体坛报

2020年4月
星期三
农历庚子年三月廿三
编辑/版式:王宇怀 今日正报八版
15

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 邮发代号:31-641 (新)第4120号

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

导 读

2020年体育单招和高水平统考继续延迟
这两类考生还得再等等
>>>详见2版

三分之一的淘汰率
明年大赛或成检验标准

>>>详见4版

趣·生活
文旅体副刊
>>>详见B1-B4版

编者按:日前,我省明确各年级学生分批开学的时间,学生们在经历了“史上最长寒假”后,终于回到校园。返校后的体育教学如何坚持疫情防控不放松,开齐开足体育课,强化学生身体素质练习,提高肌体免疫力;坚持返校前、返校后教学安排的有机衔接,使学生在体育锻炼中“享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志”等等问题成了大家关心的话题。今日起,本报推出“你好,久违的操场”栏目,对复学返校后的体育教学进行系列报道。

我省首批学生返校后,学生们体质情况怎么样?第一堂体育课如何开展?本报记者直击现场——

你好,体育课,别来无恙!

本报记者 王品燚/文 洪耀东 余敏刚/摄

“昨日,全国射箭重点学校下沙中学安静许久的操场和运动场终于恢复了生机,初三的学生们迎来了复学返校后的第一堂体育课。”

杭城复学返校后的学生们参加大课间体育活动

学生们让老师吃了一惊 居家训练保质保量

当天下午两点,随着铃响,学生们在各班老师的带领下,按照体育中考选取的项目以及男女分成了8个组别,有序地被带往操场、体育馆、篮球场以及学校的空地。对不少学生来说,在家跟着视频做运动已成了这段时间的常态。和同学一起在操场上做热身运动,是3个多月以来第一次。

“各就各位,预备跑。”“保持节奏,不要急。”“跑完别停下,慢走几步。”在1000米的发令区,老师们一边照顾着学生们的情况,一边进行着裁判工作,为了让同学们始终相互保持一米的间距,戴着口罩、不能使用哨子的体育老师们必须随时扯着嗓门提醒。“我们现在就是分时、分批、分场地地让学生进行锻炼,既能保障学生训练,又能保证互相之间没有人群聚集的现象。”该校体育老师冯基球表示,学生已经初三了,目标性比较明确,也能比较自觉地进行体育锻炼。

“不太好,我觉得还可以再拼一下。”来自902班的管祉豪在跑完1000米后显得尚有余力,差6秒达到耐力类项目满分,这个成绩他并不满意。他告诉记者,疫情期间,每天下午网课结束后他至少要抽出一节课的时间进行体育锻炼,引体向上、跳绳、50米折返跑是在家训练的主要项目,“因为这几个项目在家比较容易进行。”3个月的宅家,非但没让管祉豪的体育成绩下降,反而力量和跳跃两个项目上都往前迈进了一大步,都达到了满分的标准。当天下午,像管祉豪这样进步明显的同学不在少数。

“最长的寒假”后 体育课一节都不能少

早上从家里出发前,要进行体温报备;进入校门前,还要经过绿卡核验和热成像的体温检测;如果出现异常,在复查后还是高温,那么就要采取应急措施,送往相应的医疗部门进行核酸检测;中午午休后,还会进行午测,检验是否有“漏网之鱼”。这是下沙中学的学生们每天必须经历的几道关卡。

下沙中学校长江志民告诉记者,以初三学生为例,每周3节体育课雷打不动,其余两天在放学前会有体锻课,加上上午的大课间休息,能确保学生每天都有1小时的体育锻炼时间。

接下来的体育课将如何进行?“以前我们会进行分组对抗赛,接下去为了避免接触应该会取消。”冯基球老师介绍,“大家的热情都很高涨,但是体力需要慢慢恢复,我们会安排一些不用过多接触的项目。”

记者了解到,为了确保学生安全,学校方面在准备工作中不断寻找问题并积极解决。“每个班从教室到操场的路线进行固定,每个班的活动场地也不能交叉使用,在每堂课开始前和结束后还会有专人对使用过的器材进行消毒。”

运动会等暂不恢复 学校积极应对

为应对疫情防控,大型体育活动和聚集性活动人还存在风险。日前,教育部应对新冠肺炎疫情工作领导小组办公室印发《关于新冠肺炎疫情期间暂停恢复大型体育活动和聚集性活动的通知》,要求暂停恢复学校体育单项赛事、综合性运动会等大型体育活动和聚集性活动。

“这是一定的,师生们的安全才是最重要的。”江志民告诉记者,学校方面实施严苛的准入条件就是为了将病毒隔绝在校门之外,这样才能保证学生和老师能安心地学习、工作,“三个年段的学生我们安排了不同时段的体育活动时间,既能保证学生体能,又能规避人员聚集的风险。”

你好,久违的操场