全年龄铺开男女足并重

婺城小学再掀绿茵风尚

本报记者 薛 原

说起金华婺城小学的足球，不得不提其全面铺开的足球风尚，从不久前结束的婺城区校园足球比赛中，就能凸显其广泛的足球基础，他们在各年龄组别、男女足都摘金夺银——男子甲组、女子甲组、女子乙组、混合丙组（男女混合）冠军以及男子乙组亚军，可谓大包大揽。这支省内闻名的小学足球队，之所以成绩如此优异，离不开其注重足球文化普及的特色教育方式。

该校体育老师施柳江告诉记者，婺城小学是全国青少年校园足球特色学校之一，不仅仅培养个别拔尖的优秀选手，而是重在普及，选材面广了，自然能在各年龄段中都平衡发展，拥有“集团式”优势和可持续性发展后劲。“比赛中我们看到孩子们的拼劲和智慧，其实在训练时的努力与坚持才是厚积薄发的重要因素，对足球的热爱体现在平时一点一滴细节的积累。”施柳江说道。

身披68号队服的6年级男生袁一正是其中的佼佼者，他从四年级开始踢球，是校田径队队员，代表学校多次获得短跑第一名，身体素质的优势，让他在绿茵场上游刃有余——速度快、脚力大、擅长远射；而66号何昊翀带球进攻能力佳，擅长组织，还有一脚远程吊射的绝活。

除了男足外，婺城小学的女足也格外亮眼，女甲组张彭诗睿赛前训练崴伤了脚，即使受伤也强烈要求上场比赛，正是这样一支顽强拼搏的队伍，造就了婺城小学四冠一亚的好成绩。每当这些孩子踢球、看球、谈论足球的时候，都是满脸的笑容，“这种发自内心的热爱，才是最好的动力。”施柳江谈到，学校除了日常训练、比赛，还有不少足球主题活动、嘉年华，最炫足球操、花式传接球、特色足球舞，绿茵元素遍地开花。

不仅班班有球队，婺城小学还建设足球文化墙、足球教室、足球彩旗等校园设施，营造出浓厚的足球文化氛围，其中不少校园设施都是由小朋友自己画的。“平时细水长流的培养，比赛时才不掉链子，好胜心、荣誉感就是这样建立的，”施柳江重点介绍了婺城小学男乙足球队的守门员高旭阳，他就是在浓厚的足球氛围里耳濡目染，从零基础，成长为如今高接抵挡的“小门神”：“守门员是足球场的最后一道防线，高旭阳虽然个子小了点，但跳得高，责任心、意志品质也很强”，经常在比赛中受到对方球员的大力射门，高旭阳轻伤不下火线。足球对于他来说，更像是一种感情寄托。接下来，婺城小学将继续探索校园足球的发展特色，让孩子们乐享绿茵生活。

防治近视，宁波中小学流行“乒乓疗法”

青少年视力健康问题，已成为全社会的普遍忧虑。前不久教育部、国家卫生健康委员会、国家体育总局等8部委联合发布《综合防控儿童青少年近视实施方案》，要求“积极引导儿童青少年进行户外活动或体育锻炼，使其在家时每天接触户外自然光的时间在60分钟以上。已患近视的孩子应进一步增加户外活动时间，延缓近视发展”。那么，有哪些办法可以防止儿童青少年近视？笔者在走访中发现，宁波许多所中小学坚持推动乒乓球运动，是保护视力的一个有效方法。

在宁波的乒乓球特色学校中，孙文英小学堪称佼佼者。该校从上世纪70年代始，一直坚持发展乒乓球运动。特别是最近10年来，乒乓球已普及到每一个小学生。“学校每周体育课中，有一节是乒乓球课，并辅以乒乓球韵律操和各种与乒乓球有关的小游戏。”校长鲍维安说。孙文英小学每个班有乒乓球队，每个年级有乒乓球俱乐部，校队队员层层选拔而出。平日，该校不仅有乒乓球班际比赛、年级俱乐部比赛，还有学校联赛。学校配备了2名专职乒乓球教练、3名外聘教练，他们除了教学生练球，还对尖子队员进行强化训练。

“一开始，别说家长，连老师都反对学生打乒乓球，怕影响学习成绩，怕影响学校资源的分配。”校长鲍维安说，多年来的实践证明，乒乓球特色教育不仅没有出现大家担心的情况，反而促进了学校的全面发展。该校乒乓球队队员张靖2005年毕业，后来成为国家二级运动员，并考入上海交大临床医学专业深造，成为乒乓球队学弟学妹的榜样。

在孙文英小学乒乓球队的60名队员中，有近视症状的仅3人，占比为5%。这和小学生近视率在60%至70%的普遍现状形成强烈反差。据老师介绍，校队队员每周练习乒乓球时间在16小时以上。“坚持打乒乓球的学生中，的确很少患上近视。”市教育局体育教研员朱水敏副教授说。

另一所乒乓球特色学校——东吴镇中心小学，情况也是如此。该校从字亮教练介绍：“学校乒乓球校队队员32人，没有一个患近视。校队队员从幼儿园大班开始接受乒乓球启蒙训练，现在每周训练时间15小时以上；普通小学生每周体育课中有一节是乒乓球课。”在今年的学生体检中，该校861名学生中视力不良的257人，仅占29.8%，大大低于其他学校。

宁波市眼科医院视力光学中心主任周磊表示：现在儿童青少年视力下降，一个很重要原因，是长时间盯住一点不动，这样容易造成视疲劳。经常打乒乓球、羽毛球的人，由于球的快速移动，眼睛跟着反复对焦调节，由此可以锻炼眼部肌肉，抑制眼轴变长。 （通讯员 林 海）

体测运动会 评估“小骏马”

秋高气爽，为了帮助学生获得身心全面发展，经过半个月的筹备，绍兴柯桥区蓝天实验学校近日对全校学生进行了一场别开生面的体质测试运动会。

通讯员 周东平

短消息

@宁波镇海

本报讯 镇海区首届“腾日体育·超霸杯”青少年足球超级联赛将于11月17日在镇海星光足球场火热开赛，比赛将持续至12月29日。共有6支足球特色学校校队、2支青训精英队参赛。

（通讯员 朱 恒）

@浦江

本报讯 近日，浦江县治平中心小学第八届班际足球赛拉开帷幕，共有4到6年级的32支代表队参加比赛，每个班男女各一队，赛制为5人制，采用淘汰赛。

（通讯员 沈建中）

@嵊泗

本报讯 近日，嵊泗县第三十四届中小学生田径运动会在嵊泗中学落幕。本届运动会共有12个代表队、251名运动员参加，通过两天角逐，产生金牌88枚、银牌80枚、铜牌58枚，有2个项目打破县级中小学生同组别纪录。

（通讯员 黄银凤）