

20余所学校,近百场角逐,最佳球员还有机会试训绿城 杭州上城区的校园足球联赛“花样十足”

本报记者 邵源



上个周末,杭州清河实验学校
的操场上人声鼎沸,来自杭州上城区10
余所小学的400多位小球员和家长,
兴冲冲地准备迎接一场属于自己足球
盛宴——上城区“七彩阳光”体育
节暨2017年青少年校园足球联赛。
在接下来的几个月时间里,他们将会
和全区其他10多所学校的队伍一起,
经历近百场比赛的角逐,感受足球带
来的魅力。

虽然只是一场普通的校园足球
赛事,但现场的“花样”还真不少。
前不久刚刚和队友一起拿到全国女足
U14春季锦标赛冠军的莱茵达女
足队员李婷英格,和现场的小球员们
一起分享了自己的夺冠经历。她鼓
励小球员,要珍惜和队友们在一起踢
球的机会,大家一起在球场上朝着自
己的足球梦想奔跑。听到来自专业球
员的鼓励后,小球员们也非常振奋。

当然,这些互动只是本次联赛小
彩蛋的一部分。据出席开幕式的杭
州绿城俱乐部副总黄凡农介绍,本次
联赛的最佳球员,将有机会进入绿城
青训进行试训和跟训,而最终选出的

联赛最佳阵容队伍,将会和绿城足校
梯队进行交流比赛。校园足球的精
英们和职业足球俱乐部梯队之间的
对抗,想想就让人期待。

之所以为全区的孩子准备了这
么多“花样”,上城区教育局局长项海
刚表示这与上城区一直以来重视校
园足球运动的开展密不可分。近年
来,上城区一直在探索校园足球发
展的方式,特别是将专业足球青训体
系引进校园,给学生提供足球交流竞
技舞台,营造校园足球氛围等方面。
其目的就是希望孩子在绿茵场上释
放活力,用足球的方式与同伴交流学
习、共同成长。

据悉,今后上城区教育局、体育
局和杭州绿城俱乐部将会继续保持
积极合作。黄凡农介绍,接下来绿
城足球会继续通过“公益示范课”
、“足球师资培训”、“校园足球课
程开发”等方式将专业正统的青训模
式带进校园,培养更多孩子的足球兴
趣,另外还会将足球运动的团队协作
、竞技精神融入到学校教育,为浙
江足球、中国足球培养更多的“明日
之星”。



这个军训有点“酷”

近日,浙江工商大学杭州商学院桐庐校区内,有1813名学生进行了为期半
个月的军训。本次军训加入了武术教学环节,教官在每个营每个连队中选择表现
出众的学生组成了两个方阵,练习擒敌拳和应急棍术。

通讯员 徐军勇 文/摄

保证学生每日运动量、特色社团激发学生运动热情 多彩体育让宁波校园“动”起来

如何改变青少年身体素质呈现向下趋势这一现状?一直以来,宁
波坚持开展“阳光体育”工作,做到让学生每天锻炼1小时,掌握至少2
项日常锻炼的体育技能。目前,宁波共有13所全国学校体育工作示范
校,66所中小学校成为浙江省体育特色学校。

如何保证学生的运动量? 学校、家长一起抓

每天锻炼1小时并不是个新
鲜的口号,但由于体育课并不是
每天都有,如何保证这1小时的
运动时间? 宁波很多学校的做
法是运用大课间活动。

在北仑区蔚斗小学,上午8
点半之后,学生可以尽情玩耍1
个小时,每个年级都有规定的项
目,一年级跳律操,二年级踢毽
子,三到四年级学乒乓球,五年
级打排球……学生们说:“一年
学一个花样,毕业时就会很多体
育项目了。”

作为全国学校体育工作示
范校,蔚斗小学还自创了系列自
编操。每天中午12点半,快乐
的音乐回响整个校园,此时全校
师生就会放下案头工作、作业,
一起跳起校园泡泡操,很多孩子
不仅喜欢在课间跳,还把它带回
了家。

海曙区镇明中心小学通过
菜单式大课间活动来引导学生
体育锻炼。上午大课间活动除

了做操,还有班集体活动,有
长绳、短绳、接力跑、运球跑等
多种形式选择;下午大课间活动
是“校园集体舞+校园韵律操”。
如果遇到下雨就改为室内活动。

为了让学生们能够真正利
用好“大课间”,宁波中小学校
为此添置了不少运动器材,还自
制了个性化的游戏道具,基本保
证了每天锻炼1小时。

此外,一些学校还向学生布
置了“体育家庭作业”,并倡导
家长“陪练”。

早在2007年,余姚实验小学
就开始实施每天给学生布置一
定量的“体育家庭作业”,作业
项目和运动量按年级划分,学生
可以选择自己喜欢的体育活动。

“想要学生锻炼好身体,光
靠学校是完全不够的。”2012
年,鄞州区田莘耕中学开始推行
体育作业本,列出了必修和选修
练习项目。在学校的努力下,学
生都补上体育运动的家庭这一课。

体育运动自律性不高? 发展兴趣很重要

如今,受到电脑、手机等现
代科技的影响,对于青少年来
说,运动并不具有太高的吸引
力,怎么办?

“日常教学中,我们发现喜
欢运动的学生会很自觉地参与
各项体育活动,不喜欢运动的
学生积极性就不高,为了解决这
个问题,我们的做法是让学生在
体育活动中找到自己的定位,比
如篮球课,不一定每个人都要
上场当球员,也可以当裁判或者
球队经理,先尝试一种角色,然
后再慢慢对这个运动产生兴趣。”
宁波四中的一位体育教练说。

在宁波中小学校,丰富多彩
的校园社团中,体育类社团占
了较大一部分比例,这些社团
对于发展学生们的体育兴趣起
到了积极作用。

宁海县星海中学是全国学
校体育工作示范校,该校成立
了星光体育俱乐部,开设了拳
击、体育舞蹈、棋类、球类等
8个社团,每个社团向全校学
生公布社团的教学内容、难易
程度和考核标准,便于学生根
据自身能力和兴趣爱好,有针
对性地进行自主

选择。

随着该校体育教学形式的
变化,学生们的身体素质也有
了明显提高,“小胖墩”现象
得到有效缓解。从2008年到
2010年该校学生体质健康身
体体重综合情况表来看,肥胖
比例从15.49%降至9.89%。

2012年,宁波市职教中心
学校作为全国职业学校的唯一
代表,在教育部分召开的全国
推进学校体育工作电视电话
会议,做了题为《优化体育社
团建设,推进阳光体育运动》
的发言。该校篮球社、足球
社、街舞社、YOYO社、漂
移板社、桌球社、网球社、
健美操社、羽毛球社等社团
的组建基于90后、00后新
生代的兴趣和爱好,吸引了
许多学生参与,不少社团在
各级各类比赛中崭露头角,
成为“明星社团”,产生了
更广泛的集聚效应。

“学生们根据自己特长选
择和参与适合自己的体育运动,
社团能够为学生搭建展示风
采的舞台,激发学生自信和参
与运动的热情。”该校相关
负责人说道。
(通讯员 李宁)