

袋鼠跳、两人三足、亲子运球…… “双减”下的校运会成了体育嘉年华

通讯员 王金洁 马媛媛 章 娟 陈 怡 特约记者 吕 恺



趣味十足 校运会成“体育嘉年华”

近日，丽水莲都区刘英小学举行了第十七届运动会。在运动项目的设置上，除了常规的田径项目外，还增加了一至三年级的重剑团体赛、四至六年级的接力跳长绳、趣味项目、亲子项目。

在重剑团体赛场，每班3人组成一个团体，每个团体3对3对抗赛，共9场比赛，每场比赛时间2分钟。率先刺中对方27剑的为胜方，到时不够27剑的，则刺中对方多者为胜方。

“一个、二个、三个……”在四至六年级进行的接力跳长绳项目中，摇绳的老师一边甩着绳子，一边喊着跳绳的个数，同学们则站在绳子两侧有序地进行，一旦有同学没跳过绳子则终止比赛，完成的人次最多，比赛获胜。“跳大绳比赛主要考验班级的凝聚力，需要大家共同努力才能取得好成绩。”

趣味十足。学校体育老师何琼说。

本次运动会，刘英小学还设立了两人三足运球、旋风迎面接力跑两项亲子项目。两人三足运球的比赛规则为每班选出3对亲子，亲子两人的左右脚绑在一起，在规定的时间内，运球多的班级获胜。参加完这个项目，303班的麻杨辰同学说：“能在学校运动会上和爸爸一起参赛还是第一次，为了这次比赛，我和爸爸一个星期前就在家练习了，就是希望能为班级争光。”家长麻伟波也表示，这样的比赛让他们进一步增加了父子间的感情。

另外，本届运动会上设立了班级比赛，一分钟跳绳、羽毛球投准、一分钟仰卧起坐等。由各班班主任组织，在运动会空余时间进行比赛，选出班级里的十佳运动能手，并颁发奖状。“不论名次如何，运动会的这五天让我感受到运动的快乐。”506班的颜可歆同学说。

此次运动会总裁判长梁霄颺

“体育点燃梦想，运动助力‘双减’。为鼓励全体学生积极参加体育锻炼，养成良好的运动习惯，提高运动能力和体质健康水平，连日来，丽水不少学校纷纷组织开展了校运动会。和往年运动会不同的是，作为‘双减’政策发布后的第一个运动会，不少学校要求人人上场，项项参与，部分学校还设立了有别于传统竞技体育的趣味项目，例如袋鼠跳、两人三足运球、旋风迎面接力跑、啦啦操等项目，让学生们新鲜感十足。”

老师也颇有感触，他说：“开展此次运动会除了激发同学们锻炼身体、增强体质外，还能让学生们互帮互助，让亲子间增进情感，这正是‘双减’政策下，体育教育重要性的初显。”

“我们学校体育节一共举行了三天，除了传统竞技项目，还有袋鼠跳、速度轮滑、风火轮等趣味项目。”在丽水市文元学校小学部的运动会现场，体育老师雷鑫说，今年学校在体育节上加入了越来越多的趣味比赛，鼓励同学们多运动。

全员参与 新颖啦啦操展学生风采

恰逢建党百年，为了让每个孩子都有展示自己的机会，在莲都区天宁小学举行的第十一届运动会暨第十届体育节上，学校策划了全员参加的“请党放心 强国有我 强国有我”系列啦啦操比赛。

全校学生按照年级分为三个梯队举行啦啦操比赛，一二年级的《加油呀》为运动会热场；三四年级的《没有共产党就没有新中国》号召同学们肩负使命开创未来；五六年级的《歌唱祖国》向祖

国表白：为中华之复兴而读书。在每个梯队的啦啦操比赛中，运动员们统一着装，动作整齐划一，既展现了同学们热情饱满、活力无限、青春向上的良好精神风貌，又表达了同学们对祖国母亲的热爱之情。表演结束后，全体运动员高喊：“请党放心，强国有我”，声音响彻天空。

“这次的啦啦操比赛既体现了啦啦操的美感，又有了竞技的快感，特别是在大家喊出口号的时候让我很震撼，感觉我要努力奋斗，才能肩负起‘强国有我’的使命。”603班的陈映孜同学说。

天宁小学体育老师雷军艳说：“啦啦操体现‘动作美、形体美、心灵美，行为美’，在此基础上追求‘主题新’，今年校运会通过这个形式把运动和爱国融为一体，让全校同学从内心体会到强国有我，强国才能有我。”

据了解，在近期丽水各校开展的运动会上，莲都区的中山、莲都、人民路等很多学校都在倡导“全员参与”。缙云县碧川小学举行了首届体质健康运动会，遂昌县妙高小学举行了第三十九届行知少年体育节，全校师生齐参加，让每一位同学都感受到了体育运动的魅力。

这群大山里的孩子尽享冰雪快乐

通讯员 杨 适 本报记者 汤怡虹

日前，在浙江青田乐园室内滑雪场，不少孩子正跟随教练学习新的滑雪技巧。这是一支大山里的滑雪队，目前有三十位队员，是高市乡学校三年级至七年级的学生，年龄最小的只有9岁，最大的15岁。

虽然孩子们年纪小，但滑雪技术一点都不差。在冰雪中，他们排成S形、人字形，飞驰而下。但是在三年前，这些孩子连雪都没有见过。他们说，看到雪的第一感觉就是“很神奇！”

2018年3月，为了让孩子们感受到冰雪运动的快乐，增强身

体素质，高市乡学校与当地滑雪场建立了“校企合作”关系。每周三固定时间段给孩子们进行训练。“就冰雪运动来说，南方本身受到了气候条件的限制，但我们家门口就有滑雪场，学校就计划把这个条件用起来，也有助于学生们身体素质提升。”高市乡学校校长郑英锐说，刚开始训练的孩子们，总会遇到许多困难，一路上磕磕碰碰也是常事，但孩子们心中总是有一股韧劲，能吃苦不服输，一步一个脚印。“他们一直在进步。”高市乡学校滑雪队队长张浙磊说。



据了解，因为冰雪运动的开展，孩子们还从大山里的校园走出来，参加全国性比赛，2020年在黑龙江省举行的全国青少年国防

体育冰雪大赛中，高市乡学校滑雪队的五名学生斩获17枚奖牌，这群大山里的孩子们，正在冰雪世界中奋勇前进。