体坛报

2020年1月
星期六
农历己亥年十二月廿四
编辑/版式:朱郑远 今日正报八版

18

看懂浙江体育 喜爱体育运动

后援·主管主办:浙江省体育局 浙江省体育总会 国内统一刊号CN33-0088 邮局代投代号:31-641 (新)第4075号

新闻热线:0571-85067855 投稿信箱:ttb0571@163.com

导 读

雷启迪:
“好赛事”撬动“热旅游”
>>>详见2版

这帮汉子要在雪地上演
“别样精彩”
>>>详见5版

叶百丽:体育是治愈
生活的一剂良药
>>>详见6版

一张刮刮卡、21天的体能挑战……体育假期作业让学生“动起来”

寒假让孩子们走出“题海”奔向运动场

本报记者 王品燚

连日来,浙江各个中小学陆续进入了寒假的模式,学生们普遍收到一份特殊的“礼物”——体育寒假作业。受到了学生和家长的一致好评。“跟往年很不一样,有新意。”郑梓琪是杭州新世纪外国语学校二年级的学生,今年她收到“刮刮卡”体育作业,感受十分深刻。

事实上,在刚刚结束的省“两会”上,青少年体质成为代表委员们关注的焦点。而花样繁多、形式创新的体育寒假作业,也成为破题路上的“新引擎”“新动力”,促使越来越多的孩子脱离“题海”奔向运动场。

“刮”出体育作业

“太可爱了,我很好奇后面几天的内容会是什么。”郑梓琪向记者展示了此次学校给他们布置的寒假体育作业——一张刮刮卡。刮刮卡的里面,藏着老师们给孩子们准备的神秘寒假运动作业,一共有12个“小刮刮卡”。

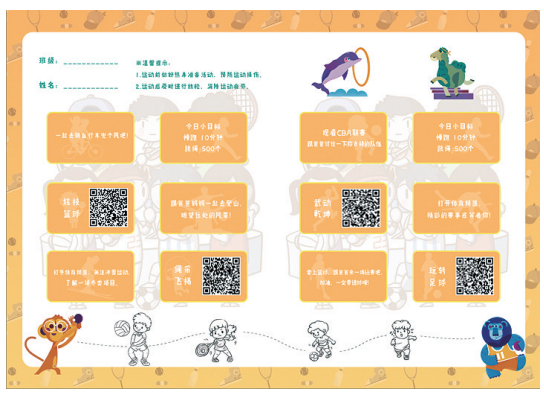
记者了解到,里面不仅有让孩子跟家长一起骑车、登山这样的亲子活动,还有“打开体育频道,关注冰雪运动,了解一项冬奥项目”这样的观看赛事活动的任务,还有慢跑10分钟、跳绳500个这样的基础运动练习,以及4节由学校老师自己参演、拍摄、剪辑的视频体育课。多样的运动方式、逐步解锁的形式,势必能培养起孩子对体育的喜爱之情,养成锻炼的习惯。

无独有偶,诸暨海亮小学也给学生布置了名为“体能挑战”的21天亲子活动。在寒假里,通过家长和孩子一同进行开合跳、立卧撑、跳绳、慢跑等运动,利用行为心理学的“21天的现象”,让孩子们养成每天运动的行为理念。

各科老师齐支招

不得不说,跟传统的体育寒假作业相比,杭州新世纪外国语学校此次的形式相当“非典型”。“老师们设计这样一个刮刮卡,是希望用一种孩子们喜欢的方式,引导孩子们自发地热爱运动。”新世纪外国语学校副校长黄燕表示,培养孩子对体育运动的兴趣非常重要,但相比盯着孩子“必须运动”,利用外力让他们开开心心地动起来更行之有效。

(下转4版)



杭州新世纪外国语学校设计的体育“刮刮卡”

首金到手

1月16日,在洛桑冬青奥会速度滑冰最后一个比赛日,中国小将杨滨瑜以6分50秒68的成绩勇夺女子集体出发项目金牌,这也是此次冬青奥会中国体育代表团获得的首枚金牌。

>>>更多内容详见8版

大明山入选“国字号”体育旅游精品线路

来自南方“冰雪”的邀请函

本报记者 梅 杰

本报讯 近日,国家体育总局、文化和旅游部联合发布了“2020年春节黄金周体育旅游精品线路”,全国一共22条线路入选,杭州大明山冰雪体育旅游线路上榜。

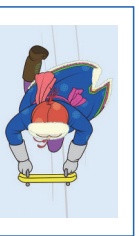
大明山滑雪场地处临安大明山景区,2010年建成并投入使用,是华东地区最大的室外高山滑雪场。

大明山风景旅游有限公司董事长、总经理唐祖平表示“浙江作为南方省份,推广冰雪运动的过程非常不容易。天气状况就摆在那里,中间要克服的难点、痛点非常多。”

那么入选“国字号”体育旅游精品线路,大明山又会为游客们准备什么样的服务?记者了解到,第一件就是“亲民大礼包”。这个雪季,大明山滑雪价格可谓史上最亲民。景区门口挂牌价为平时150元/人/小时,周末220元/人/小时,法定假日260元/人/小时。景区还特地推出畅滑价,平日150元/人,全天畅滑;周末225元/人,3小时畅滑(需提前一天在线预订)。而第二件则是“畅玩大礼包”——大明山滑雪场从这个雪季开始还将嬉雪区对外免费开放,游客带上鞋套就可以免费进入该区域玩雪,过一把“雪瘾”。

唐祖平说,被列为“国字号”体育旅游精品线路,相当于对大明山滑雪场提出了更高的要求。“对比北方滑雪场,不论是规范性还是服务性,我们都还有一定的差距。”他表示,今后大明山滑雪场将继续做深专业和服务文章,“希望通过我们的努力,继续为热爱冰雪运动的南方人提供在‘家门口’赏冰乐雪的好条件。”

INNER MONGOLIA 2020 冬运小知识

钢架雪车

钢架雪车又称俯式冰撬,是在传统的雪车的基础上延伸出来的一种运动项目,在19世纪发源于瑞士圣莫里茨。曾于1948年,作为瑞士圣莫里茨冬奥会的比赛项目。由于俯式冰撬项目因危险性较高,因此1948年冬奥会之后又被取消。直到2002年的盐湖城冬奥会,才又再度成为冬奥会的比赛项目。