杭州市教育局发布这项中小学权威排名

长河小学位居小学组第一

本报记者 洪 漩

本报讯 近日，杭州市教育局公布2021年杭州市中小学生体能素质检测结果。位于滨江区的杭州市长河小学在小学总平均分位居第一。

今年10月，市教育局根据教育部《国家学生体质健康标准》测试项目和要求，抽测了90所学校（校区）5110名学生，检测年级段为小学三年级、小学六年级、初中初二年级、职高高二年级和普高高三年级。其中，小学生的抽查项目包含50米跑、体前屈、1分钟跳绳、仰卧起坐、足球运球、50米×8、跳绳附加。今年的总平均分比去年有所提高，尤其小学段跳绳测试数据提高明显，但区域之间、学校之间差距依然存在。

在本次小学抽测中排名第一的杭州市长河小学，在坐位体前屈、1分钟跳绳、足球运球等多个项目实现满分。如此出色的成绩，背后究竟有何制胜法宝？

“一直以来，我们将‘让孩子们跑起来’，把‘上好每一节体育课’作为学校体育工作的基础。”教导处副主任鲁晓楠介绍，长河小学在日常体育教学中，融入体质检测项目的体育锻炼。长河小学体育组根据学生的年龄，从生长发育规律出发，制定了科学合理的体育课程内容。此外，针对学生体质测试的薄弱项，体育老师则会进行点对点教学，设计针对性的训练方案。

授人以鱼，不如授人以渔。学校在课堂上注重培养学生运动习惯养成，教会学生怎样进行准备热身活动，如何正确锻炼身体，课后留锻炼作业，培养他们在家自主锻炼的习惯。

鲁晓楠表示，开展好每天的大课间活动和阳光跑操是学校体育工作的重中之重。“大课间活动，学校结合各个年级的不同特点，分为夏令项目，冬令项目开展。阳光跑操则是根据孩子们的年龄段，每天定时定量开展，不仅是学生，老师也会全程参与。”

鲁晓楠告诉记者，这两项活动是保障学生体质健康的重要途径。与此同时，学校每学期都会开展丰富多彩的运动赛事，通过测试让孩子们检验自己的日常锻炼成果。

“以体育智，以体育心，能帮助学生享受乐趣、增强体质、健全人格、锻炼意志，体育是人格教育的有效途径。”鲁晓楠介绍，能在众多小学中脱颖而出，得益于学校一直以来对体质健康工作的重视，“我们组建了校领导班子体质健康工作小组，由陈国兴校长挂帅担任组长，各行政领导分管一个年级，体育组对学校体质健康工作系统规划、重点明确、分工具体。”如今，不管是学校的阳光跑操活动还是大课间活动，都离不开学校班主任和体育老师的身影，全校师生共同参与校园体育锻炼早已是共识。

萌娃骑行

11月25日，建德市洋安幼儿园的萌娃们在操场上进行平衡车的技能拓展训练。近年来，该园将平衡车引入幼儿的体育锻炼教育教学课程，不仅锻炼孩子们平衡性、技巧性和灵活性，也有助于增强体魄，健康成长。

通讯员 宁文武

永康市民主小学开启阳光体育“第一跑”

本报讯 近日，永康市民主小学2021阳光体育冬季长跑启动仪式拉开序幕。民小全体师生齐聚操场，以实际行动践行“体育健康 意志坚强”的学校健趣课程。

伴随着节奏欢快的音乐，在校长应永清的带领下，开启了本次活动“第一跑”。全校学生以班级为单位，在各班老师的带领下一齐在阳光下奔跑。学生们个个精神饱满，跑姿规范，步调协调有序。各班设计精美、独具特色的个性班牌，风格各异的横幅，五彩缤纷的海报像一道道亮丽的风景，展现在师生的眼前，点缀着美丽的校园。师生同行，老师们的积极参与也为跑操队伍增添了一抹亮色。

据了解，本次冬季长跑活动从2021年11月至2022年4月举行，将持续五个月。在学校上课期间，民主小学将以班级为单位组织学生完成跑步里程。节假日和寒假期间，则要求学生自觉坚持长跑。每天长跑距离基数为五六年级1000米、三四年级800米、一二年级400米，分阶段提高学生的长跑能力。

（通讯员 胡娟娟 朱晓璀）

小镇也能办大赛

杭州萧山临浦“柔立方”迎来赛事检验

本报记者 郭乐天

“冷静点！注意动作！”“小心出界！”11月27日至28日，杭州萧山临浦体育馆内，“韵味杭州”2021年浙江省青少年柔道冠军赛在此举行。来自杭州、宁波、温州、嘉兴等省内城市的12支队伍、193名青少年柔道运动员齐聚临浦一决高下。本次赛事全流线、全领域、全过程检验了场馆赛时承办能力，对整个场馆设施设备运行，包括整个比赛流程、人员到岗到位情况、各个业务口联动等进行全方位检验。这也是改造提升后的临浦体育馆自今年6月投用以来举办的首场赛事。

临浦镇虽说地域不大，但十几年前就有了举办世界级大赛的经验。2004年，第25届乒乓球男子世界杯在临浦举行，临浦成为全国首个举办世界性赛事的乡镇，开创了“小镇办大赛”的先河。

2019年12月，临浦镇启动体育馆改扩建工程，体育馆建筑面积达到2.4万平方米。明年的杭州亚运会，临浦体育馆将承办柔道、柔术、克柔术项目的比赛，因此也被称为“柔立方”，预计将有30枚金牌在此诞生。

从外观看，体育馆外形方正，兼具古典美与现代感。馆内设固定座位2700余个，两侧均设置了高清LED大屏，场馆中间配备“漏斗”形的中央吊斗屏系统，在比赛中可完成精彩瞬间捕捉、奇特镜头回放、实时直播同步、赛况信息播报、计时记分统计、广告播出等多项任务。

赛后，温州队教练曲冠男对场馆的设施表达了赞许：“不管是比赛区域、休息区，还是赛前的活动区域，体验下来感觉都很好，确实有种耳目一新的感觉。”不少小队员对能在亚运场馆比赛，显得既紧张又兴奋，来自杭州队的赵烨涵就是其中之一。“因为这个场馆是要举办亚运比赛的，所以有点紧张，之前从来没有在这样的场地上比赛过。”不过，对于自己的表现，她还是满意的，“场馆里的温度控制得比较好，感觉还挺舒服的，这也有助于我更好地发挥。”

据悉，临浦首个亚运观赛空间——如意山房也在日前精彩亮相。作为临浦重要的文化标志性建筑，全新的临浦体育馆不仅立足于服务杭州亚运会，更将在亚运会后长久地为群众服务，成为大型体育综合体的同时，还能举办多种文化旅游活动。

短讯

@宁波奉化

本报讯 日前，2021年奉化区中小学生田径运动会在区职业教育中心学校田径场落幕，来自奉化区各中小学学校的42支代表队880余名男女运动员参加比赛。经过三天的激烈角逐，共有3人次打破赛会纪录。

（通讯员 周 力）

@诸暨

本报讯 11月26日，经过4个比赛日、54场紧张激烈的角逐，诸暨市第十七届中小学生体育节初中生篮球比赛在浣东初中体育馆落幕。来自全市26支代表队共376名男女运动员参赛。

（通讯员 杨日新 孙晓菲）

@嵊州

本报讯 日前，2021年嵊州市小学生跆拳道比赛在剡溪小学进行。全市共21所小学，132名运动员参赛。

（通讯员 蒋魏旭 屠波波）