,镇海区中小學生冬季长跑比赛在职教中心田径场举行,23所学校参与角逐,龙赛中学、骆驼中学、应行久外语实验学校代表队分别获得高中组、初中组及小学组的团体总分第一名。

(通讯员 吕斌波)

@路桥

本报讯 金清红太阳幼儿园组织园内幼儿和家长们在校文化广场进行“感恩低碳”健身走活动。从幼儿园到广场有近800米的距离,孩子们走在前面,父母紧随其后,大部队浩浩荡荡、精神抖擞。

(通讯员 沈健)

大球小球,球儿跳“悦”。温州一幼儿园把球类活动玩出新花样 “球”是这么好玩

日前,温州市机关第一幼儿园九山园区迎来了第六届新春亲子趣味运动会。以“球儿跳‘悦’,童心飞扬”为主题,设置丰富的球类运动项目,并把场地移到九山体育馆,让孩子们在宽阔的体育场上玩转各种类型的球。

“步步惊心”、“你扔我接”、“篮球接力”、“搬过来搬过去”……运动会共设置了9项不同球类的趣味运动游戏,每位家长和孩子根据参会牌上的指示,合作参加其中三项。“单车运球忙”是孩子把篮球放在单车篮子里后,运送到对面给家长,家长接过后再骑向对面交给下一个孩子;“竹竿运球”是家长和孩子分别握住竹竿的两端,把皮球放在两根竹竿中间,共同把球运到指定地点;“足球嘉年华”是家长沿着跑道将足球运给孩子,孩子接过足球后射入球门内;

“草裙跳跳球”是家长和孩子一起在腰上系草裙篮子,在规定时间内将草裙篮子里的乒乓球抖出来;“球儿滚滚”是孩子推动又大又软的瑜伽球,绕过障碍物后运送给家长,家长在指定位置推动瑜伽球击打塑料瓶……孩子们在各种球类和游戏规则中穿梭运动,家长们奋力协助孩子竞赛好成绩,大家都很享受这一场由“球”带来的运动盛会。

小(1)班丁潼的爸爸妈妈、爷爷奶奶都参与和见证了孩子入园后第一次亲子运动会,心情很激动。“孩子本来就很喜欢球,家里光皮球就有很多种,平时都让我们陪着玩。”丁潼妈妈说,此次以“球”为主题的运动会给他们一家留下了深刻的印象。

“球是一种很好的玩具,也是一种很有代表

性的运动工具,而且球的种类繁多,每一种球都有不同的玩法,我们觉得可以以运动会为契机,将‘球类运动文化’深入到每个家庭。”园长陈静怡介绍,机关一幼日常就很重视幼儿球类运动的教学,每个孩子人手一个皮球,今年又组建了一支篮球队,普及幼儿篮球运动。此次运动会,她希望集全园老师的智慧,通过形式多样的球类运动项目,让孩子们接触到更多球的种类,在“球”的海洋里跟“球”做朋友,从而喜欢上运动,养成锻炼的好习惯,真正落实“面向全体、人人参与、增强体质、健康成长”的活动宗旨。

与此同时,机关一幼同园区和金色尚品园区也分别开展了不同主题的亲子趣味活动。

(通讯员 陈琼)

