以小成本激活微场地

信息技术老师自制“运动魔盒”成山区孩子团宠

本报记者 陈春琴 应宇康

在龙游县下库小学教室外，有一排神秘的塑料盒，这是学校信息技术中心的老师们自己为学生研发的“运动魔盒”。下课铃一响，学生们便拿着跳绳跑出教室，在它前面的场地上开始了跳绳比拼。

学校总务主任兼首席信息官沈毅介绍，体质健康监测时发现，学生体能良好率不足1/3，教学区活动场地空间狭小，没有完善的运动设备。2021年9月，沈毅参考城区学校的经验，给学生布置了钉钉跳绳打卡的任务。“选择跳绳是因为跳绳作为小学体测项目，对场地要求最小，也是一种健康高效的运动方式，对孩子的心肺、运动能力乃至身高增长都有帮助。”但很快他就发现，不完成作业并非学生“偷懒”。不少孩子都是留守儿童，父母外出打工，家里的长辈没有智能手机，无法帮助孩子完成这类作业。

沈毅很快想到了学校的移动学习终端教室。五年级三班成了首批实验对象。但由于教室与学习终端教室之间的距离较远，效果不理想，沈毅又开始动脑筋，怎么缩短从教室到运动场地的“最后一公里”？供电线路、感应测试、支架类型、锁具安装……身为科学老师的他发挥了想象力。他不断组装、实验、重组，反复测试墙面固定度、防水、充电等功能性问题。一个月后，教室外成功出现了一个电子跳绳打卡装置。“我们制作出了两个版本的运动魔盒，把它们安装在了学校的不同场地。智联版采用集中供电，依托学校物联网管理开放时间，适当布置在供电方便且较为集中的活动场地（运动广场）；蒲公英版使用蓄电池供电，自带定时器，可以设置对学生的开放时间。”

“运动魔盒”应用之初，由于软件功能所限，学生只能以纸质记录单登记成绩。为了跳绳运动的全校性推广，学校利用钉钉平台打造了运动数据大脑。只要在平板电脑上输入学号、运动成绩，便可完成快捷登记。接着，系统通过自动分析，计算出一系列数据，再通过投屏的形式显示到教学楼墙壁上的大屏中。校长程钢说：“这不仅能帮助学校从运动氛围、运动能力、运动习惯等多个维度对班级和学生个体进行评价，还能通过各班电子班牌、学校各楼层大屏将各项数据显示出来，促进学生和班级间的良性竞争。”

此外，学校坚持“习惯养成+力争上游”并行的激励措施：每月评选一批“坚持之星”以促进运动习惯养成，每月定期举行一次校级排位赛。

程钢表示，运动魔盒以极小的成本激活了学校的小微场地，将学校现有的学生活动空间进行充分地利用，包括操场、教室、走廊、安全空地等，为学生打造了一个能够同时运用的大课间活动体系，使得学校组织学生活动的方式更为自由灵动，满足学校因地制宜地开展体育活动。从每日打卡数不到五十，到几乎全员参与，仅仅只用了一个星期，运动魔盒打开了后“双减”时期校园运动新方式。据悉，接下来学校会继续保持“草根式”的技术应用理念，利用学校智能场馆，在课后服务中开展智慧借阅、VR安全教育、AI运动等一系列活动，培养学生主动学习、自主锻炼的良好习惯。

首次纳入全国积分排名

浙江省中小学生网球积分排名赛今日开赛

本报记者 周 斌

本报讯 4月21日-23日，2023年浙江省中小学生网球积分排名赛（第一站）开赛。本次比赛设三站分站赛，分别在台州、嘉兴、东阳进行，按年龄分为甲、乙、丙、丁、戊五个组别，分别设置单打、双打、混合双打等项目，来自全省各地的运动员教练员等共四百余人参赛。

据悉，今年浙江省青少年网球各项赛事均首次纳入了中国青少年网球积分排名系列赛，其中包括省中小学生网球积分排名赛、年度锦标赛、冠军赛等赛事。运动员可以通过参加省级赛事直接获得中国青少年网球积分赛的相应积分，根据积分高低由中国网球协会定期公布中国唯一全国性青少年网球运动员官方排名。

率先开赛的省中小学生网球积分排名赛分站赛为B600级别。2023年浙江省青少年（儿童）网球锦标赛暨浙江省中小学生网球积分排名赛总决赛将于今年11月在宁波进行。

峭壁对决

日前，2023年绍兴市越城区中小学生阳光体育运动会攀岩比赛收官。本次比赛设置了速度、难度、攀石横移等项目，区属9所小学近100名选手参赛。

通讯员 许一诺 周潇琦

杭州又一初中女生跑出国家一级运动员水平

本报讯 近日，2023年杭州市中小学生阳光体育田径锦标赛在杭州市拱墅区体育中心举行，来自杭州市下沙中学九年级（7）班的冯怡欣夺得三冠，在4月15日400米比赛中跑出57秒47的成绩之后，又在4月16日200米预赛中跑出25秒13的惊人成绩，达标国家一级运动员，成为全场焦点。

冯怡欣小学就读于杭州市钱塘区文思小学，六年级便是学校田径队一员，据校田径队教练介绍，小学时期的她虽然身材矮小，但爆发力好，训练踏实认真能吃苦。升学进入初中后，冯怡欣便进入下沙中学田径队训练。2022年杭州市中学生阳光体育田径锦标赛，她在200米比赛中第一次突破二级水平。2022年10月钱塘区中小学生田径运动会上，冯怡欣的专项成绩迎来突破，在初中女子100米、200米、4×100米三项比赛中三冠三破区纪录，并在200米项目中跑出25秒98，首次打开26秒大关。带训教练冯基球表示，冯怡欣是天赋型选手，更是努力型选手，她的突破离不开自己坚持不懈地训练和勇敢拼搏的精神。

随着冯怡欣运动水平的提升，对于她训练的专业水平要求也越来越高。省内一位专业高水平运动员表示，冯怡欣这个年龄能跑出达标国家一级运动员的成绩非常难得，如果以后再经过系统专业地训练，慢慢打磨短跑专项技术，在加强专项能力之后会有更大的提高。

近年来，钱塘区教育局一直在全区中小学推行“365健康跑”，鼓励师生们在365天内跑足365千米，激发全体师生运动的热情。今年，“365健康跑”品牌更是升级至“365健康行动”。钱塘区教育局局长钱晓华说，“我们一直通过健康跑步等活动形式，鼓励全区46所学校57000名学生能坚持跑步，坚持锻炼，养成终身受益的运动好习惯。通过健康跑，我们也发现和挖掘出很多像冯怡欣这样优秀的跑步苗子。”

（通讯员 徐燕军）

短讯

@杭州

本报讯 4月19日，杭州冬泳协会在杭州市三墩小学开展了防溺水安全教育公益宣讲活动。来自杭州三墩小学全体四年级学生9个班共计300余名学生聆听讲座，积极踊跃参与发言、体验防溺水动作。

（通讯员 沈秀华）

@宁波鄞州

本报讯 4月16日，宁波对口地区少儿“汉字棋”邀请赛暨“汉字棋”推广启动仪式在四川省凉山州西昌市举行，来自新疆、西藏、四川和吉林四地的汉族、蒙古族、回族、藏族、维吾尔族、彝族、纳西族、苗族、朝鲜族等9个民族的180余名小学生参加。鄞州当地企业援助20万元，支持凉山州近200所中小学的“汉字棋”活动。

（通讯员 陆 婴）

@嘉兴南湖

本报讯 4月15日-16日，嘉兴市南湖区第九届运动会青少年部羽毛球比赛暨幼儿羽毛球苗子赛在嘉兴极动体育中心落幕，共有381名青少年、95名幼儿运动员参加。

（通讯员 朱静燕）