

这所90%都是外来人口的学校,率先在小学阶段普及游泳 人人都要会游泳,毕业考试考游泳

本报记者 易龙吟

小学毕业考试要考游泳,这是宁波市江北区甬江实验学校的小学毕业时的一项考试内容。为何会在毕业考试时安排这项内容?校长徐明杰告诉记者,学校从去年开始在全校面向全校所有学生开设游泳课程,不仅六年级的毕业测试有游泳项目,每一个年级的期末考试,学生也都要完成相应年级要求掌握的游泳技能。

按照要求,六年级学生要顺利游完25米的才算达标。601班学生张友富很快地游完了25米。他说,以前自己有点怕水,经过教练的精心训练指导后,现在已经可以毫无压力地游泳了,而且游得特别顺畅,游泳也是一项技能,在遇到特殊情况的时候还

可以保护自己。

根据测试情况,大部分学生都完成了游泳测试,还有少部分同学未能通过。徐明杰说:“我们是九年一贯制,这部分孩子在初中还将继续进行游泳课程的学习。”

学校拥有恒温室内泳池,教练全部来自宁波市水上(游泳)运动学校的专业游泳教练团队,也是奥运冠军汪顺的母校,如此强大的软硬件配备,徐明杰认为,更应该让学校的每个孩子都享受到良好的教育资源,让更多的孩子掌握游泳技能,提高自救自护能力,在游泳中锻炼意志品质。徐明杰介绍,学校将“让每个学生都要学会游泳”作为一项重点工作,成为宁波市率先体验“游泳进

课程”的学校之一。

事实上,在学校开展游泳培训,更重要的原因是这所位于宁波江南北郊的学校是一所以外来人口为主的学校,90%的孩子来自省外,主要是周边企业职工的孩子。不同于宁波本地游泳氛围比较浓厚,很多孩子之前都没有接触过游泳,而宁波又是水乡,防溺水教育更是重中之重,学校此举不仅培养了学生的游泳技能,更是解决了家长和企业后顾之忧。

记者了解到,每个学生在小学阶段至少修满24课时的游泳课程,在游泳课程设置上,常规课程以正课的形式开设,全员参与。课程对学生进行分模块教学,内容包括游泳安全知识,熟

悉水性,学习掌握游泳技术动作。在掌握一定基本的游泳技能的基础上,教授其水中自救的专业知识。

1-3年级以憋气、换气、熟悉水性为主,4-6年级学习掌握游泳技术动作,如跟边漂浮、蛙泳腿、转身等基础技能,7-9年级以蛙泳训练和增强耐力为考核项目,在学生完成小学、中学学业的同时,完成个人《游泳综合素质评价》。

不仅如此,有兴趣的还可以加入校游泳队,学校游泳队招人不设门槛,不论年龄、身高、游泳水准,只要有兴趣就能参加。在去年的宁波时游泳比赛中,刚刚成立一年的校游泳队就拿到一个第5名、一个第6名。徐明杰相信,未来这里也能走出游泳冠军。



舞动未来

7月17日,“一起向未来”宁波市街舞系列赛“当红不让”少儿街舞 ALL-STYLE 个人赛落下帷幕,55名实力强劲的小选手为大家上演了一场精彩纷呈的街舞表演。

通讯员 徐月



短消息

@江北

本报讯 近日,2022年宁波市青少年短式网球赛落幕,共有7个区县(市)代表队,一百多名网球运动员参加了比赛。经过两天的激烈角逐,鄞州代表队获得团体总分第一,海曙代表队获得团体总分第二,江北代表队获得团体总分第三。

(通讯员 杨佩贞)

@余姚

本报讯 日前,浙江省少儿业余围棋升段/定段赛在“全国围棋之乡”余姚举行,来自全省各地的680多位棋手参赛。据了解,该项赛事已是连续九年在余姚举行。比赛中,共有132人升段定段,其中28人升为业余5段。

(通讯员 方娟英)

@慈溪

本报讯 日前,慈溪新浦镇组织2022年慈溪市暑期青少年“一人一技”体育技能公益培训开班,来自乡镇街道的120余名中小學生参加了此次培训。培训内容包含游泳、羽毛球、篮球、滑轮、足球等多个项目。

(通讯员 吕柯烨)

@奉化

本报讯 7月20日,浙江省青少年儿童田径冠军赛在奉化中学田径场激情开跑,来自省内80支代表队共1050余名运动员同场竞技。本次比赛共设21个大项84个小项。

(通讯员 徐悦)

鲍县成:输送更多“文武双全”的篮球苗子

见习记者 李雨童

7月8日,2022年浙江省青少年阳光体育(体育传统项目学校)运动会小学生篮球赛落下帷幕,来自宁波市海曙区古林镇的蜃蛟小学女子篮球队蝉联了女子组比赛的第三名。作为一支由普通小学生组成,且一半球员身高不足1米5的球队,能够在与市级、区级专业队等强手的竞争中脱颖而出,站上领奖台,除了得益于队员们的努力和赛场上的拼搏外,主教练鲍县成也是功不可没。

军事化训练弥补天赋不足

篮球是蜃蛟小学的一大特色体育运动项目之一。学校在2017年组建女子篮球队,队员是来自二年级至六年级的学生。虽然这是一支“平民篮球队”,但主教练鲍县成建队之初他就下定决心,一定要带领这支球队拿到像样的成绩。

一支球队想要出成绩首先要从选材做起。作为体育老师,鲍县成会在平常上课的时候注意观察同学的表现,从中选出有实力

的学生,然后对他们进行严格的军事化训练和管理。穿着方面,他要求所有队员必须发型一致、着装统一,增强团队意识;训练坚持“冬练三九、夏练三伏”,鲍县成告诉记者,他们一年中有大概350天都在训练,每天训练1.5至3小时。即使是大年三十,队员们也会正常训练。

经过日复一日的刻苦训练,蜃蛟小学女篮连续两年获得海曙区中小学生篮球赛、宁波市青少年篮球赛小学组的冠军,同时也连续两年获得浙江省青少年阳光体育运动会上小学生篮球赛女子组第三名。去年,队里一名队员毕业后进入宁波市少年体校,接受专业篮球训练。

训练比赛不耽误文化学习

除了训练,鲍县成对学生们的学习成绩也十分重视,他觉得不耽误学习才是校篮球队的立足之本。鲍县成要求女篮队员每天上学都要比其他学生早半个小时到校进行早读。以往,宁

波市级、区级篮球比赛都是在每年10月、11月举办,比赛时间有时候会和学生上课发生冲突。鲍县成主动与比赛组织方沟通,把区级比赛调整到周末举行。虽然市级比赛的时间无法调整,但是每次比赛之后,鲍县成也都会与学校沟通,安排老师为学生们补课。暑假期间,鲍县成每天都会要求队员按进度完成假期作业。在鲍县成的努力下,蜃蛟小学女篮队员的学习成绩在班级里一直名列前茅。

最近两年的疫情对蜃蛟小学女篮的训练造成了一些影响,为了保持训练水平,鲍县成组织队员们在家进行线上训练。为了保证训练效果,鲍县成要求队员将训练的视频拍下来发给自己。有时候为检查、纠正队员们的动作,他会守在手机屏幕前两三个小时。鲍县成说,未来他最大的目标是向上级篮球队输送更多优秀的篮球苗子,帮助更多的孩子实现篮球梦想。