

记者探访“最火”体育培训项目 应“试”而生的跳绳培训背后

本报记者 李笑莹



金华苏孟小学
开学测试跳绳

跳绳培训课程花团锦簇 老牌培训机构一课难求

据国家体育总局相关数据显示,我国青少年每周参加1次及以上体育锻炼的人数占比为 84.6%,在校外参加体育锻炼中接受专业指导的比例达到 84.6%。在浙江,各种少儿、青少年体能训练课开展的如火如荼,作为小学一到六年级评价指标测试项目,跳绳培训班也越来越多。

打开某生活信息类软件,搜索跳绳培训,映入眼帘的是:“跳绳体验课只要 9.9 元、少儿花式跳绳体验课 18.8 元、春季班的跳绳启蒙达标课优惠价 1880

元……”继续往下滑动,还有几十家跳绳培训的信息,令人眼花缭乱。

其中,杭州绳舞跳绳俱乐部在信息平台已经公布 2021 春季班课表。其中跳绳课程分为启蒙班、提高班和精英班,根据目前排出的课表来看,周一至周五学生放学后的时间已经排满,三种课程被安排在从下午 5 点至晚上 8 点半,周六周日全天从上午 8 点 45 分开始的课程到晚上 8 点半的课程被排满,家长和孩子报名跳绳培训的热情可见一斑。

其实,杭州此前就有

培训机构开展跳绳培训课。记者了解到,杭州 ikidfit 少儿体能中心自 2008 年创立之初就开设了跳绳课,但起初每周只有 2-3 节课,甚至更少,而现在个别门店已经达到一星期 6 节课的程度。拿杭州运河上街购物中心旗舰店来说,该门店的课表除了周四没有安排跳绳课,其余 6 天,跳绳都被安排上了。江和美旗舰店店长朱雅雯笑称,跳绳现在成了该培训机构的爆款课程,尤其在下半年更为火爆,往往一开班就满员。

“先休息一下吧,今天一分钟要跳 140 下才行。”晚饭后的小区空地上,不少小学生在家长的陪伴下练习跳绳。为了让孩子能尽快摸索到跳绳技巧,提高练习效率,不少家长选择帮孩子报“跳绳培训班”,有的培训班费用达到了 200 课一节。不少人对此感到十分疑惑:玩着玩着就能练习的跳绳,还需要专门培训?

实际上,近年来,浙江办得不错的跳绳培训班不在少数,从 2008 年就开始开设跳绳课的杭州 ikidfit 少儿体能中心到 2017 年成立的杭州绳舞跳绳俱乐部,不少调查结果显示,跳绳培训近年来一直十分受家长欢迎,甚至成为体育培训中最火爆的项目。

火爆的跳绳体育培训 是否需要纠偏?

随着跳绳培训班的火热开展,不少人也表示,为了应试专门去报跳绳培训班是否可取,这种行为是否需要纠偏?

杭州市大禹路小学一年级的新生李雨辰自入学之后便开始练习跳绳,家长还专门请了老师上门教学,李妈妈对儿子的跳绳练习颇为支持。“孩子平时在学校和家里两点一线,也不太喜欢出去玩,练习跳绳不仅可以增强体质,对之后的体测也有帮助。”李妈妈表示,刚开始接触跳绳时,孩子一分钟只能跳几十个,现在一分钟能够跳 130 个左右。请老师一方面可以帮助孩子进行更标准的训练,一方面也能够提高锻炼效率。“有需求就会有服务,我认为跳绳培训班的火热开展是应运而生的结果。”

与此同时,针对跳绳培训班的火热开展,也有一些网友持反对态度。名为“厉行青春”的网友在跳绳培训的相关帖子下评论:“跳绳培训的火爆实际背后原因就是因为在中小学考察中的地位提升,跳绳也成为中小学体育项目中的香饽饽。一项原本为了增强学生体质的运动,如今变成加分利器,带动了新的补课产业,形成了一个新的产业链。”也有网友表示:“我们之所以考试体育,目的是为了青少年的身体素质,健全体质,而不是为了挖尽他们身体的潜能,更不是为了培养体育冠军。教育内卷,尤其不能涉及体育美育的考试,不然就失去了考试的初衷。”

对于火爆的跳绳体育培训,21 世纪教育研究院副院长熊丙奇曾在采访中表示,跳绳培训班的出现折射了家长的焦虑心态和攀比心态,家长完全可以通过跟孩子共同运动来培养孩子的跳绳的能力,同时只要学生跟着学校的体育老师学习,也会达到学校相关的跳绳要求的。言传不如身教,与其花大钱报辅导班,不如多些耐心陪伴孩子共同成长,一起锻炼。

提升体测成绩 家长瞄准培训班

普普通通的跳绳运动,如何成为了体育培训最火爆的项目?根本原因还是在于升学、成绩。

根据教育部印发的《国家学生体质健康标准(2014 年修订)》(以下简称《标准》),其中,跳绳被列为小学一到六年级评价指标测试项目,一至四年级跳绳成绩占体育总成绩的 20%,四至六年级占 10%。跳绳也是《标准》中唯一的加分项,加分幅度为 20 分。小学一年级男生如果一分钟能跳 149 个,就可以拿到跳绳项目 120 分满分。

一分钟跳 100 多下跳

绳,对身体素质正处于蓬勃发展的小学生来说,似乎并不是一件非常难的事情,有必要专门报培训班吗?记者采访了不少报班家长,有的家长表示,自己虽然从小会跳绳,但是姿势可能不规范,技术不到位,因此怕教错了孩子。“现在孩子们都讲究科学锻炼,脚步怎么变换,哪个地方肌肉用力都是很讲究的,所以有专门的老师教,我认为更专业,更权威。”还有一些家长表示,孩子从小不会跳绳,成绩上不去,在家跳一分钟只能跳几十个,自己怎么也教不会。“现在跳绳在孩子的体

育测试中十分重要,因此只能请专门的老师教学。为了孩子以后在体测的时候成绩好一些,我们愿意花这个钱。”

杭州市大禹路小学甲来路校区体育组教师徐永贵表示,平时开展跳绳训练并不是小升初要考试,而是属于区体质健康测试项目之一,如果体测成绩很差将会影响孩子升学时选择初中学校,为了尽量不影响孩子之后的升学,很多家长会选择从小就开始帮助孩子锻炼,因此课外跳绳培训班的火热开展也是抓住了家长的这一心理。