

阳光体育天天见 “双减”掀起温州鹿城校园运动热

“双减”政策落地后,温州鹿城区各校的校园生活都有了
不少新变化,为体育活动做“加法”正是其中之一。各类形式
丰富的体育活动不仅受到了同学们的欢迎,也为校园增添了
新的色彩和活力。



创新开启趣味运动会 让学生拥抱体育

在温州市广场路小学,一场趣味特色运动会正在学校广场上上演。“这样既可以锻炼身体,增加团队协作能力,也可以让我们在学习之余得到放松,我很喜欢。”现场,该校学生陶哲恺兴致勃勃地分享运动快乐。

除了创新推出的趣味运动会,温州市广场路小学的乒乓球、篮球、国际象棋等20类体育社团每周都会开展2至3次活动,教会每位学生2项体育技能,从中找到成就感。

“结合学生的年龄特征和兴趣爱好,我们在课后托管也安排了形式多样的体育项目学习,由体育组老师带头融合其他学科设计,充分提高孩子们的锻炼积极性。”该校体育教师黄茜茜介绍。

系列特色体育类课程,满足学生多元化、个性化的需求,深受孩子们喜爱,“比起以前,现在体育运动的时间多了很多,不仅可以锻炼身体,还可以让学习更有效率。”该校学生张予航说。

有效利用大课间 确保锻炼一小时

“双减”之下,体育锻炼愈发被重视。推进学校体育大课间活动,是提高学生体质健康水平的重要抓手。温州市第三中学围绕浙江省“学、练、评”一致性学校体育模式,充分利用体育课及大课间开展一系列有针对性的运动项目,让学生在体育活动中享受乐趣、增强体质、锤炼意志。

课间体育锻炼不再仅限于枯燥单一的跑操,学生们按照年级段划分,在各自所属的区域内有序进行足球、篮球、排球等专项素质体能训练,形成体能加技能特色大课间模式。在动感音乐的引领下,每位学生都积极参与体育活动。

“在开展特色大课间活动时,我们也把中考的体育项目

(通讯员 许晓琴)

点燃青春激情 杭州市街舞邀请赛起舞弄潮

本报记者 钟 樑

本报讯 11月20日,第三届“弄潮杯”杭州市街舞邀请赛正式开赛。

相比前两届,今年赛事升级,范围扩大到全省各市,除了杭州,还有宁波、温州、绍兴、金华、台州等地选手慕名而来,赛事影响力进一步增强。

本场比赛为个人组热身海选赛,比赛项目分为霹雳舞个人和自由风格个人男女混合斗舞。

比赛现场,伴随着现场DJ随机播放的动感舞曲,几十位街舞少年和着明快的节拍依次亮相。比赛在检验选手舞蹈功底的同时,更考验选手的应变、创意以及对音乐的领悟能力。舞台上,选手们你来我往,火药味十足。今年已第三次参赛的小选手朱鑫羽顺利晋级了4强,不过在他看来,今年的竞争比去年更激烈:“今年多了很多厉害的选手,不过我也能在比赛中学到更多东西。”

紧张刺激的比赛氛围让现场观众也直呼过瘾。首次陪孩子来参赛的郑菲菲表示,这是她第一次近距离感受街舞的魅力,看到儿子在舞台上的表现后表示,“儿子在练习街舞后更有活力了,体质各方面也都变好,会让他一直坚持下去,希望他能更努力地练习。”

据了解,随着街舞入选奥运、亚运竞技项目,作为第19届亚运会的主办城市,杭州的街舞氛围近年来也逐渐升温。据了解,截至目前,杭州地区共有街舞培训机构200余家,街舞爱好者成倍增加。ID酷街舞连锁运营总监邹啸晨介绍说,仅自己一家,每年培训人数就达近8000人次,随着基础的不不断夯实,水平也随之“水涨船高”。

此外,杭州部分重点高校开始招收街舞特长生,注重对学生德智体美的全面培养,对于少年儿童素质培养和校园文化的发展起到推动作用。杭州市街舞运动协会秘书长华敏表示:“协会将把街舞做到最大限度的普及和推广,通过举办弄潮杯系列赛事、学校授课、培训等形式,为杭州乃至浙江选拔优秀街舞储备人才,为街舞事业快速发展出一份力。”



健康体测

日前,绍兴市越城区对39所小学五年级、21所初中八年级共2400名学生进行了体质健康检测。据悉,2021年全区小学优良率和合格率均比去年有较大幅度提升。

通讯员 何新海