浙江这所高校把体育课搬到了青山绿水间

特色体育课成为最强招生简章

本报记者 丁梦婧

高考成绩将要出炉,大学志愿填报是考生和家长目前“重头戏”。近日有高校的特色选修课引发网友关注,比如西南政法大学的摩托车选修课、西南石油大学的推拿选修课、湖北大学和四川大学的攀树课等,网友纷纷表示羡慕,“这就是最强的招生简章吧。”在浙江,也有这样一所高校,把体育课搬到了青山绿水间,课程一上线就会被“秒杀”,它就是浙江农林大学。

开课20年 内容与时俱进

浙江农林大学体军部书记兼主任冯祎中介绍,2002年开始,浙江农林大学率先在国内高校开设了野外生活生存(户外运动)课程。学校当年是教育部首批开展全国大学生野外生活生存训练的七所试点高校之一,开设课程的目的在于提升学生野外生存能力。

20年过去,当时的野外生活生存课已经成为了户外运动课,课程安排在三个学期,每个学期所学内容各有侧重点。第一学期的内容相对入门级,学生会掌握野外保护站设置、背包装填、户外绳结技能等内容;第二学期能学会攀岩装备穿戴、岩壁横移、攀高等内容;第三学期后学生可以熟练掌握野外生存、露营、地面高低空拓展类等技能。“课程内容一直在更新,比如近年来流行的桨板、皮划艇以及露营,都在户外运动课程中有所体现。”

走进浙江农林大学的校园,你可以看到100多亩的东湖水面上,不时会有红色、黄色的桨板或皮划艇在水面上飞速前行。学校的后山上,有几十条土路共计40余公里被踩得清晰平实,户外夜跑项目时常在这里开展。“秋天一落叶,这些路比田径场还要柔软、舒适。”冯祎中表示,“我们把体育课搬到了户外,利用了学校以及附近天然的水域、山地资源,结合了农林学科的专业特色。通过户外教育,传播户外安全理念,规范户外行为,形成并促进学生对户外运动的认识,提高学生户外技术操作的规范性和熟练性。”

课程得抢 户外最受欢迎

户外运动在年轻人中有多火?看看浙江农林大学学生们的抢课时的手速就知道,每年有近2000人次参与户外运动课程的各项内容。已经毕业的学生徐一风回想当年的抢课记忆犹新:“这课是排在我第一个要去抢的,选课那天特意找了个网络好的地方。”

课程训练中,同学们会状况百出:有皮划艇翻船的,有攀岩的同学敢平移不敢往上的……但在同学们的小结中,都能看出,他们通过户外运动课,更好地认识到自己的不足,去努力学习和掌握更多的野外生存技能、户外运动知识甚至是影响更深刻的宝贵品德。

集贤创新534班的卢枫在两天的户外运动挑战中,学会了坚持:“上山很累,我们所有人背着沉重的背包,中途虽然有人喊累,但大家都坚持下来。”同样一堂课,他的同学姚钧能却有不同体会:“十分疲惫,我甚至感觉这不到两天的时间远比军训的两周要辛苦。但是我获得的更多,我懂得了团队合作的重要,我更懂得了自然的壮观和它的力量。”

拓宽路径 毕业生做表率

课程开设早,对户外运动感兴趣的学生抢抓先机,打好理论基础,贯通技术能力,结合所学在户外运动领域就业和创业的毕业生有不少。“我现在有自己的公司,负责户外公益培训和技术输出。”2007届毕业生俞灿良在校时专业是工业设计,因为喜欢户外运动选修了课程,并且组建了校队。目前已经是中国登山协会山地救援委员会委员、浙江省登山协会副秘书长的俞灿良坦言自己是以“体育作为第二专业”开启了职业生涯,他多次参与并成功营救迷路驴友、被困游客近百人,去年在浙江公安首次山地救援实战大练兵中作为特邀嘉宾全程参与。

无独有偶,2016届研究生张天志也在毕业后从事青少年攀岩培训工作,曾经担任过浙江攀岩队总教练。

“学校先后组织学生参加省级、国家级户外运动比赛,都取得过不错的成绩。”冯祎中不无自傲地说,“户外运动馆课程深受学生喜爱,作用不仅是强身健体,更重要是育人,也为他们的未来提供了更多选择。”

“我们是小冠军!”

日前,杭州市亚运足球小将校园足球小组联赛正式落幕。建德市寿昌第二小学代表建德市参加了全部三个组别的比赛,并取得男子甲组冠军的优异成绩。

通讯员 郑锦杰 李 敏

跳跃、挥臂、扣球!

金华沙排小将省运备战忙

6月22日下午4点,金华市金东区少体校沙滩排球训练场内,鼓励声、呐喊声此起彼伏……运动员们赤脚在沙地上来回奔跑,练得满头大汗,教练则在一旁仔细观察他们的训练动作,指导练习对抗。

金东沙滩排球队将代表金华市出战省第17届运动会沙滩排球。“不管是高温天气还是刮风下雨,我们都坚持训练。”运动员王丰诏是男队的主力队员,他坦言,每天早上6时出操,基本体能训练50分钟,下午两节课后,大家就会抓紧到场地上继续训练,周末则全天训练,“近期主要强化组合式训练,在对抗比赛中发现各自的问题,再进行逐个突破。”

为备战省运会,去年11月底,20余名沙排运动员赴海南文昌进行了三个月的封闭式集训。克服了天气和水土不服等困难,运动员们技术提升很快。“基础训练是根本,通过弹跳练习提高运动员爆发力,现在女子弹跳摸高能达到2米7,男子摸高3米3,专项训练效果明显。”金贤文说,目前离正式开赛还有1个多月时间,最后冲刺阶段,他们将利用暑假再次组织封闭式集训,保持良好的竞技状态。

据悉,金东区少体校成立于2001年。校长赵梅芳说:“最早我们只有田径一个项目,也迫切需要打造‘拳头项目’。2004年,市里采取‘市队区办’的方式成立沙滩排球队,通过积极争取,最终项目落户金东区少体校。”为了全面备战本届省运会,去年学校更是引进了湖北沙滩排球队原主教练陆诚,力争让沙滩排球队迈上更高台阶。

(通讯员 黄云鹏)

智运会两棋类项目开赛 大小选手乐在“棋”中

本报记者 郑润鑫 余敏刚

乐弈嘉禾 智赢未来

6月22日,省第二届智力运动会五子棋和国际跳棋比赛在嘉兴同时开赛,吸引了200余名来自全省各地的棋手齐聚于此,上演精彩对决。

国际跳棋比赛裁判长蒋桂龙介绍这次比赛参赛面比较广,基本以少儿为主,2007年以上是公开组,2013年以下是儿童组。此次比赛年龄组是和省运会选手错开进行,相比上届整体实力有了大幅提升。

丽水队的樊芷琪取得首胜后,开心地走出赛场把比赛表格交给了在门口等待的爸爸。这位年仅十岁的小姑娘已是“沙场老将”,2019年获得全国幼儿组国际跳棋比赛冠军。“一开始我还是有些紧张,因为疫情近期比赛少了。不过后半程我适应了节奏,很幸运拿下对手。”樊芷琪笑着说,她接触国际跳棋5年了。进入缙云实验小学后,学校里还开设了培训班,下棋已成为她的最大爱好。而她今年最大的愿望就是能够拿到全国青少年组的冠军。

与国际跳棋赛场不同,五子棋赛场却呈现了另一番景象。由于五子棋是一场快速“脑力”的较量,要求选手具备超快的脑力反应。比赛赛况也是呈现两边倒的情况,开赛15分钟后,一半选手已经结束比赛,离开了赛场。据了解,本次智力运动会五子棋项目跟上一届比有些不同,它摒除了今年参加省运会项目的年龄选手,共有10个地市队伍参赛。同时,为了推动五子棋在浙江的发展,比赛增加了公开组,保留了专业组,规则中有禁手,黑棋不能下三三、四四等。赛场上,最吸引人注意的还属温州选手金奕蝉。作为温州市代表队唯一队员,同时,也曾是世界青少年五子棋锦标赛冠军。在与嘉兴队汤璐吉的对决中,金奕蝉开局后反而下得小心翼翼,等待机会进攻。而作为东道主选手,汤璐吉也在比赛中展开猛烈进攻,无奈在中盘出现失误,最终落败。赛后,汤璐吉坦言,能与世界冠军对弈非常激动,虽然落败,还是很有收获。

比赛结束后,还将会陆续开展省青少年五子棋锦标赛、全国青少年五子棋锦标赛、省运会五子棋比赛等系列大型赛事。