

拥有两个“国字号”特色运动项目，东阳这所小学靠的是什么？

近日,2020年全国青少年校园足球特色学校名单公示,东阳市江北小学教育集团月亮湾校区榜上有名,值得一提的是,该校也是全国青少年冰雪运动(轮滑)特色学校,大网绳跳项目还曾创下吉尼斯世界纪录。一所学校拥有两个全国特色体育学校荣誉称号实属不易,这所小学在体育教学方面到底有着什么“秘笈”?

专业体育设施、场地全覆盖 分层进行体育教学

下午一放学,20多名身穿训练服的小球员,跑着来到笼式足球场训练。“脚踝绷直,脚尖往上翘……”学校足球教练董大亮每天都会提前在足球场,根据训练内容进行场地布置,近期训练的内容是脚内侧传球。

开展校园足球,专业的场地是基础。2018年,由市财政部门拨款,月亮湾校区建起城区小学第一个笼式足球场。然而,光靠硬件的搭设,不足以让足球教学变得有魔力。“关键在于培养孩子对足球的兴趣。”月亮湾校区负责人吕燕芬一语中的。为此,学校提出全员参与,分层培养。于是,运球、传球、颠球、带球、射门等足球教学走进课堂,成为学生每周都要上的“必修课”。

在普及足球基本功后,月亮湾校区又成立足球社团,开设足球托管班,吸纳“好苗子”入社,走上专业发

展的道路。对此,自然需要更高效的训练方式来支撑。

何谓更高效的训练?身为浙江省足协E级教练员的董大亮具有丰富的经验。“小学生练足球要以灵敏协调性为主要内容,同时基本功的训练要占到整体训练计划的70%以上。”为了提高队员们的兴趣与乐趣,培养队员的竞争意识,董大亮经常会把游戏融入到日常训练中,比如结合橄榄球、手球、脚踢矿泉水瓶等游戏提高学生的运动意识和场上跑位意识。

目前,该校已成立校级、年级、班级三级足球队,每个级别都有男女两支队伍。这几年,校足球队斩获了不少奖牌。“在全员普及、分层培养的基础上,学校还在逐步扩大校园足球覆盖面,通过培育班级金牌球员,组建校足球队,让足球运动融入学生生活。”董大亮说。

如何让体育教学不走过场 开发校本课程是关键

不论是足球,还是轮滑和跳绳,三个体育项目都有属于自己的校本课程。

2017年,学校二年级全员开设轮滑课程,每周一节课,聘请专业教练编写轮滑课程教学大纲和计划。“学习轮滑可以提高身体免疫力,增强心肺功能,全面提高孩子的运动潜能,能有效改善和避免孩子因为运动智能开发不良而出现的问题。”每接手新的班级,章启林教练都会与学生和家长介绍轮滑运动的作用,激发学生学习兴趣,并通过专业训练,组建校级轮滑队。

在教练的带领下,短短三年时间,月亮湾校区轮滑运动迅速成长。前年,月亮湾校区承办东阳市第二届中小學生(儿童)速度轮滑比

赛,并获得团体第二的好成绩;学校速滑队多次参加省内各地大型轮滑比赛,夺得不错的成绩。

这么多年的经验总结,让学校清楚地知道,如何让体育教学不走过场,为其量身编写校本课程是关键。

从2005年开始,月亮湾校区结合硬件和师资实际,确定跳绳为学校特色体育项目。而后,学校编写“快乐跳绳”校本教材,编制群体项目考级标准;推出花式跳绳,将其贯穿在每日大课间和课外文体活动。5年后的2010年,该校大网绳跳项目成功创下了吉尼斯世界纪录,“快乐跳绳”特色真正走出了国门,走向了世界。

(通讯员 李磊 黄强 朱俊瑶)

青春正当时,“壁”须精彩 全省壁球少年杭城开战

本报记者 李杰波

本报讯 昨日,“2020年第七届浙江省青少年壁球锦标赛”在浙江省壁球训练中心进行。赛事设有U9、U11、U13、U15、U17、U19六个组别的比赛,共吸引了全省各地近百名选手参与。据了解,本次赛事从去年12月27日开始,一直持续至今年1月10日。

上午九点刚进球馆,记者就看到小选手们在挑高且三面封闭的壁球室内来回跑动,挥拍击球,壁球在球拍与墙壁之间弹跳飞舞,不断发出“嘭、嘭、嘭”的声响。家长们则一边录像,一边助威,忙的不亦乐乎。“两名对战的选手不仅要交替击打壁球,还要判断壁球被墙壁弹射的方向,是既费体力也费脑力”。宁波领队徐天立称。

“今天打得很开心!”来自慈溪市文琪中学毛筱雯虽然刚练习壁球三年,但已接近专业水准,先后获得了全国青少年壁球竞标赛

U13组别第六名,浙江省青少年壁球巡回赛U15组别第三名。“因为我之前喜欢羽毛球运动,后来发现壁球运动与羽毛球运动相似,还能锻炼我的反应能力,练习起来比羽毛球刺激多了,所以在选择体育项目时义无反顾的选择了壁球这项运动”。

值得一提的是,慈溪市文琪中学是宁波地区唯一一所开展壁球教育的初中,近四年来,文琪中学壁球队已多次在全国比赛中“斩金夺银”,成绩瞩目。

浙江省壁球运动协会秘书长翁航丰表示,由于疫情的影响,壁球相关赛事减少了很多,为了推广壁球运动的发展,浙江省壁球训练中心与来福体育基金会相继推出了壁球奖学金计划及学校壁球发展计划,不仅吸引更多青少年喜欢上壁球这项运动,更推动了壁球运动的普及与场馆的建设。



大秀拳脚

日前,2020年潮州市大众跆拳道公开赛暨金牌小子城市跆拳道精英赛于在潮州莲花庄体育馆隆重举行,吸引了潮州三县两区25支运动队,共计938名运动员参赛。

通讯员 潘万益

NEWS

短消息

@绍兴

本报讯 近日,绍兴市第二届中小学生柔力球比赛在越城区体育中心举行,大赛包含单人竞技和集体花式两个项目,来自上虞、越城、诸暨等地区多所学

校参加,最后,鹤琴小学在柔力球集体花式套路比赛中斩获绍兴市一等奖、小学组集体花式最佳服装奖。

(通讯员 朱姣丽)

@宁波镇海

本报讯 日前,宁波市镇海区骆驼中学献礼建党一百周年主题长跑活动启动,操场跑道上组成

了教师、家长、自行车队和班级方阵,伴着欢快的音乐,各方阵活力开跑。

(通讯员 朱 恒)