19岁少年被录取为北京大学“双学籍”飞行学员

视力5.3的他不爱电玩,只爱篮球和乒乓

见习记者 魏俊琼

这个新学期,对于高考裸分630分的浦江中学应届毕业生杨航乐来说,开启了全然不同的大学生活。因为,他通过层层选拔,被录取为北京大学“双学籍”飞行学员。他也是浦江中学今年唯一一位被选中的飞行学员。这位学霸在接受记者采访时表示,除了优异的文化课成绩之外,身体素质同样很关键,而这和他从小爱运动密不可分。

从小体育锻炼 养成自律的好习惯

在班主任洪老师看来,杨航乐脑子好,学习效率高。虽然刚开始的文化成绩并不是特别突出,但是随着飞行员招考体检的层层筛选,过关斩将的杨航乐开始在文化学习上不断发力。洪老师说,参加招飞考试十分费时,但每次回来后杨航乐都会及时和各科老师主动沟通,在周围同学和老师的帮助下,对文化课程进行恶补,全力追赶大家的进度。

记者在与杨航乐曾经的各科目老师交谈中发现,大家对其评价最多的一个词是“自律”。“我每次带队出去考试,路途中都会有同学忍不住要玩手机。但杨航乐从未掏手机玩过,非常自觉。”分管体育的副校长周瑾说。

而对于这个评价,杨航乐本人则表现得很谦逊。在他看来,自律其实是自己从小到大的体育锻炼所培养出来的意志品质。杨航乐非常喜欢运动,是学校乒乓球队、篮球队的成员,所在校队经常代表学校参加金华市里的大小赛事。多位老师表示杨航乐的运动天赋和身体素质那是有目共睹的。

杨航乐最大的爱好是打篮球,从小学开始就没间断过,一直陪伴到现在。杨航乐笑言,自己从小就比较好动,对各项运动都感兴趣并都愿意去尝试,在小学的时候还先后接受过武术、乒乓球等项目的培训,进入初中以后,有些项目因住校不方便外出停训了。而像篮球、乒乓球一类校内方便开展的项目,则成为他课余生活不可或缺的一部分。

运动助力“好眼力” 看更广阔的天空

学业重要,运动也从不耽误。杨航乐的高中生活活力四射,除了课余、周末约着好友打篮球,还不时代表学校参加乒乓球比赛。值得一提的是,劳逸结合的杨航乐,将双眼的视力一直保持在5.3。

周瑾向记者透露,学校里最初报名空飞招考的同学是很多的,但是随着招考选拔的推进,视力检测环节就刷掉了很大一部分人,身高体重、体质测试又淘汰一批,层层筛选过后,到定选的时候就只剩下了杨航乐一人。

杨航乐也表示,很庆幸自己一直以来没有玩太多电子产品。而乒乓球这项运动不仅让自己身体更协调反应更敏捷,眼睛还会随着乒乓的运动轨迹而移动,眼球组织的血液循环和供应都会得到改善,眼睛也会放松起来。所以自己的好“眼力”背后少不了乒乓球的助力。

从9月1日进校报到以来,杨航乐在训练之余也参加了不少校园体育活动,“我们学校举行了开学第一跑,姚明都来了!”杨航乐的语气有些激动。“在这里竞争非常激烈,大家都很优秀,希望能在大学里好好学习,跟周围的人学到更多的东西。”杨航乐说,在正式开学以后,如果有机会的话他想要加入学校社团,继续尝试不同的体育运动。他表示自己很幸运能有机会进入北京大学,看更广阔的天空。

团结就是力量

日前,江山市上余镇大溪滩小学组织学生拔河比赛,以培养学生团结协作精神。据悉,该校通过重构一日时间安排、改革学校课程实施、改变学习方式,真正做到减负提质。

通讯员 金超水

“点单”推进“融合”,7个传统体育游戏形成特色

绍兴这所学校的托管服务健体又走心

“耶! 我又投进了!”随着一(16)班夏睿阳同学最后一支箭稳稳投进壶里,欢呼声、鼓掌声在投壶场地瞬间连成一片。这是近日在绍兴市上虞区实验小学教育集团上德校区,课后托管服务时段各班开展特色体育锻炼时的一个场景。

自9月开学以来,该校区以推进“双减”工作为契机,结合学校实际,积极探索“5+2”课后托管服务新举措。

“我校的晚托体锻是在充分尊重学生兴趣和体育学科的前提下谋划的。”该校体育教研组长石荷燕表示,“完成作业后,让学生‘走出来’、‘动起来’正在成为老师们的共识。”

针对晚托体锻存在的问题,学校体育组多次讨论,决定开展以提升学生“力量”“耐力”“速度”“柔韧”等四项身体素质为核心的“点单式”特色体育锻练活动。该活动除了分类设置跳绳、仰卧起坐、迎面接力、篮球、足球等10余个项目外,还巧妙融入投壶、跳房子、踢毽子、打陀螺、跳竹竿等7个传统体育游戏。

伴随托管服务第二时段铃声的响起,全校45个班级的学生在老师的带领下,来到班级指定区域锻炼。体育老师则分组对各班体育活动进行针对性指导。

“既尊重传统、又顺应形势、并融入常规的体锻方案,饱含育人的匠心与温度,是老师们智慧的结晶。”实验小学教育集团副总校长、上德校区执行校长叶柱表示,“下阶段,在‘双减’实践不断深化的背景下,我们将进一步完善、优化托管方案,通过更丰富的学科融合、活动支持,让孩子们始终站在教育的最中央!” (通讯员 陈炜炜)

短讯

@宁波北仑

本报讯 9月20日,2021年浙江省青少年武术散打锦标赛暨第十七届省运会武术散打测试赛在永康市体育中心落幕。其中5名宁波北仑籍运动员参赛,并获得三枚金牌。近年来,在武术散打项目上,北仑区依托高水平的教练人才团队,积极开展“武术进校园”等活动,培养青少年对武术散打项目的兴趣,并为重竞技项目培育后备人才,成绩显著。

(通讯员 李欢腾)

@嵊州

本报讯 9月22日,嵊州市爱德小学举行了三到六年级学生跳绳比赛。此次跳绳比赛旨在培养学生积极主动的体育锻炼习惯,提高了学生的身体素质,同时进一步展示了学子们良好的精神风貌。

(通讯员 袁春晓)

■浙江《体坛报》社有限责任公司
本报地址:杭州市体育场路212号浙江体育大厦裙楼
邮政编码:310004
发行热线:0571-85103334
广告热线:0571-85069545
新闻热线:0571-85178608
本报员工新闻道德监督电话:0571-85061223
法律顾问:浙江六和律师事务所 王恺煜律师

战略合作伙伴
黄龙体育中心 HUANGLONG SPORTS CENTRE
浙江省体育彩票管理中心
浙江体育职业技术学院
ZACC 浙江省体育竞赛中心 ZHE JIANG ATHLETIC CONTEST CENTER