

进校园锻炼有了新变化

场地选择更多,入校方式更便捷

本报记者 华雨晨 郑润鑫

2月24日,杭州市中小学校体育场地(馆)开放启动仪式暨“我爱杭州、奉献亚运”校园健身嘉年华活动在杭州市澎汇小学举行。从今年2月20日起,全市中小学校体育场地(馆)根据实际分类分批开放,室外体育场地原则上自2月20日起开放,室内体育场馆可适当延后但不得晚于2月底开放,但与往年相比,今年学校体育场地开放的范围更广,选择更多,入校的方式也更便捷。

据杭州市教育局党委委员、副局长高宁介绍,为了让广大市民共享亚运带来的红利,全市各校“应开尽开”,开放范围从原先的主城区迈向了所有区、县(市),从室外场地为主迈向了室外场地、室内场馆并重。本次开放的校园体育场地(馆)数量更多,据统计,前年开放合计729个,去年开放合计872个,今年2月以来截至目前,全市中小学校开放校内体育场地(馆)已达到了1184个,其中学校室外体育场地905个全部免费向社会开放,279个室内场馆免费或低收费向社会开放。不少校园还主动提供“增值”服务,比如,杭州市澎汇小学增设了管理老师和医疗人员。

此外,入校的方式也更加便捷,从最开始的电话预约、进门登记,到现在刷卡、刷手机、甚至无感刷脸。杭州市体育、教育、数据、公安、卫健等部门和市民卡公司积极

优化校园健身智慧平台,持续优化“校园健身”和“亚运场馆在线”两大应用,加快学校室内体育场馆纳入“亚运场馆在线”平台,数字赋能学校体育场地(馆)向社会开放工作。为方便不同年龄段市民入校健身,校园健身数字系统进行了全面升级,在原有刷市民卡核验的基础上,新增了刷脸、刷码等核验方式,支持多种方式入校。目前,已完成全市人脸设备安装,市民首次持市民卡至学校完成人脸采集后即可使用刷脸功能入校。后续如变更登记学校,也无需再次采集人脸信息。

与往年相比,今年进校锻炼的市民还有一个新增福利——由原先的“一人一卡一社区”变为“一人登记多场地”,市民可登记任意3所学校。在西湖区、滨江区登记入校的市民群众,可享受区属学校“一校登记,全区开放”政策。杭州市体育局群体处处长郑国标表示:“这样一来可以让市民有更多选择能够就近锻炼,串联起全市的‘10分钟健身圈’。”

想要进校锻炼的市民可以在“支付宝”里登录浙里办或直接在浙里办APP或杭州市民卡APP搜索“校园健身”或“亚运场馆在线”应用,实时查询学校开放信息,登记预约学校体育场地(馆)。此外,市民也可以通过手机查看自己的健身情况,真正实现“体有所健”。

有家长自发办了一场几百人的运动嘉年华

孩子们收获的远不止运动

本报记者 易龙吟

2月25日,松下洗护杯第二届丹枫亲子接力赛暨户外露营嘉年华在杭州市滨江区丹枫实验学校的操场举行,活动吸引了共110组家庭近250人参赛,他们是来自丹枫实验小学或在丹枫社区就读其他小学的学生。

从上午10:00到下午4:00,这场运动嘉年华不仅有亲子接力、拔河、4x250接力比赛,还有户外露营生存技能培训、急救技能培训、美食分享等。活动现场成为了运动和欢乐的海洋。

值得一提的是,这样一场大型的活动,发起人并不是学校,而是来自该校301班的宋允悦爸爸、丹枫亲子运动训练营发起人宋常畏。作为一名运动爱好者,他经常带着女儿去徒步、骑行以及长跑。他说:“亲子运动过程中让孩子更健康、更快乐了,家庭成员之间关系也更亲密了。”因此,2022年开始,宋常畏开始组织亲子运动嘉年华活动。

事实上,运动带来的好处还不止于此。当天最后一个比赛是4x250米团队接力赛项目。该项目组队规则要求孩子自由组队,每队4人,至少包含

1名女生且年级总数不超过12。比赛取前六名,颁发奖杯。蓝鲸队的四人由队长闫朗以及三名队员王佳钊、陈弈菡和龚若组成,四人全部是三年级的女生,按照规则,这样的组合并不是最优模型,而且她们要和四五六年级的哥哥姐姐一起比赛。尽管如此,四位姑娘毫不怯场。比赛最后,发生了一个小插曲,由于组委会统计失误,颁奖时将误将原本属于火箭队的第六名奖杯颁给了第七名蓝鲸队。当晚,蓝鲸队的四位姑娘和家长沟通后,决定将不属于自己的奖杯和奖品还给火箭队。四位女生说:“虽然第七名并没有奖杯和奖品,但也是团队努力后的成绩,明年会再接再厉。”

丹枫实验学校副校长吴孝玲认为:“这样的活动更有利于培养孩子们的运动习惯,而且在运动中培养孩子们许多可贵的品质,也契合学校一直践行的‘健康第一’的教育理念。”接下来,学校还会在开齐开足体育课,积极用好大课间和阳光体育活动以及丹枫少年宫体健社团等方式,让每个孩子掌握1-2项受益终身的运动。

见缝插针布设趣味体育“画”

这所小学的孩子动起来了

本报记者 高玲玲

近日,绍兴小越街道中心小学的操场上和边角处出现了一些形状各异的画,有的像梯子,有的像积木,还有两排长长的脚印,方向不同,形态风趣。“这些图案是学校为孩子们新增设的趣味体育画。”该校副校长王光军说。

据王光军介绍,小越街道中心小学目前有学生1429人,仅有一个200米的运动场和两片小活动场,体育活动场地紧缺,为了让孩子们有更多体育活动空间,引导孩子们课余时间能多走出教室,今年春季新学期,学校考虑对校园闲置场地进行全面细致摸排和规划。

“体育场口过道上,画2组‘小脚丫’,每组10米;艺元楼与文澜楼连桥东侧小操场画8个‘绳梯’(含立定跳远);春晖楼门口画6个‘数字房’;春晖楼门口大树东侧画3个‘象限跳’……”2月17日,经前期摸排,一份图文并茂、操作性强的《小越街道中心小学体育活动场地规划方案》出炉。随后,校方及时联系施工方,利用双休日加紧施

工,最终新增的32处活动场地于2月20日完工并启用。“这些游戏不少是根据学校实际情况定制的,比如地面‘绳梯’就是学校原创的,两头还加上了立定跳远刻度显示,既可以当‘跳格子’使用,又可以方便学生立定跳远时了解自己的成绩。”王光军说。

“一开始,对于孩子们喜不喜欢这些画出来的地面游戏,大家心里也没底。但推出以后,效果超预期。”小越街道中心小学校长周建海说,启用当天,学生们上学后看到这些崭新的活动场地欣喜不已,玩得不亦乐乎,就连老师们也忍不住加入了地面游戏的“挑战”队伍。为了让这些小场地发挥更大的作用,学校体育组还专门开设了一堂关于场地使用的专题课,介绍“绳梯”“数字房”“小脚丫”等使用方法。

“前期的32处趣味体育场地取得良好反馈,我们决定继续做下去。”王光军说,学校目前正在规划新增20格“数字房”“手脚并用”等活动场地,进一步利用有限的场地规划更多更丰富的体育活动区域。



2月25日,宁波市青少年击剑系列赛(第二站)在北仑区体育中心开赛。本次比赛设置男女重剑、花剑、佩剑三个项目,分为4个年龄组的个人赛及团体赛。

通讯员 李欢腾

70余名青少年上演自行车版“速度与激情”

本报讯 2月23日,2022年宁波市青少年自行车比赛在镇海区骆驼中学火热开赛,吸引全市6支代表队70余名运动员、教练员参加。

选手们进行赛前热身,比赛正式开始。眼看前方、加速踏板,只见参赛队员们穿着不同颜色的队服,开启了火热的比拼。赛场上,选手们各不相让,表现出了高超的竞技水平和顽强的拼搏精神。来自镇海区骆驼中学的孙升练习自行车快三年了,这次,他参加了男子1分钟骑行台、2分钟骑行台、1公里计时赛、2公里计时

赛四个项目,均获得冠军。“我认为这次比赛发挥出了正常的水平,没有让自己失望。”刚比完赛的他汗流浹背,脸上洋溢着欣喜,“在平时,上午上课,下午训练已经成为了我的习惯,希望以后能够发挥出更好的成绩,为镇海争光。”

“此次比赛,为储备和选拔人才以及在镇海区推广并普及青少年自行车项目打下坚实基础,进一步激发广大市民参与全民健身的热情。”宁波市体育运动学校教练杨俊连表示。

(通讯员 章圆圆 王 方)