

女生打橄榄球也可以很猛

杭州这所学校开启女子橄榄球必修课

本报记者 陆英健

提起橄榄球,你能想到什么?是美剧《周一见》中身强力壮的彪形大汉,还是运动场上激烈的碰撞?或许还有人们常会联想到的“超级碗”(Super Bowl),以及高大威猛的“汤姆布拉迪们”。在大家的印象中,由于橄榄球运动过于激烈,因此该运动基本上属于男生,但是,在杭州绿城育华学校,就有30多位女孩为这项运动“痴迷”。

“往这边,快跑快跑!”“传球啦,该传了!”随着哨声响起,日前,来自杭州绿城育华学校初中部睿励班的30多位女孩各自分组,在绿茵场上打起了激烈的腰旗橄榄球训练赛。上了场,女孩们纷纷展现出了自己勇猛过人的一面,一时间,整片球场被姑娘们矫健灵活的身影和充足的运动热情填满。

“刚接触橄榄球的时候女孩们还是有一些害怕,以为她们需要和男生一样穿着重重的护具和装备进行比赛训练,害怕自己会受伤。”橄榄球教练吕金鸿说,“其实女生们进行的是腰旗橄榄球,它是在美式橄榄球的基础规则和技巧条件下的一种更大众的橄榄球运动。与正式橄榄球

运动相比,腰旗橄榄球规定不允许抱人和推人,防守方拉下持球进攻球员腰带上的一条腰旗,进攻即被阻止,是一种安全的非冲撞性运动。”

作为绿城育华初中部睿励班的必修课,美式橄榄球这个项目已经在学校开展了三年,本学期,女生们首次迎来了属于自己的课程。经过一段时间的训练和规则学习,大家已经熟练掌握美式橄榄球的技能,并能开展班级和班级之间的腰旗橄榄球对抗赛。学生们纷纷表示,每次训练课上的班级对抗赛则是她们最开心的时候,三个班级轮番上阵比赛,取得达阵数最多的为获胜方,大家享受着团队合作的



过程,也享受为自己的班级而战

的集体荣誉感。据了解,开启这门课以后,橄榄球也成为了学余课后班级里男女生津津乐道的话题,女孩们还会常常自发开展训练和战术演练,更多走出教室走上运动场,通过运动变得更积极、更阳光、更自信。下个月,参与课程的女生们还会进行一场正式的班级比赛,届时,女孩们将代表自己的集体为冠军而战。

我省公布23项学生体育竞赛计划

本报讯 近日,省教育厅、省体育局印发《关于公布2021年省级学生体育竞赛计划的通知》,其中包括11项大学生体育竞赛计划,12项中小学生体育竞赛计划,旨在通过竞赛活动带动学生积极参加阳光体育活动,提高学生体质健康水平。同时鼓励各地各校积极申办省级体育计划赛事,营造良好的学生群体活动氛围,推进学校体育工作开展。

计划要求,各地各校在组织和参与体育竞赛、集训等活动中,要加强安全教育和管理。根据新冠肺炎疫情防控常态化工作要求,探索疫情防控常态化下的体育竞赛新形式,扩大学生体育竞赛的受益面。各承办赛事及参加比赛的学校,均须制定书面的安全工作预案,严格执行各项安全措施。参赛人员须按规定购买意外伤害保险,确保师生平安。要严格赛事纪律,严把运动员资格关,杜绝弄虚作假,加强廉政教育,建设清廉体育。

各地要加强对学生体育竞赛活动的日常监督和管理,加强安全评估。学校不得组织承办和参加未经批准的体育比赛,不得违反疫情防控要求擅自组织或参加跨区域集聚性大型活动,确保学生体育竞赛规范、安全、有序。

(通讯员 高婷婷)

博弈

5月7日至9日,绍兴市青少年棋类锦标赛在新昌县拉开序幕,来自绍兴6个县市区近300名棋手切磋棋艺,以棋会友,博弈巅峰。

通讯员 张益东



短消息

@杭州

本报讯 昨日,2021杭州少儿体质大赛——“国潮小英雄”体能挑战赛在杭州钱唐农园举行,200余名3至11周岁的少年儿童进行了30秒跳绳、仰卧起坐、立定跳远、绕杆跑等项目,测试挑战体能极限,还被授予由国家体育总局签发的不同等级的“国家体育锻炼标准达标证书”,同时,完成三大球挑战项目其中之一(篮球运球、足球绕杆、排球颠球),还可获得小英雄奖牌。

(通讯员 任立琴)

@宁波奉化

本报讯 近日,宁波奉化区第一届运动会青少年、儿童部羽毛球比赛在奉化体育馆顺利收拍,共有16支代表队150余名运动员参赛。与此同时,区运会“实验小学杯”儿童部中国象棋、国际象棋、围棋比赛顺利收盘,共有18支代表队200余名小棋手同场竞技,最终居敬小学获本届区运会儿童部三棋比赛总团体冠军。(通讯员 周力)

集热身操、礼仪操、防身操于一体

德清老师自编跆拳道丰富学生大课间活动

“听口令,马步出拳准备,一二一二!”每天早上,在德清县上柏小学的操场上,随着老师响亮的口号声,学生们整齐有力地出拳,一招一式有模有样:出拳虎虎生风、踢腿刚劲有力、呐喊整齐响亮。

据了解,这套课间操是由学校体育老师冯利海编排,他通过在其他学校观摩学习,自己摸索研究,从尊重、友爱、礼仪教育出

发,根据跆拳道技术动作最终改编整合成这套规范性广播体操,集热身操、礼仪操、防身操等多项内容为一体,并成为学校的一大体育品牌。“这套操有手部、腿部、脚部等部位的动作,可以更好地带动全身运动,其中,还配合了口令和气合(发声),有助于学生集中精力。”

冯利海介绍,练习跆拳道对学生的身心发展有很大帮助,正

被越来越多人所喜爱。把跆拳道带进校园是为了让更多的学生了解和认识跆拳道,发扬跆拳道的“以礼始、以礼终”的礼仪,传播自信、坚韧不拔的精神。

据悉,除了大课间活动,该校每周还设置了一、二年级的跆拳道普及课程,并成立跆拳道校队,让学生更加勇于迎接未来的挑战。

(通讯员 杨名白羽)