

多所中小学多措并举丰富体育教育

让校园体育拥有更多可能

本报记者 王亮

核心阅读

将跳绳、篮球等运动融入大课间活动、积极创设体育社团、成立高水平运动队……在广东和重庆,不少中小学在体育课之外,因地制宜探索发展校园体育的多种路径,添彩校园生活,助力青少年成长。

各具特色的大课间、丰富多彩的体育社团、刻苦训练的高水平运动队……运动场上,学生们灵动的身影、认真的神情,为校园增添了活力。

近年来,青少年体质健康和全面发展得到广泛关注,相关文件陆续出台,对加强学生体质健康、发展校园体育做出明确要求和部署。校园体育活动蓬勃开展,体育成为校园生活的重要组成部分。近日,本报记者走访广东和重庆多所中小学,发现在体育课之外,多地积极探索发展校园体育的多种路径,并取得较好成果。

丰富大课间,因地制宜开展活动

大课间铃声响起,孩子们鱼贯而出,每人手里拿着一根跳绳,在崭新的田径场上整齐排开。动听的音乐与跳绳撞击地面的声音相互交织,一片朝气蓬勃。

跳绳是广东省广州市花都区七星小学的名知体育项目。迄今为止,七星小学已培养了36名跳绳世界冠军,并打破11项世界纪录。最初,学校选择发展跳绳运动,是因

加油!

5月8日,内蒙古呼和浩特市玉泉区南柴火市街小学学生参加拔河比赛。南柴火市街小学举办“趣味运动欢乐多”主题活动,设置接沙包、五人绕桩趣跑、玩羊拐等趣味项目,帮助学生增强体质、乐享运动。

丁根厚摄(人民视觉)



为这个项目对场地要求低,锻炼效果也好。“七星小学是一所乡村学校,发展校园体育的条件有限,大家群策群力,找到了合适的体育项目。”七星小学副校长赖宣治说。

为了让跳绳惠及更多学生,学校将跳绳融入大课间活动,学生通过学习后基本都能掌握花式短绳、交互长绳等多种玩法,既锻炼身体,又培养了团队合作能力,收获了运动的乐趣。在赖宣治看来,孩子们健康的体魄与开朗的笑容,是跳绳运动带来的宝贵“礼物”。“通过大课间活动的培育,学生跳绳的热情越来越高涨,校跳绳队选拔人才的范围也不断扩大。不少孩子通过跳绳开拓了视野,收获了自信。”赖宣治说。

赖宣治介绍,七星小学未来不仅会在学校内继续深耕跳绳运动,还会推出跳绳教材,教学对象覆盖各年级学生,争取让更多孩子爱上跳绳,并且掌握科学训练的方法。广东省学生体育艺术联合会副秘书长车纯介绍,近几年,在七星小学的带动下,很多学校在大课间开展跳绳运动。“每年省级比赛的参赛队伍有近200支,参赛队员达3000多人。”车纯说。

如何让大课间活动更有趣,充分调动学生参与的积极性?这需要学校因地制宜、开动脑筋。广东篮球运动氛围浓厚,不少中小学将篮球元素融入大课间。在广州市荔湾区林凤城小学,每天的大课间以篮球活动为主,包括篮球自编操、篮球柔韧操、花式篮球展示等形式多样的活动。学生们在参与中锻炼了跑、跳、投等运动能力,也提升了速度、力量和耐力等身体素质。“篮球大课间操实施两年来,学生的身体素质和合作能力都得到了较大提升。”学校校长彭文辉自豪地说,“我们的学生都是‘篮球达人’。”

创设体育社团,满足多样化运动兴趣

在广东省东莞市南城阳光第六小学的

一间击剑室里,3条剑道上正分别进行着对抗训练。别看学生年纪不大,但是劲头十足,比拼激烈。学生刁飞瑞认为,练习击剑首先要勇气,没有勇气就不敢出招。

据南城阳光第六小学校长梁惠介绍,学校在抓好常态化体育教学外,根据实际情况,在校园中积极创设体育社团,满足学生多样运动兴趣。目前,该校已经构建足球、篮球、击剑、田径、体操五大特色体育活动,建立起辐射小学全阶段的校级特色课程。

此外,学校积极引入社会力量,为孩子们提供高水平的训练课程。2010年,学校便与东莞市南城体育管理服务中心合作共建东莞市学生击剑训练基地,由学校提供场地装备,南城体育管理服务中心派遣优秀教练团队,从低、中、高三梯队培养击剑苗子。13年来,南城阳光第六小学击剑队在全市各级比赛中多次取得优异成绩。

在东莞市松山湖实验中学,14个体育类社团面向全体师生开放。老师做好榜样,带动学生参与体育运动,是学校多年来形成的校园文化。“体育运动让大家身心更健康。我们以体育社团的形式,让积极参与体育运动的氛围在全校开展开来。”校长万飞说。

广州市玉岩中学体育氛围浓厚。走在校园里,不时能看到拎着健身装备奔赴不同体育场馆的学生。校长印贤文介绍,目前学校有7个体育类社团,全部由学生提出申请后创立。只要有5个以上志趣相投的同学,就可以申请成立社团,学校审核通过后提供场地和师资。

成立高水平运动队,畅通人才培养渠道

深圳市第二实验学校风雨球场,球鞋摩擦地面的“刷刷”声此起彼伏。在教练的严格要求下,学校男篮、女篮队员正在一遍遍练习运球上篮、折返跑。

深圳二实是全国篮球体育传统项目学

校。女篮曾在广东省中学生篮球锦标赛中取得十四连冠的佳绩。男篮同样实力不俗,在日前结束的2023中国初中生篮球联赛广东赛区比赛中,深圳二实男篮接连战胜强手,夺得队史首个冠军。“终于将奖牌换了个颜色。”深圳二实男篮主教练田贵昆说。

看着学生们在球场上挥汗如雨,学校体育中心主任兼女篮主教练王小维很是欣慰。大学毕业后,王小维便来到学校工作,至今已有17个年头。曾经是大学校队队员的她,将对篮球的热爱传递给了一届又一届学子。“去年,我们有3名学生被清华大学和北京大学录取。现在清华男篮的主力球员邹阳、从北京师范大学登陆中国女子篮球联赛的李双菲都是我们学校培养的。”王小维说。

此外,深圳二实还成立了毽球、男子足球两支高水平运动队。校党委书记崔学鸿表示,高水平运动队在营造校园体育运动氛围中起到带动作用。为了持续打造深圳二实篮球品牌,学校近些年致力于建立从小学到高中的人才培养通道。目前,深圳二实对口当地好几所小学,为具有体育天赋的学生提供系统培训和升学通道。学校还注重文化课教学,为体育特长生量身打造培养体系。

重庆七中校园门口立着的“东川书院”4个大字,静静地向来往人群诉说着这所学校的深厚历史。这所学校的足球文化同样精彩,自2005年至今,重庆七中足球队几乎包揽了重庆市中学足球比赛的冠军,4次获得全国亚军。近5年,重庆七中足球队1次获全国校园足球联赛冠军、3次获得亚军或季军。

校长欧权介绍,重庆七中有自己的校园足球联赛,每个班都有班队,同时每个年级都有一个足球队。随着高水平运动员不断成长,学校愈发认识到高水平教练员的重要性,学校近日和法国足球职业联盟探索合作。“目前,我们正寻求跟海外高水平联赛的青训部门合作,为学校足球人才提供更多培养渠道,让学生们能够开拓视野,收获精彩人生。”欧权说。

体坛观澜

多个赛事将赛场设置在寻常巷陌之中,不仅能提升群众的参赛体验,更能在潜移默化中涵养城市的体育文化

用脚步丈量城市之美

日前,保定马拉松鸣枪起跑,赛道围绕环城水系设置,成为赛事的一大亮点。参赛选手沿途要经过6个主题公园、3个口袋公园、3个带状公园,这些地方配有各类体育运动场地70余处。依山而设的赛道串联起一处处城市体育资源,城市之美,尽收眼底。

无独有偶,智跑重庆国际城市定向赛也将城市地标和旅游热点区域纳入比赛线路,约7000名选手以轻轨、地铁、公交车等公共交通为载体,通过25条比赛线路探索城市,在奔跑和发现中体验体能、发现美好、感受乐趣。体育与城市、生活的深度融合,打开了更多发展空间。

如今,全民健身在各地蓬勃开展,户外运动已成为大众喜爱的健身方式。用健身的方式感受城市之美,在挑战中体会运动乐趣,具有新意与创意的城市类体育赛事正是对这种需求的积极回应。

近年来,百姓身边的赛事不断增加,为精品赛事供给留出了巨大的提升空间。智跑重庆国际城市定向赛通过三人篮球赛、潮流市集等外延活动,吸引了更多年轻人的关注。体育赛事内容创新融合城市发展理念更新,成为“体育+”发展的积极展示。

无论是一场万人马拉松,还是一次城市定向赛,都借助赛事之机,成为城市文旅推广的平台,搭载生态、科技、人文等内容,获得广泛关注,为全民健身增添动力,为地方发展增添光彩。

如今,“年轻化”“时尚化”正成为体育赛事发展的潮流,小轮车、滑板、霹雳舞等深受年轻人青睐的运动,先后成为奥运会正式比赛项目。多个赛事将赛场设置在寻常巷陌之中,不仅能提升群众的参赛体验,更能在潜移默化中涵养城市的体育文化。

国际奥委会主席巴赫与冬奥志愿者共同观看冬奥官方电影《北京2022》

本报北京5月8日电(记者潘俊强)日前,国际奥委会主席巴赫与冬奥志愿者代表、官方电影主创团队等同在京观看了北京冬奥会官方电影《北京2022》。巴赫表示,观看电影《北京2022》唤起他对北京冬奥会的美好记忆,尤其是与志愿者一同观看,让此刻变得更为特别。

《北京2022》历时3年策划、摄制,将于5月19日开启全国公映。奥运会官方电影是国际奥委会要求每届奥运会举办城市制作的记录奥运会的电影,是一种独特的体育纪录电影,是奥运会珍贵的历史档案和文化财富。《北京2022》以“北京——铸造赛场”和“运动员——回归赛场”为主线,突出展现举国上下团结协作、攻坚克难,向世界奉献一届简约、安全、精彩的冬奥盛会的精彩故事。

第十二届亚洲大体联换届代表大会举行 刘立新当选亚洲大体联主席

本报北京5月8日电(记者孙龙飞)当地时间7日至8日,亚洲大学生体育联合会(以下简称“亚洲大体联”)换届代表大会在阿联酋迪拜举行,来自31个国家和地区的代表参会。教育部学生体育协会联合秘书处秘书长、中国大学生体育协会副主席刘立新当选亚洲大体联主席。

会前,以“健康校园”为主题的第三届国际大体联—亚洲大体联战略对话及亚洲大体联成立30周年庆典召开。亚洲大体联对2016—2022年期间积极参加并举办赛事活动的会员进行表彰,中国大学生体育协会被授予最高级别的金奖。北京大学是国际大体联“健康校园”项目全球首批7所试点高校之一,此前获得最高级别铂金认证。

国际篮联三人篮球女子系列赛武汉站 中国队夺得冠军

本报北京5月8日电(记者王亮)7日,2023年国际篮联三人篮球女子系列赛武汉站决赛在武汉江夏盛帆运动公园举行,中国队以21:13战胜澳大利亚队,夺得冠军。中国队员王丽丽当选本站系列赛最有价值球员。

比赛开局,中国队迅速进入状态,张芷婷在内线占据明显优势,王丽丽和张懿外线接连投篮命中,帮助球队以12:7领先。最终,中国队凭借张芷婷的一记补篮,将比分定格在21:13。该系列赛是国际篮联三人篮球女子项目最高级别的职业赛事,直接关系到奥运积分和奥运资格。本赛季,该系列赛计划在全球举办21站比赛,武汉站为首站。

杭州亚运会国象中国队大名单产生

本报北京5月8日电(记者郑毅)第十九届亚运会国际象棋运动员补充选拔赛男子决赛日前在浙江绍兴结束,排名前三的丁立人、许翔宇和韦奕将携手丁立人代表中国男队参加本届亚运会国际象棋男子团体赛。此前在广东深圳结束的补充选拔赛女子决赛中,朱锦尔、侯逸凡、翟墨、谭中怡位列前四,入选团体赛中国女队大名单。

此外,根据选拔综合评定办法,日前夺得男子个人世界冠军的丁立人和韦奕获得参加亚运会男子个人赛资格,侯逸凡、朱锦尔获得参加女子个人赛资格。

东亚空手道锦标赛在浙江台州举办 龚莉:百折不挠,奔赴梦想

日前,第十届东亚空手道锦标赛在浙江台州展开。结束女子个人组手比赛的龚莉稍显失落,作为东京奥运会空手道项目的铜牌得主,她连败两场,无缘领奖台。

龚莉所在的女子个人组手-61公斤级是中国空手道队的重点级别,在循环赛中,她接连被对手的踢技命中。不过在她看来,暴露问题也并非坏事,接下来要总结提升。

4月29日的比赛结束后,教练组回到驻地马上分析了龚莉的问题,帮助她及时做出调整。4月30日下午进行的女子组手团体决赛中,重新披挂上阵的龚莉表现十分亮眼,她干净利落地战胜了日本队选手,为中国队的夺冠赢下了制胜一场。

东京奥运会空手道赛场上,当时21岁的龚莉一鸣惊人,一举夺得女子组手+61公斤级的铜牌。然而,备战即将到来的亚运会,她却并不轻松。

首先面临的是级别的改变。在东京奥运会亚军尹笑言退役之后,龚莉得从-68公斤级改为更适合自身体重的-61公斤级参

赛。“以前在-68公斤级的时候,对手的身高都比较高,但是我比她们快,很多时候让对手来不及反应。”龚莉介绍,但是来到-61公斤级,自己成了以大打小的一方,“我的技术动作对手们能反应过来了,所以我必须要变得更快,这就要求我要不断提升速度。”

新规和伤病也是她面临的新挑战。龚莉在2021年年底接受了髌关节手术,就在本届东亚空手道锦标赛之前1个月,她还在反复同左膝的水肿“作斗争”。与此同时,空手道项目的规则也发生了不小变化,5次犯规判负等新规的制定,促使选手们必须及时调整比赛风格。

本届东亚锦标赛是中国空手道队自东京奥运会后近两年来的首场国际赛事,检验着队员们这段时期以来对一系列新变化的准备。7月,中国队还将前往马来西亚参加亚运会,接下来便将踏上亚运会的赛场。“在杭州夺得金牌一直是我的目标,我将为此不断努力!”龚莉说。

(本报记者 刘硕阳)

“行走大运河”全民健身健步走活动在多地举办 体验运河文化 感受运动快乐

碧水滔滔,惠风和畅。5月7日,浙江省杭州市临平区大运河畔分外热闹,3000多名健身爱好者沿大运河绿道健步前行,欣赏山水风光,尽享运动快乐。

当日,2023年全国“行走大运河”全民健身健步走活动在浙江杭州、安徽淮北、河南焦作同时启动。活动由国家体育总局、国家发展和改革委员会、文化和旅游部主办,旨在通过群众喜闻乐见的形式,推动大运河文化的保护、传承和利用,探索全民健身与全民健康、体育与文化旅游深度融合的新路径。今年的主会场活动在大运河沿线八省市展开,通过线上线下相结合的方式。

在杭州,健步走路线充满巧思:人们从东湖北路大桥出发,途经塘泾漾公园、雷家桥古纤道等景点,最终抵达终点塘栖古镇。沿途风光秀丽,令人流连忘返。

在淮北,健步走活动设置亲子健步走、10公里健步走两条线路。活动现场还举办了大运河非遗项目展示展销活动,20项独具淮北特色的非遗产品集中亮相。一大早

就赶来参加活动的市民邱女士表示,身边的体育公园、健身设施越来越多,运动氛围也越来越浓。

河南焦作主会场活动在大沙河公园和南水北调天河公园举行,吸引了5000多人参与。在大沙河公园,健步走队伍沿大沙河前行,大沙河户外越野赛、太极拳展演等活动同步进行。在南水北调天河公园,篮球、轮滑、广场舞等全民健身赛事活动轮番上演,让群众直呼过瘾。

“行走大运河”全民健身健步走活动既是一场体育嘉年华,也成为宣传大运河文化、展示各地发展成果窗口。在天津静海,沿线设置的非遗和民俗体育项目展示独具特色,再现了津沽大地上的运河古韵和乡村新貌;在河北邢台,活动现场精彩的文艺表演,生动讲述了历久弥新的运河故事。在山东东营,今年特地增设健康跑项目,吸引了来自各地的专业选手参赛。

(本报记者李洋、陈晨曦、肖家鑫、王亮、田先进)