

建队四年就夺冠！这支小学女足队在球场收获成长

本报记者 徐萃萃 钟 樑



早上七点半,在杭州市省府路小学足球场上,20多名女足队员准时集结,在一系列热身准备之后,开始了当天的常规训练。不久前,她们获得了西湖区校园足球联赛小学女子甲组冠军。

这是省府路小学女足第一次在西湖区校园足球联赛中夺冠。2018年第一次组队参赛排在第16名,前两年先后拿到第6名、第5名,今年站上女子甲组的冠军奖台,省府路小学校园女足一步一个脚印,每年都有进步,今年也等到了开花结果的季节。

首个冠军实至名归

谈及建队四年就夺冠,学校分管体育的副校长朱广庆难掩激动。“这个比赛我们从去年就开始打了,经过小组赛、十六强赛,八强赛三个阶段,每个阶段都是循环赛,偶然性极小,对学生们的技术、体能和团队合作等方面都是非常大的考验。”最终,省府路小学女足11场胜利、总计38个净胜球的成绩取得西湖区校园足球联赛女子甲组冠军。朱广庆说,实力的背后是教练和队员们长时间的训练和积累,当然,这支队伍发展如此之快,也离不开学校在足球项目上的推广、普及。

记者了解到,省府路小学每年春、秋两季都会开展校园足球联赛,一至六年级的学生都会以

班级为单位组队参加。学校还根据小学阶段少年儿童的生理特点进行了统筹部署:一二年级男女混合组队,三年级开始女生单独组队。“我们学校班班都有足球队,每个班基本有一半女生会踢足球。”如此的高参与度也是省府路小学女足队伍快速发展的基础。在校园联赛和学校每周一节的足球课上,体育老师会挑选喜欢足球且能力较强的孩子加入校队。校队的组建也按照年级段(一二年级、三四年级、五六年级)划分为三个梯队。每周进行三到四次的常态化训练。“人才选拔有依据,队伍深度有保障,这就是我们不断进步的底气。”

踢球学习两不误

场上,正在训练的队员们动作有力,目光坚定,在场边教练的指导下带球突进、过人,即便是模拟对抗赛,也不放过每一次进球机会。

“从她们全身心投入的状态中,可以明显感受这群孩子对足球的热爱。”看着奔跑的女足队员们,朱校长满脸欣慰。但眼前的和谐与朝气,也经历过一些困难。

今年5年级的王茜潼在刚加入校队时就遭到了妈妈的反对。“当时我的英语成绩不太好,但足球队有时要早上训练,我妈觉得这段时间用来背英语单词特别好,就不太同意我加入。”对足球的喜爱让茜潼不愿轻易放弃,于是她决定用实际行动向妈妈证明,自己能踢好球,也能学好英语。“每天足球队的训练结束以后,我就利用课外时间来背单词,现在我英语成绩得到了提高,妈妈也不反对我踢球了。”

朱广庆坦言,这样的情况并不是个例,很多家长觉得踢球影响学习或女孩子不适合踢球。但事实上,参与校园足球活动的孩子,不但身体得到了锻炼,精神上也得到了成长。校女足队队长彭琦雅告诉记者,平常训练之前自己会带着队员们一起跑跑步、做拉伸,久而久之觉得组织和管理能力也提高了,变得更加有担当;张瑞秋在球队担任守门员,她说刚开始练习时,一个球过来就心慌,但踢得多就习惯了,觉得一切都没那么可怕;让今年五年级的前锋李牧歌感到喜悦的是,自己在球队里结识了更多好友。

朱广庆说,取得成绩并不是学校发展足球运动的目的,让学生们拥有健康的体魄是每一个老师和家长的期望。希望通过大家喜闻乐见的项目,让孩子们在学习之余参与体育运动,在运动中收获快乐,得到成长。

晨间锻炼成慈溪这所小学每天第一课

从去年9月开始,慈溪市庵东镇东二小学开展了“迎亚运·促双减”晨间活动,让晨炼成为学生每天的“第一课”。

学校一直高度重视学生体能素质锻炼,确保学生每天一小时的体育运动时间,努力打造“3+X”晨间活动模式。“3”指的是每个学生必须参加锻炼的三种操:广播操(韵律操)、跑操、素质操;“X”指的是学生自主参加的各种体育活动社团。

“你笑起来真好看,像春天的花一样……”在优美的旋律中,孩子们动作整齐划一,犹如一个个跳动的音符,使整个操场都充满了朝气。这套韵律操是由学校的体育老师和音乐老师一起创编的,同学们都很喜欢,它不仅节奏感强,而且充满活力。

韵律操结束后,跑操就开始了。“一!二!三——四!一!二……”每天晨间活动校园内就传出响亮的口号声。校园里一个个方队,以班级为单位,每班排成两列纵队,左侧纵

队向后转,两列纵队首尾相接,形成一道亮丽的风景。

素质操由蹲、起和跳步配合简单的手臂动作组合而成。通过各种蹲、跳、拉伸等动作来锻炼学生的下肢力量。整套操动作编排简单、易学、针对性强。最受孩子们喜欢的是自主参加的各种体育社团活动,田径、足球、篮球、花样跳绳、跆拳道、武术等项目应有尽有。

来自学校五(5)班的王雨晨表示:“以前课间操内容单一,每天做同样的广播操,我们失去了兴趣。现在晨间活动增设了体育活动的项目,有韵律操、跑操、武术、篮球等多种形式,还可以根据自己的兴趣爱好自主参加各种活动,使我们有了清醒的头脑和充沛的精力投入一天的学习。”

多样化的晨间活动丰富了师生的校园生活,确保了学生每天一小时校园体育锻炼,促进了学校特色体育活动的开展,真正将“双减”落到实处。(通讯员 钟恒炳)

激情论剑！绍兴上虞区小学生赛击剑

本报讯 5月13日,2022年绍兴市上虞区小学生击剑比赛开赛。

据悉,此次赛事是2022年上虞区阳光体育系列赛事的首场比赛,来自重华小学、百官小学等12所学校的208位“剑客”同场论剑。选手按照年龄、性别分成6个组别,分别在花剑、重剑、佩剑等项目中一较高下。经过激烈角逐,实小集团实验小学、重华小学、实小集团上德校区获得团体总分一等奖。百官小学获体育道德风尚奖。

和往届比赛相比,此次击剑赛因为没有观众的关注和助威,赛场上不负以往的热闹和“大场面”,但看着场上一出又一对决,上虞击剑中心负责人张琳还是很高兴:“这场比赛本来安排在2个月前,受疫情影响延迟。即便如此,无论是在家上击剑网课训练,还是有序到场地训练,孩子们都没有停下前进的脚步。此次比

赛既检验孩子们的训练成果,也提振我们在疫情常态化背景下做好训练工作的信心。”

区教体局相关负责人介绍,针对当前疫情防控形势和各级要求,本次比赛严格落实各项疫情防控措施,还增派安全保卫、消毒、后勤保障、卫生防疫等工作人员,全力做好进出管理、秩序维护、场地消毒、环境卫生、应急处理等工作。接下去,小篮球、足球等上虞区阳光体育系列赛事也将在做好疫情防控工作的前提下有序开赛。

据悉,击剑运动是上虞区自2018年借助社会力量办体育引进的第一个体育竞技项目。随着体教融合发展的积极探索,击剑运动逐步走进校园,这项原本较为冷门项目在上虞逐渐发展起来。仅去年,上虞击剑中心就斩获省赛5枚、市赛8枚金牌。(通讯员 成波 于江)



上周五,绍兴市金庭镇下任小学的孩子们在一周一次的高跳课上进行练习。据介绍,学校高跳队成立于2012年,目前学校的8个班级每个班级每星期都设有高跳课。通过高跳训练,同学们不仅得以强身健体,还增强了团队意识。

通讯员 单剑飞