职高生免试入学北体大

这位温州小伙靠空手道成功圆梦

见习记者 戴瑞震

2020年高考已经正式打响，每位高三学子都在为自己的未来拼搏，而作为一名空手道特长生，温州的项佳豪通过自己多年的努力，从一名职高生免试进入中国体育的顶尖学府北京体育大学，他的成功离不开自己坚定不移的斗志和两位启蒙教练的辛苦培养，项佳豪的故事正激励着众多体育学子。

初入赛场战绩佳 天赋异禀获教练赏识

今年19岁的项佳豪从小学四年级就开始接触跆拳道，他是原省队跆拳道运动员山永志在温州的第一批弟子。学动作极快，技术要点掌握能力强，场上执行战术的效果好，项佳豪刚开始训练就展现出自己极大的天赋。在一次比赛中，大比分落后的项佳豪没有放弃，穷追不舍完成逆转，恩师对他评价很高："他在场上能和我想到一块去，跆拳道的比赛瞬息万变，不能有一分一秒的怠慢，我们师徒二人配合得不错，做到了1+1>2的效果。"

恩师的赏识让项佳豪对跆拳道愈发着迷，然而文化成绩却是项佳豪的短板，中考成绩不理想，最终报考了温州市职业中等专业学校，但他的心中始终有一个进入高等学府的梦想。一次偶然的机会，山教练在接受优秀基层教练员培训时发现，空手道运动和跆拳道同宗同源，而由于受到身高条件的影响，项佳豪在空手道项目上或许能有更高的成就，就是这个决定彻底改变了他的命运。

圆梦之路有波折 转项后曾想放弃

师徒二人达成一致后便与省队的国家级教练洪军武取得联系，项佳豪态度积极，训练时刻苦认真的他让洪教练十分满意。重头再来，项佳豪要从零基础的拳、摔上下足功夫，不服输的性格让他忘却了训练过后身体上的疼痛，在他看来那些淤青都是成长的印记。

圆梦之旅并非一帆风顺，尽管转项空手道后的成绩十分出色，多次夺得浙江省空手道锦标赛的冠军，但项佳豪的父母提出希望他参军，在走体育路和当兵之间进行选择，项佳豪一度想过要放弃。

"入伍报效祖国是件很光荣的事，坚持空手道面对的是未知的结果，但中途放弃其实又有些不甘心，。"在项佳豪一直做思想斗争时，两位教练的劝导让他豁然开朗，"为祖国做贡献有很多种方式，若是之后能在世界赛场上升起五星红旗，何尝不是一种骄傲呢？"

重回空手道，项佳豪的的目标更加坚定。在去年的全国空手道冠军总决赛上，项佳豪和队友一起夺得了男子团体组季军，他也被评为了全国运动健将，获得保送北体大的资格，成功圆梦。

对于未来，项佳豪还有很多憧憬，进入北体大只是第一步，终极目标是希望有机会在奥运会上大放异彩。对于也想走他这条路的体育学子们，项佳豪给出的建议是刻苦、坚持，在自己擅长的领域发挥出最大的能量，每个人都是最闪亮的那颗星。

追风少年

日前，蔡崇信体教融合项目——2020年夏季曲棍球友谊赛在湖州市南浔开发区实验学校体育馆拉开帷幕，来自当地庆同小学小凤凰队与思进小学风暴队的20多名曲棍球少年同台竞技。

通讯员 张 斌

龙泉一所小学来了多位世界冠军

日前，省智力运动运动管理中心送科技进校园器材捐赠仪式在丽水东升教育集团报告厅举行。现场，多位世界冠军和冠军教练为学生们一起上了一堂航模课程。

省运动管理中心模型队队员、帆船青少年世界冠军陈卢宁宁，省智力运动管理中心模型队、动力艇教练莫衍都在现场和学生们进行了互动。交流中，一系列趣味性问题激发起了同学们的好奇心，在活动中，同学们明确了科学的真谛是什么。科学的精神是什么，刘海媚也希望同学们能够热爱科学，热爱中有所进步，进步中有所成长。

省智力运动管理中心模型队领队刘海媚希望，通过"体育科技进校园"活动让更多的中小学校开展体育科技活动，让更多的青少年儿童了解模型运动，参与模型活动，把各级中小学校打造成有思想、有特色、有影响力的现代化体育科技名校，为体育模型运动和航空航天事业培养更多的接班人。

近年来，龙泉各学校加大了对科技体育的投入，从学校航模社团成立至今硕果累累，学生积极参加科技体育活动，利用每周社团时间，提升自身体育、科技、艺术修养，促进全面发展。

（通讯员 许东宝）

锄地、播种、洒水

鄞州这所小学跳起"劳动操"

自《快乐劳动36技》校本教材推出后，宁波鄞州实验小学特色农村《快乐劳动操》又亮了。

《快乐劳动操》是以体育运动生理学原理和学校"劳动育人"理念为指导创编的，将学生日常校园生活中常见的劳作场景、所学的劳动36技进行了科学编排，丰富和拓展了校园群体活动资源。

据悉，这套劳动操以孩子喜欢学唱的儿歌《你笑起来真好看》为背景音乐，在体育中融入劳动元素。

《快乐劳动操》一共有7节，分别由锄地、翻土、播种、擦玻璃、拖地、洗衣服、大丰收七种劳动内容组成。劳动操内容均取自日常生活中学生们所能看到的或容易掌握的基本劳动技能，并结合体育健美的特点，突显出童趣化、生活化、健身化。

在研发劳动操的初期，体育组内的十几位老师们每人选取一个劳动内容单独进行了想象创编，在保留劳动技能原始动作的基础上加入趣味性强、锻炼效果佳的体操动作，而后又根据儿童认知的喜爱程度，经过商讨将动作内容一次又一次的调整修改，最终精选出七种劳动内容组成劳动操。

整套操由伸展运动、腹背运动、全身运动、跳跃运动四个部分组成，并用《你笑起来真好看》将学生们带入到欢快的歌声中来，让他们在欢声笑语、富有节奏感的音律中锻炼身体，体验劳动操带给他们的快乐。

（通讯员 蒋炜宁 蔡燕娜）