

能武擅射,培养出了全运会冠军 桐庐有所学校,让每个学生都能“露两手”

本报记者 马 超

每年的毕业生都有射击射箭高手,全校500多名学生个个能“百步穿杨”。在桐庐近郊有著一所“宝藏学校”,这里不仅走出了全运会射击冠军,还让无数孩子体验到了射击、射箭项目的乐趣,同时更为青少年练就体育技能养成锻炼习惯埋下种子。

从走廊训练起步 如今成就“枪箭双绝”

只要是桐庐人,谁都听过旧县中心学校“枪箭双绝”的名号。早在上世纪90年代,作为桐庐乃至整个杭州市最早一批在校园普及射击运动的学校,旧县中心学校的射击项目便已在省内闻名遐迩。

万事开头难,艰苦的条件却没能成为制约发展的理由。据了解,由于没有固定的活动场地,射击项目的开展场地先后从过道搬到猪栏,从自行车棚搬到走廊。十米距离,两米宽,一张桌子,一张桌子腿朝上,就是一个所谓的射击场;两把被专业队淘汰的气步枪,几件破旧的棉袄,就是全部的装备。2002年,学校被命名为杭州市传统项目(射击)学校,逐渐走出了起步阶段,学校也

在2007年迎来了属于自己的射击馆,这座斥资70万元,拥有20个10m气步枪靶位的射击馆成为了整个桐庐县最炙手可热的射击运动圣地。

相较于射击项目的历史悠久,射箭在学校的开展要从2008年说起。“当时有点名气了,体育部门就找到了我们,想和我们弄个射箭项目市队联办。”回忆起当时的情况,校长陈国华历历在目,“有这样的机会当然好!”想到能有市级层面的帮助,又能让孩子们体验到新奇的体育运动,陈国华一口答应了。

射击、射箭总共3支运动队,成了学校最响亮和与众不同的名片。

全运冠军邱烨晗母校 人人都是练家子

2017年天津全运会,以邱烨晗、

张巧颖、王璐瑶等选手组成的浙江省射击代表队合力拿下团体冠军,摘得本届比赛我省射击队的首金。邱烨晗的名字也被人熟知。

射击项目不同于其他,普及率低的情况下,一所县级学校,如何走出了一位全运会冠军?旧县中心学校有着自己的破解方式——在做好稳步普及工作的基础上,提升竞技体育后备人才储备。推广项目与培养人才,正是找寻出了二者之间的契合点,学校的特色体育结出了累累硕果。

“每周一节体育是专门练射击或射箭,我们会将普通体育课内容与射击射箭项目的要求融合,做到既保证了一般体育教学,也兼顾了专项课。”学校射击主教练蒋榕云自省队退役以来便扎根校园,值得一提的是,她

自己也曾是旧县中心学校的学生,“是这里开启了我的职业生涯,回到这教学,也算是一种传承了。”

此外,记者还了解到,为了提高课堂教学的有效性,学校还专门组织老师编写《射击校本课程》,全面介绍射击各方面知识。极大增强了学生学习参与射击的积极性。为了得到全体师生的理解与支持,学校将射击射箭项目融入学校运动会,师生共同参与。不仅如此,学校还有计划地利用“百姓日”等时间逐步向社会开放。

“射击、射箭都需要一颗沉稳的心,我们希望通过努力,让学生在体育运动中获得一颗平常心,待人处事戒骄戒躁。”陈国华表示,学校的特色体育开展与日长教育同等重要,会将这张体育金名片擦得更亮,打得更好。



智斗

日前,宁波市首届全民运动会选拔赛暨2019年奉化区第四届幼儿围棋比赛落幕。共有18支队100余名小棋手参赛,一共进行了5轮255场对弈。

通讯员 周 力

既培养能力,又挑选苗子 这场网球赛 看点多多

本报讯 日前,为期两天半的2019年浙江省中小学生网球积分排名赛嘉兴站比赛圆满落幕。此次参赛选手共计473人,分为4个年级段参赛,参赛项目为男子单打、女子单打、男子双打、女子双打、混合双打。

此次参与比赛的选手来自全省各级体校、普通中小学、网球学校和网球俱乐部。其中嘉兴地区有4支队伍参赛,人数超过50名。作为东道主,嘉兴地区的参赛队奋勇直前,表现出非凡的体育精神。

徐笑雷今年12岁,是一名小学六年级的学生,接触网球有5年。此次比赛,徐笑雷的爸爸全程陪同。“儿子喜欢,我们也支持,打网球既能锻炼心智又能锻炼身体,对他的成长很有帮助。”这次比赛,徐笑雷打了4场,进了16强,他说,“最后一场比赛如果再拼一拼名次会更好。”

徐笑雷的教练龚军,是嘉兴国际网球中心教练,他表示,像这样的网球积分排名赛主要是挑选好苗子参加浙江省青少年网球锦标赛以及省运会,也是为了帮助选手们积累经验。

龚军表示,近年来学习网球运动的人越来越多,其中以小学生和初中生为主。学习网球的好处有哪些呢?龚军介绍,“网球作为一项有氧户外运动,技术要求比较高,体能、平衡、力量等各个方面也有一定的要求,既能锻炼独立能力,也能增强团队意识。”

(通讯员 孔嘉敏)

他们的人生因跆拳道而改变 省残疾人跆拳道队队员回母校分享心路历程

近日,全国第十届残运会暨第七届特奥会跆拳道比赛在天津理工大学结束,浙江省残疾人跆拳道队收获不菲,共获得5金9银3铜的成绩。其中四个患有听障的获奖队员,都毕业于台州市特殊教育学校。日前,邬柳、韩永景、顾洋阳、张斌4人回到母校,向学弟学妹们分享了自己的心路历程。

跆拳道改变了孩子的人生

“参加比赛前,从来没想到会得奖。”今年24岁的韩永景在KP60男子80公斤以上级比赛中荣获亚军。他带着助听器,沟通能力较强,交流过程中充当队友们的翻译,言语间流露出沉着与冷静。“平常心”是韩永景经常提及的一个词:以平常心在队里训练,不攀不比;以平常心参加比赛,松弛有度;以平常心面对成绩,不骄不躁。

提起跆拳道对自己的改变,这个大男孩露出了几分笑容。他说是跆

拳道让他找到了自己的职业方向,“之前没想过这方面的工作,机缘巧合进了省队,又参加了比赛。现在也算是将兴趣和工作结合到了一起,还有了稳定的收入。”

学跆拳道初衷只是想自我保护

被跆拳道影响了人生轨迹的不仅仅是韩永景,此次大赛中KP60男子68公斤级金牌获得者邬柳也是受益者之一。在老师的印象中,邬柳从小是个很“皮”的孩子。邬柳说自己小时候爱打架,但老被欺负,“学跆拳道保护自己”是他的初衷。

第一次接触跆拳道,是在学校每周一次的跆拳道课上。“刚开始就是好奇,觉得好玩,后来越学越感兴趣。”因为听力受损的原因,孩子们的反应速度比普通人慢,训练中他们只能用自己的肢体去感受对手的一举一动。2013年市里组织了一次跆拳道比赛,即使当时的对手是听力正常的孩子,邬柳也取得了第一名的好成绩,这更

让他坚定了学跆拳道的决心。

启蒙教练做义工带他们出道

在这些队员取得成绩的背后,离不开学校的老师和跆拳道启蒙教练的付出。

梁军华是第一个将跆拳道带入这所学校的人。2006年,刚从成都体育学院毕业返乡的梁军华有两个愿望:一是拥有自己的跆拳道馆,二是继续自己大学时的志愿服务事业。于是,他想到了去聋哑学校做义工,一教就是七八年。这些年,他每周三都从温岭赶到路桥无偿教孩子们练跆拳道,风雨无阻。

一开始,面对听不到自己声音的学生,梁军华不知从何入手。和学生们接触多了,梁军华渐渐学会了简单的手语。此外,梁军华给予学生的,不仅仅是练习跆拳道所带来的强身健体,他还注重精神上的培养,“因为喜欢,所以过程即使辛苦,也是值得的。”

(通讯员 洪嘉婧 王 艳)