

新学期龙重登场,杭州中小学校运动迎开学

本报记者 孔乐佳 文/摄

又是一年开学季,杭城各所学校都使出浑身解数,结合龙年主题,创新开学活动的形式,迎接学生返校。各类体育运动也被玩出新花样,成为开学活动大热门。

开学典礼上校长舞龙迎学生

新学期恰逢龙年伊始,“龙”自然成了开学报到日的主角。2月25日上午,杭州市景荷中学校门口龙腾狮跃、喜气洋洋,同学们在热闹的锣鼓声中,在舞龙、舞狮的簇拥下大步迈入校园。刚摸完舞狮头,祝瑞希显得有些兴奋,她说:“新学期第一天就能看到舞龙、舞狮,觉得特别喜庆,摸狮头希望能为自己的新学期生活带来好运。”



随后的开学典礼上,同学们更是惊喜地发现,朱男校长也是舞龙表演中的一员。只见校长高举龙珠在前方引路,巨龙随之舞动,龙头、龙身和龙尾或翻滚,或盘旋,或跳跃……将开学的热闹气氛推至高潮。“校长学动作特别认真。”参与表演的张艾妍告诉记者,

舞龙是校长向武术队学的,为了在开学时给同学们送上这份惊喜,年前就进行了“秘密集训”。

“开学表演舞龙不仅展示了学校的武术特色,还寓意着龙年新学期大吉。”朱男希望通过这种喜庆的方式迎接新学期,缓解孩子们的“开学综合征”,元气满满地开启新学期。

上了一整天的“体育课”

不同于其它学校,杭州师范大学附属丁兰实验学校的“开学第一课”是一整天的“体育课”。

操场上传来欢声笑语,原来这是该校第十届“校园吉尼斯”挑战赛,全员个人赛面向全校学生,比赛设有“绳采飞扬”(1分钟跳绳)、“柔韧有余”(坐位体前屈)、“奋力起追”(1分钟仰卧起坐)等项目;另外,今年还新增了亲子赛,根据不同年龄孩子的运动能力,分年级段设置了“龙腾虎跃·跳跳龙”“龙转乾坤·跃跃龙”和“龙骧虎步·蹦蹦龙”三项比赛。

在“跃跃龙”的赛场上,家长平卧在地上,孩子向前双脚立定跳远后

卧地,家长双手撑地穿过孩子,一路“摸爬滚打”配合着来到终点,每个人脸上都挂着灿烂的笑容。“成绩不重要,开心就行了!”403班学生叶骏辰笑着说。

另一边,“蹦蹦龙”的比赛现场也热火朝天,其中一对全程紧握着手的父女吸引了记者的注意。“握手能够统一步调,还能给彼此加油鼓劲。”504班的黄钰晴说道。父女俩在平时在生活中就喜欢一起打羽毛球、骑车,默契自然不在话下。通过本次活动,黄爸爸也发现运动过程中不仅能增进彼此的交流,还可更多了解孩子心里的想法,希望以后还能通过运动与孩子“谈心”。

“成绩并不重要,最重要的是在这个过程中父母和孩子的心联系在一起,行动在一起,一起向幸福的方向奔跑,这样能给予孩子更多前进的力量。”校长谢丽红介绍,学校已经坚持五六年每学期开学第一天不上课,进行“校园吉尼斯”挑战赛,这是为了让每个孩子都能以快乐作为新学期的出发点,培养运动习惯,增强学生运动能力和体质。



“锦鲤跃龙门”收获小幸运

杭州市幸福河小学的开学活动是“鱼跃龙门 热辣滚烫”。学校分年龄段设置了两条不同高度的“锦鲤线”,上面悬挂着百余条“幸运锦鲤卡”,学生需要通过跳跃或互相帮助,化身“跃龙门”的“小锦鲤”摘卡。各色卡上都有不同的惊喜福利,如“体验当校长的一天”“当值日班长一天”“获得老师一个大大的拥抱”等等。



“一、二、三,跳起来!”下午,孩子们继续“鱼跃龙门”,在蹦床上接力弹跳,有的孩子身轻如燕,有的孩子模仿亚运蹦床健儿,跳出创意造型。周虹校长表示,本次活动的意义在

于帮助学生更快适应新学期的学习环境和生活节奏,更好地放松心情、减轻开学压力,让孩子们以积极的心态迎接新学期的挑战。

达标就能完成心愿

在杭州师范大学东城小学,体育“尖子生”们参与了“热辣滚烫新学期健康体魄向未来 你的心愿我实现”全员体质健康挑战赛活动。

根据寒假作业的完成情况,每班选出一位优秀代表参加“活力龙”(跳绳)和“柔韧龙”(坐位体前屈)两项比赛,各年级前三名学生可以获得一张心愿卡,向校级干部提出一个心愿,校长和老师会尽力帮助孩子圆梦。一双双稚嫩的小手飞快地挥动跳绳,发出“哒哒哒”的声响;直腿、弯腰、伸臂、轻推,坐位体前屈测试仪上的数字不断被刷新……令人意外的是,大部分参赛小学生都达到了体育中考的满分标准。这也侧面说明,他们都在寒假期间认真完成了体育作业。

四年级学生潘芷好个头瘦小,一运动起来就引爆了体内的“小宇宙”,最终跻身前三名如愿获得心愿卡,而她也语出惊人:“我希望班级开一场派对!”其他胜者也纷纷许下心愿:“我希望老师送我几本闲书。”“我的心愿是跟蒋老师看

一场电影。”

孩子们天马行空的心愿,在老师看来都是纯真且宝贵的。该校副校长蒋婕表示,本次活动旨在锻炼孩子坚毅的精神和健康的体魄,检测寒假学生体育锻炼作业成效的同时,又营造了全员阳光运动的积极氛围。由老师们助力完成心愿也是为了走进学生的内心,守护他们的心理健康,陪伴呵护孩子健康成长。

