

在本届杭州亚运会中,浙江共有98名体育健儿出征,共获51金21银8铜,同时创造9项亚洲纪录、12项亚运会赛会纪录,创造浙江征战亚运的历史最好成绩,不仅在参赛人数上是历届最多且位居各省(区、市)榜单首位,浙江选手夺得的金牌也列各省(区、市)第一。当我们细细回顾这些运动员的“金牌生涯”,就会发现不少运动员早在小学、初中阶段就展现出了非凡天赋,继而进入专业体系训练。而这些天赋的发现与培养,背后正是我省近年来校园体育氛围日渐浓厚的反映。

亚运『金果实』离不开校园体育的『沃土』

本报记者 陈素琴 吴嘉琇

杭州市桐庐县横村小学:亚运首金邹佳琪

9月24日,在亚运会赛艇女子轻量级双人双桨决赛中,中国赛艇运动员邹佳琪、邱秀萍遥遥领先,以7分6秒78率先冲过终点,拿到了杭州亚运会产生的首枚金牌。

邹佳琪出生在杭州的桐庐县横村镇,小学时,她就读于桐庐县横村小学。这所小学有着“得天独厚”的校园占地面积和运动场地,拥有300米环形跑道的田径场一个,标准篮球场三个(其中一个风雨篮球场),排球场一个,笼式足球场一个,300平方米多功能活动区一个,室外乒乓桌子六张。这为学校每年开展丰富多彩的体育活动和比赛提供了有力支撑。

“让孩子们从小就把身体锻炼得壮壮的、棒棒的!”横村小学校长、书记俞伟军介绍,学校认真贯彻“健康第一”的思想,开齐开足国家规定的每周体育课程。每天上下午都会定时开展集体体育活动,保证在校学生每天有一小时的校内体育活动时间。同时,建立“家校联系卡”,积极落实并推进每天体育家庭作业,包括跳绳等基本类项目,也包括踢毽子、踢足球

等拓展类项目,寒暑假也是如此。学校还积极开展每月一分钟跳绳比赛等活动,评选出运动小达人,制定奖励措施、实施合美积分奖励评价机制,并进行表彰激励。

俞伟军坦言,为大力培养在校学生的兴趣爱好、拓展农村孩子更多的发展路径,学校还专门成立了足球、篮球、田径、柔道和摔跤队,聘请校外有资质的柔道和摔跤专业教练进校指导,更好推动学生训练项目的提升与成长发展。俞伟军表示,近年来学校体育工作取得了优异的成绩和良好的发展态势,在全县20多所小学每年的体质测试中一直名列前茅;而且也为上级体校输送了许多有发展潜力的体育苗子,杭州亚运会首金获得者邹佳琪就是其中之一。



杭州高级中学:国象大师朱锦尔

在亚运会国际象棋女子个人赛中,朱锦尔以9轮积7分的优异成绩为中国代表团捧回了第72枚金牌。

朱锦尔是杭州高级中学2021届毕业生,杭高作为一所百年名校,始终在践行中探索体育在促进学生全面发展教育中的重要作用,引导学生爱上体育,让每位学生掌握1-2项运动技能。

杭州高级中学体育教研组组长黄玲介绍,早在2002年学校体育课就采用了选项课教学,学生可以选择喜欢的项目进行技战术和理论知识的系统学习,以及专项的身体素质训练。目前选项课采用年级内与班级内选项相结合的教学组织形式,即:每次体育课每个年级四个或五个教学班同时上课,根据学生的运动特长和兴趣爱好分配到足球、篮球、排球、羽毛球、乒乓球、健美操等六个选项班。

在师资上,教师普遍具有研究生学历,专项指导更为专业。学校设有多种体育项目的运动队,其中钱江校区的游泳队、贡院校区的羽毛球队和健美操队多次在省级和全国性比赛中获奖。多名学生运动员取得国家健将级、一级运动员、二级运动员称号,并进入上海交大、浙大、武大等高校深造。

“我们鼓励学生每天进行一小时以上的体育锻炼,除了日间的跑操、课间操,还有街舞、慢跑等夜间活动,学生的参与热情非常高。最近几年杭高学生平均身体素质非常不错,在每年杭州市高三学生体质健康抽测中都能取得优异成绩。全省高校新生体质健康测试连续六年进入浙江省普通高中总成绩平均分排名前十位,其中三年全省第一名。”黄玲介绍,杭州高级中学的校运会也颇具特色,校运会裁判绝大部分由学生担任,还设置了以班级为单位的比拼身体素质的项目,让每一位学生共同参与。

在竞技体育方面,杭州高级中学引入杭州市陈经纶体育学校的优秀学生,提供专门的训练教室、自修教室,学业和竞技齐头并进。“有些项目还聘用了现役省队教练,有助于学生竞技水平的提高。”黄玲介绍。



宁波市镇海中学:泳坛新星余依婷

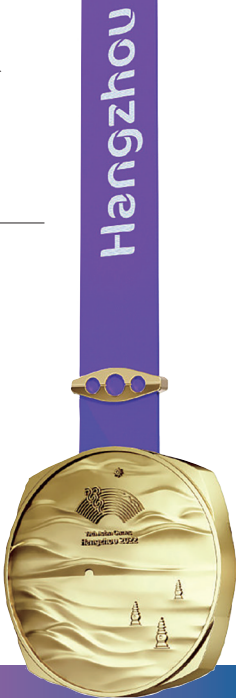
在杭州亚运会女子200米个人混合泳比赛中,镇海中学2021级学生余依婷以2分07秒75的成绩打破赛会纪录夺得冠军。

作为全国首批学校体育工作示范校,镇海中学长期以来坚持并践行着“有效教育的基础是有效体育和有效德育”的育人理念,高度重视学校体育工作。通过“全体学生共同培养,天赋学生专门培养”的策略,力促学生在体育方面也做到“高水平基础上的差异化发展”,培养出了一批能够达到国家级运动员标准的优秀学生。

镇海中学除了落实“每天锻炼1小时”外,还重视普及与提高相结合,让群体体育与竞技体育相辅相成。镇海中学体育组组长苑景蕊介绍,学校注重体育项目在学生间的普及程度,也注重专业竞技水平。“乒乓球、田径项目是学校特色,学校田径队已有几十年的历史,竞技水平位于全省中学前列;乒乓球项目还融入了课外活动,浓厚的运动氛围吸引了学生广

泛地积极参与。”

镇海中学的体育课实行普修和选修相结合,普修体能模块的训练能够广泛地提升学生身体素质。在镇中校园里,经常可以看到学生们在清晨、课间、晚自习上课前运动的身影,他们除了集体上体育课外,还会根据体育老师给出的“独家配方”,针对自己的薄弱项目,自主开展针对性的体育训练。“我们根据宁波市教育局出台的‘一生一技’指导意见,让每一个学生在高中阶段掌握一到两项体育技能,有利于学生在体育运动方面的终身参与。”苑景蕊介绍。



他们从这些学校出发

汪顺

◎男子200米个人混合泳金牌
◎男子4×100米自由泳接力金牌
◎男子4×100米混合泳接力金牌
◎男女混合4×100米混合泳接力金牌
小学:宁波李惠利小学

徐嘉余

◎男子50米仰泳金牌
◎男子100米仰泳金牌
◎男子200米仰泳金牌
◎男女混合4×100米混合泳接力金牌
◎男子4×100米混合泳接力金牌
小学:温州水心一小

费立伟

◎男子1500米自由泳金牌
初中:杭州朝晖中学

谢震业

◎田径男子100米金牌
◎田径男子4×100米接力金牌
小学:绍兴湖塘小学

王丛康

◎皮划艇静水男子500米双人皮艇金牌
◎皮划艇男子500米四人皮艇金牌
初中:杭州临安锦城二中

李冬崧

◎皮划艇女子500米单人皮艇金牌
◎皮划艇女子500米四人皮艇金牌
初中:嘉兴秀洲新塍镇中学

黄雨婷

◎女子10米气步枪个人金牌
◎女子10米气步枪团体金牌
◎混合团体10米气步枪金牌
高中:台州黄岩第二高级中学

王芝琳

◎女子10米气步枪团体金牌
初中:温州瑞安玉海实验中学

蒋雨露

◎场地自行车女子团体竞速赛金牌
初中:杭州桐庐实验初级中学