



●昨日,在率先开打的一场2018年WTA印第安维尔斯皇冠赛女单第四轮比赛中,中国金花王蔷以5:7/1:6不敌世界第一哈勒普,遗憾止步16强。

●昨日,张继科临时退出了国乒男队直通赛,由于只剩下两个席位全部要靠比赛决出,张

继科退出选拔意味着放弃了世乒赛征程。

●昨日,2017/2018赛季欧冠1/8决赛次回合一场焦点战在老特拉福德球场展开争夺,曼联主场1:2不敌塞维利亚,遗憾出局。

●昨日,总统杯官方正式宣布泰格·伍兹与

厄尼·埃尔斯正式当选2019总统杯美国队与国际队队长,不过伍兹是否会参赛还不得而知。

●世界斯诺克联盟首届世界锦标赛昨日在马耳他开杆,中国派出罗弘昊与李振、高阳三名球员参加混合组比赛。

一句话言明白

“私人订制”体育课,哪项不行补哪项 衢州“天天向上”行动向体育偏科说不

本报记者 沈梦雪

近日,衢州市教育局下发关于实施高中学生体质健康发展“天天向上”行动的通知(以下简称“天天向上”行动)。通知一出便引发热议,根据学生个体差异的“私人订制”运动方案——男生引体向上与女神仰卧起坐为重点项目;按照每班不少于1套的标准配置单杠、仰卧起坐板、运动垫等器械;开发技术平台收集学生运动“大数据”……这样的体育教育组合拳在省内尚属先例。

为什么要将引体向上和仰卧起坐单拎为重点?学生体质差异大,又将如何进行量体裁衣?如“天天向上”这样的从市级层面出台的体育教育规定在省内是否有推广意义?为此,记者昨日采访了衢州市体育教育工作者和教育局相关负责人了解具体情况。

怕什么就要练什么 体育偏科问题不小

去年,在浙江高校新生体质健康测试数据排行榜上,衢州市高中生的体质健康数据平均分、合格率位居第二,和榜首的杭州相差甚微。但在力量素质项目上,学生得分较低,主要表现在引体向上(男)和仰卧起坐(女)两个项目,合格率仅50.23%,尤其是引体向上项目特别费劲。

“通过这个数据可见很多学生在力量方面存在不足,为了继续加强学生体质,增强力量训练,‘天天向上’行动对力量项目进行了细化规定。”衢州市教育局基础教育处相关负责人告诉记者,“仰卧起坐、引体向上此前都不是体育课考试的必考项目,有些学生为了考试取得好成绩就选择其他项目,那力量这块就越来越差,长此以往就形成了恶性循环。”

实际上,不光是衢州,就全省而言,在各校开展特色体育项目的背景下,还是有不少学生有着“体育偏科”的情况,有针对性的补齐短板有助于学生体育综合素质的提升。

**校园里的私教课程
针对个体差异补短板**

虽然规定刚出台,但衢州职业技术学院的体育教研组已经有了初步的方案,“按要求,我们要对残疾、患病、体重异常,也就是偏瘦偏胖的学生制定特殊

方案,我觉得这些是完全必要的,因为每个孩子的体育短板不一样,如果都练一样的反而有害无利。”我省攀岩名将贵时光在该校担任体育老师,对于力量的训练他有自己的一套。“我们组里已经根据不同的学生类型做了细分小组,比如我专攻力量,别的老师专攻耐力与柔韧,对于残疾人士的针对性训练目前还在探索之中。”

相比于将教师队伍细分,衢州第二中学则在课程安排上进行了谋划。该校体育老师祝凌宇告诉记者,今后将在一天保证1小时运动的前提下,留出20分钟进行重点项目的训练,利用好两个“课间十分钟”。据悉,该校还将有望推出自己的校园体育APP,用大数据作为体育锻炼的辅助。

有的放矢消除体育偏科 有望成全省模板

如今,学校里的小胖子、“瘦竹竿”越来越多,现在的孩子身体素质不如从前是社会各界共同关注的问题,不光是力量,耐力、爆发力等也都成了不少学生的体育短板。

体育教育如何做到有的放矢,均衡发展?“大乱炖”的方式恐难有效。省学生体质健康研究与指导中心专家王玉秀表示,衢州首推“天天向上”行动不仅仅是为了提升学生体质测试成绩,更是唤醒更多学校和家长对于学生体育偏科的关注,“可能做不了几个引体向上的孩子体育考试成绩还很高,这就让他忽视了某一方面的体育培养,从制度上去唤醒这方面的重视就变得尤为重要。”

对症下药进行体育教育的省内也有不少实例,杭州胜蓝实验开设的蹦床课,其目的便是为了增加低年龄段学生的平衡感;丽水松阳民族中学开设的攀岩课则有目的地增强学生协调性和力量。

“学校体育不光要打好特色品牌,更要兼顾学生实际,让每个学生都能在体育上均衡发展。”省教育厅体育卫生与艺术教育处负责人表示,虽然每个地区学生体育成绩存在差异,但“天天向上”这样地由市级层面针对某项体育素质开展专项体育教育行动是值得借鉴和推崇的。

全国室内赛夺双冠 冯志强开启“加速”模式

本报记者 马超

本报讯 近日,在全国室内田径锦标赛南京站的赛场上,浙江小将冯志强以较大优势夺得了个人200米和400米的金牌,并创造了个人400米项目的最好成绩,这也是冯志强随国家队赴美训练回国以来的大赛初亮相。

此次分站赛的双冠算是意料之内,“在美国的训练比较有针对性,提高很快,这次参加分站赛一是为了参加北京的总决赛,二来也是为了测试冬训成果。”冯志强告诉记者,和国家队的训练让他收获颇丰,无论从个人的核心力量还是技术水平都有了显著的提高。

冯志强自去年全运会夺得400米栏冠军后,就先后两次赴美拉练。除了最近一次随国家队的46天训练外,此前还参加了美国短跑名将迈克尔·约翰逊的训练营。尖端的训练条件,美式的训练方式让这位19岁的小将再次

“提速”,此前一直以400米栏为主项的冯志强,如今也开始尝试其他项目的训练,“200米这次感觉还行,但和顶尖选手还有很大差距。”冯志强表示,400米的训练此前就一直在进行,在与国家队的集训中也得到了不小提升。“因为400米栏的同时要兼顾400米接力,所以都要练,而且这两个项目本就接近,可以相互促进。”

据悉,本月23日冯志强将进京参加全国室内田径锦标赛的总决赛,对于目标,小伙子很明确也很自信,“肯定是要夺冠的,如果发挥正常应该不难实现。”此外,在美国的集训期间,冯志强和师兄谢震业同吃同住,作为“浙江速度”的代言人,谢震业一直是冯志强奋斗的目标。“现在除了国内赛,训练的目标已经瞄准了东京奥运会,我能做的就是好好训练,期待一二次的突破。”冯志强说。



战士重生

昨日,2018年平昌冬残奥会冬季两项男子7.5公里(坐姿)赛,38岁的美国选手丹·克诺森穿着假肢率先冲过终点,夺得个人首枚冬残奥会金牌。克诺森曾是美国海豹突击队队员,在战争中踩到炸弹失去了双腿,如今他穿着假肢在冬残奥会创造了史无前例的成就。

CFP供图

追风少年刘聪聪
将爱好做成了事业

5版

先驰得点的广厦
有望在主场破除“魔咒”

7版

体育培训成为消费新热点
家长们该怎么选择

8版