校长亲自做示范，全校总动员

这所小学的春季“甩肉健美操”火了

都说三月不减肥、四月徒伤悲，春天这个季节，跳跳操、“甩甩肉”、收获好身材，再合适不过了。最近，以健美操为特色的杭州东冠小学推出了春季“甩肉健美操”，全校一同跳操的视频在网络上瞬间走红。

视频里，东冠小学全校总动员，上至校长，下到老师、学生、食堂阿姨、保安大哥……大家都动了起来，大跳甩肉健美操。据说，这套操是学校形体老师和音乐老师专门为春天健身研制的，易懂、易学，只要音乐声一响，根本停不下来。

学校老师表示，“甩肉操”由啦啦操、大众健美操、有氧舞蹈、街舞等多个舞种组合而成，“舞步俏皮可爱，跳起来还是很燃、很‘带感’的哦。”

为了带动孩子们一起跳操健身，东冠小学校长傅力行亲自上阵做示范。“看一次被校长萌到一次！”校长的舞姿在网上得到众多网友点赞。“我们这套操更倾向于体操，跟传统意义上的儿童舞蹈是不一样的，更多是手臂上的动作，脚基本上都是简单的踏步步伐，应该说每一个孩子都是能够掌握的。”东冠小学副校长王英介绍。

东冠小学音乐老师黄晓玲笑着说，“甩肉操”简单易学，老少皆宜。每一个八拍都从简单的踏步、摆臂开始，不需要专门场地，也没有时间限制。学校的任课教师、保洁阿姨、食堂大厨、保安大叔都加入了跳操“大军”。“以前做广播体操，老师不太会跟学生一起做，现在我们基本上全校老师都跟着一起跳，学生们也很开心。”

其实，在“春季甩肉操”走红之前，健美操就一直是东冠小学的特色体育项目，深受孩子们的喜爱。几年来，学校健美操队多次参加全国、省市各项比赛并取得了优异的成绩，曾获“第五届全国全民健身操舞大赛总决赛有氧舞蹈2级、轻器械健身操2级”第一名等多项荣誉。

在东冠小学，每个孩子都会跳健美操，这也成了学校的一块“金字招牌”。每天早上40分钟的阳光大课间，所有老师都会下楼和学生一起来跳操，学校所有的工勤人员也不例外。

傅力行说，接下来，学校的大课间还要进一步升级，让学生有更多选择。“大众健美操，竞技健美操，啦啦操，爵士，街舞等等，根据学生自己的爱好，到我们学校不同的场地，都能选择一项自己喜欢的去锻炼。”傅力行笑着表示。

（通讯员 王 英 童 健）

足球挥动激情 绿茵放飞梦想

随着一阵阵欢快激动的呼喊声，浦江县浦阳一小教育集团石马校区“五小杯”班际足球联赛近日在一片“硝烟弥漫”中拉开序幕。校园足球的开展，不仅可以培养孩子顽强的毅力和团结合作的精神，提高足球竞技水平，更为学校足球运动的开展开创新局面。

通讯员 朱翠莲 文/摄

运动员入场、火炬传递，还有桑兰来助阵

超萌幼儿运动会 小身材有大能量

本报讯 “苗苗二班，全不一般，齐心协力，勇往直前！”日前，宁波高新实验学校的操场上传来了一声声嘹亮的口号，这是宁波机关一幼高新分园的小朋友在举行“小身材，大能量”的亲子运动周的开幕式活动，2004年雅典奥运会、2008年北京奥运会火炬手——著名运动员桑兰作为特邀嘉宾，出席了开幕式活动。

别看孩子们年纪小，都只有3到6周岁，但是在运动会上的表现却可圈可点。当天早上8点半，幼儿和家长就到达指定地点集合，迎着晨光开始了火热的“低碳环保，绿色出行”亲子徒步活动。沿途家长代表还进行了火炬传递。到高新实验学校后，随着激昂的音乐响起，幼儿排着整齐的队伍，高喊着口号，雄赳赳、气昂昂地入场。

此次活动不仅拉近了家长和幼儿之间的距离，让家长体验到与幼儿一起运动、互动以及游戏的快乐和童真，也紧密了家园联系，增进了家园之间的沟通与交流。家长们的积极参与，幼儿们的默契配合，为运动会的开展增添了精彩的一笔。

（通讯员 王丹静 崔园园）

衢州柯城“学校+俱乐部”模式吸引央视编导

《极速少年》第三季衢州赛区开跑

本报讯 “一二，一二，一二……”近日，在衢州柯城区航埠小学操场上，一群身着不同校服，头戴“极速少年”字样头巾的小学生们，正四人一组在练习“四人五足”跑步项目。原来，央视少儿频道《极速少年》第三季衢州赛区选拔赛正在此进行。

此次衢州地区选拔赛，共有来自衢州新华小学、衢州新星小学、衢州新世纪学校和柯城区石梁镇中心小学的四支队伍共48名学生参加。选拔赛以积分制进行，在前期比赛中，有两支队伍共24名队员全部晋级。上午的晋级赛，在另两支队伍的24名队员中，再选出较为优异的4名队员，并由这28名晋级队员代表衢州地区参加之后的比赛。

据悉，《极速少年》是中央电视台少儿频道一档大型中国青少年团队竞技励志节目，旨在打造成全国唯一一档专门关注12岁关键期——儿童到青少年过渡期的孩子教育类节目。通过专家分析，帮助孩子健康成长。

近年来，柯城区积极推进“学校+俱乐部”的教体结合特色模式，该模式是以全体学生全面体质健康提升为基础，以阳光班级和特色品牌学校创建活动作推进，以青少年体育俱乐部和专业协会深度融入求突破的全新模式。在“学校+俱乐部”模式的推动下，近5年来柯城区校园体育硕果累累——全区先后有30余人次获得健美操世界比赛前三名，并向国内著名院校输送了50多名高水平运动员。与此同时，浙江师范大学附属衢州白云学校、柯城区实验小学和新星学校、大成小学、新世纪学校还被评为浙江省阳光体育后备人才基地。

（通讯员 李诗哲）

短消息

@杭州

本报讯 日前“2017-2018年全国啦啦操联赛暨杭州市第三届啦啦操公开赛”在杭州开赛。杭州市实验幼儿园大班的啦啦操代表队获得了“公开儿童乙组花球校园啦啦操师范套路（第二套）”第一名。

（通讯员 钟 菁）

@嵊州

本报讯 日前，“体彩杯”2018年绍兴市青少年举重锦标赛举行。嵊州体校举重队的运动员们在比赛中沉着应战，发挥出色，勇夺7枚金牌、8枚银牌和2枚铜牌，团体总分列第二名。

（通讯员 郑天祥）

@龙游

本报讯 昨日，龙游县夏金小学举行第二届校园跳绳吉尼斯大赛，155名学生参加。大赛分个人与集体两个项目组，设正反向并腿跳、车轮跳、二摇一跳、“8字”跳长绳等19个小项。现场，选手们踊跃投入活动中，畅享运动的快乐。

（通讯员 邵银建 江丽萍）