

## 多地创新大课间活动内容

## 体育大课间也可以很酷

本报记者 顾宁文/图

在广州市荔湾区林凤城小学，篮球绝对是课间操当之无愧的“明星”。“学校多年来一直潜心打造大课间活动，创编了十余套篮球自编操，包括篮球特色操、篮球体能操、篮球柔韧操等，篮球分组活动组织形式丰富多彩。”学校校长彭文辉告诉记者，学校的大课间活动集形式与实用于一体。参加完一次大课间活动，学生的平均心率能达到180次/分钟。

因为篮球特色，学校连续6年获得广州市大课间评比一等奖，连续8年获得荔湾区大课间评比特等奖。

## 人人爱篮球 生生会篮球

正是大课间时间，全校师生人手一只篮球，伴随着动感音乐，拍球、传球、胯下运球、腰间绕球、抛球落框、上步投篮、胯下传球、花样表演……一个个富有创意的活动接连不断。

在林凤城小学，学校积极营造“人人爱篮球，生生会篮球”的良好氛围，将篮球元素融入学校各大文化活动。学校每天的大课间体育活动，以篮球为特色，以篮球活动为主线，由篮球自编操、篮球柔韧操、跑操、韵律操、花式篮球展示及运球、投篮等形式多样的篮球锻炼组成。通过特色大课间，充分提高学生跑、跳、投等能力，锻炼灵敏、



广州市荔湾区林凤城小学以篮球为特色，打造大课间活动。

速度和力量和耐力等身体素质。

“学校篮球大课间操实施两年来，学生的灵活性、意志力、控制力、集体意识和合作能力都得到了较大提升。”彭文辉很自豪，“我们的学生人人都是‘篮球达人’。”

在荔湾区，利用大课间丰富学校运动文化是很多学校的选择。广州市荔湾区教育局副局长罗锦红表示，一直以来，荔湾区都在“全员体育”上下足工夫，而体育大课间是“全员体育”的重要载体和抓手。“在‘双减’背景下抓‘全员体育’，是希望让学生在‘双减’中获得‘双增’，增加学生校外参与户外活动、体育锻炼、艺术活动、劳

动活动的时间，增加学生校外接受体育和美育方面课外培训的时间。”

## 两年一创新 盘活大课间

不仅是广州荔湾，很多地方都在不断探索创新大课间的内容和形式。在广东东莞，“大爱体育，阳光少年”是南城阳光第六小学打造的特色教育。所谓“大爱体育”，是指以增强学生体质健康为中心，以学生未来成人成才、责任担当为大格局、大视野，以德、智、体、美、劳“五育并举”大课程构建为重点的体育与健康特色教育。

南城阳光第六小学校长梁惠兴告诉记者：“学校将‘大爱体育’建设分成

三个板块，一是落实国家体育与健康教育课程计划，开齐开足体育课程，抓好常态化体育教学，让每个学生上好体育课，培养一项体育特长。二是贯彻国家学生体质健康标准，落实在校锻炼一小时，创新盘活大课间操活动。三是根据学校实际，以国标测试为基础，大力创设体育社团，构建‘足球、篮球、击剑、田径、体操’五大特色体育活动，辐射小学阶段全方位、全功能的‘大爱体育’校级特色课程。”

为了创新盘活大课间操活动，南城阳光第六小学做了许多探索和尝试。梁惠兴说：“如果大课间操内容一成不变，学生和老师都会有枯燥感、疲倦感。为了持续调动学生出操做操的积极性，学校施行两年一创新的办法，我们发动音乐、舞蹈、体育教师一起合作编排，进行灵感碰撞，诞生了许多高质量的作品。”

梁惠兴介绍，在保证广播操、跑操两个常规项目之外，学校在大课间融入花样交叉跳绳，并相继创作了武术操，调动学生“行侠仗义”的豪情壮志；韵律操，让学生感受体育运动的节奏感；舞蹈操，锻炼学生刚柔相济的协调感；放松操，让学生体验体育运动的舒适感……希望通过形式丰富的体育内容，与国标体测项目训练机制充分融合，用不拘一格的体育理念、激发师生参与大课间的新鲜感和主动性。

**本报讯** 首都体育学院(北京国际奥林匹克学院)与国际公平竞赛委员会谅解合作备忘录签约仪式日前举行，仪式通过视频连线的形式在北京和布达佩斯两地同时进行。国际公平竞赛委员会主席杰诺·卡姆提，执行理事盖博·迪瑞根，首都体育学院(北京国际奥林匹克学院)副院长陈作松出席签约仪式并致辞。

今年正值国际公平竞赛委员会成立60周年，杰诺·卡姆提表示，委员会将全力支持首都体育学院(北京国际奥林匹克学院)的建设和国际化推广，推动公平竞赛与奥林匹克运动融合发展。为了更好地在中国乃至亚洲地区推广公平竞赛工作，下一步委员会计划将亚洲代表处设立在北京国际奥林匹克学院。

陈作松对国际公平竞赛委员会的信任和支持表示感谢。他说：“北京国际奥林匹克学院作为北京冬奥会的首个人文知识遗产，主动服务国家和首都重大战略，实现体医工融合创新发展，按照‘高水平、小而精、国际化、服务型’的办学定位，探索世界一流奥林匹克学院发展的新模式、新路径，致力于培养高素质、专业化、具有公平竞赛精神的高层次体育人才。”他表示，北京国际奥林匹克学院将以此为契机，进一步推动国际化办学进程。未来，学院将继续聚焦国家、北京战略需求，按照北京市委市政府的总体要求，努力将学院建设成为全球奥林匹克研究和交流合作的重要纽带，全球运动员、教练员、体育管理者学习交流的目的地，国际奥林匹克文化与教育传播的重要平台，全球领先的奥林匹克运动科技创新中心及引领奥林匹克教育事业可持续发展的新高地，积极创建中华体育精神和奥林匹克精神融合发展的世界一流奥林匹克学院。

此次双方签署谅解合作备忘录，将在公平竞赛的理念研究和推广、公平竞赛、国际体育组织及奥林匹克教育的相关课程研发，具有公平竞赛精神的优秀运动员和教练员的培养，以及相关出版物的编写等领域开展深度合作。北京国际奥林匹克学院高级专家、教授拉兹洛·瓦伊达认为，有了学院的贡献与支持，公平竞赛的价值观将在奥林匹克教育中发挥巨大作用，使越来越多的年轻人在此次合作项目和计划中受益。

(王子纯)

## 推动公平竞赛与奥林匹克运动融合发展

首都北京国际奥林匹克学院与国际公平竞赛委员会签署谅解合作备忘录

## 青少时讯

## 山东滨州深化体教融合 探索体育合作新格局

**本报讯** 为深入贯彻《体育强国建设纲要》和《关于深化体教融合 促进青少年健康发展的意见》，山东省滨州市体育局、全国体育运动学校联合会、中奥体育发展集团股份有限公司近日签署战略合作协议，未来各方将利用自身资源和渠道，共同助力滨州深化体教融合和体校改革创新试点。

根据合作协议，各方将研究制定《滨州市体教融合试点城市建设总体方案》，助力滨州市夯实学校体育基础，建立健全青少年体育赛事体系，大力扶持社会化青少年体育俱乐部发展，加强政府制度机制保障和师资力量培训，加大资金投入力度，深化市县两级体校改革等，助力滨州创建全国的体教融合和体校改革示范城市。此外，各方

还将构建长期稳定的战略合作伙伴关系，在场馆运营一体化管理、体育公园建设及构建城市赛事体系、共同推动青少年体育发展、构建多样化的全民健身赛事体系、振兴农村体育经济、打造城市名片赛事IP等多个方面进行全方位合作，共同推动滨州市的体育产业提质增效，探索体育合作新格局，促进体育事业进一步发展。

近年来，滨州市高度重视体育工作，健身设施建设、品牌赛事打造、青少年体育与体教融合工作走在山东省前列。全国体育运动学校联合会和中奥体育发展集团长期致力于体教融合，全面加强学校体育、健全青少年竞赛体系和人才培养体系。

(顾宁)

## 图片报道



## 宁波市第十四届科技体育运动会收官

**本报讯** 伴随着“中国航天”模型火箭点火升空，宁波市第十四届科技体育运动会日前落幕。闭幕式上，多种航模飞行表演为观众呈现了一场视觉盛宴。

据悉，每年一届的宁波市科技体育运动会是宁波体育界的一大盛事，而这项赛事最近三届均在鄞州区咸祥镇举办。三年来，全市两百余所学校近15万青少年来到这里激昂青春、追逐梦想，在“新雨飞”橡筋动力飞机、“追风号”电动直线赛车、“甬尚人家”建筑模型、阳光测向等各类项目上争创佳绩。

同时，赛事的连续举办，极大带动了航空模型、航海模型、车辆模型、无线电测向、业余电台等科技体育项目在鄞州的关注度和参与度。特别是咸祥镇充分利用这一赛事平台，依托省队“区办镇管”形式，组建了浙江鄞州航空模型运动队，在省体育大会上斩获一金一铜。

作为全市唯一连续三年承办市科技体育运动会的乡镇，凭借赛事东风，咸祥镇大力推进以“体育+”为主的新型服务业发展，深耕科技体育这一细分市场，持续推进文体旅深度融合。“巨大的市场需求，督促我们思考如何实现体育和旅游‘1+1>2’的产业效应。”当地负责人表示，咸祥镇将持续打好“运动休闲”牌，设计和开发精品旅游线路，衍生体育文化产品，大力发展休闲产业特别是体验经济，吸引更多的人到咸祥共享运动、共享休闲、共享健康、共享生活。

(林剑)

## 第二届中国大学生长短兵、太极推手锦标赛落幕 传承中华武术精神 展现当代大学生风采

本报记者 李金霞

两兵“相交、相较、相抗、相搏”，太极推手“棚、捋、挤、按、采、捌、肘、靠”。近日，第二届中国大学生长短兵、太极推手锦标赛在湖北安陆落下帷幕。此次大赛由中国大学生体育协会、安陆市人民政府主办，是近年来规模最大、规格最高、社会影响力最广的大学生体育赛事之一，吸引了来自中山大学、华东师范大学、广州大学、北京体育大学等全国56所高校、75支代表队的456名运动员同台竞技。

## 两兵相接 在实战中理解传统武术

长短兵竞技是一项实战性很强的竞技比赛，起源于中国古代战场的兵器对抗，在我国历史上绵延千年，是民族传统体育的精髓，属于“国术”体系。比赛时双方各执兵器，用刺、劈、砍、挑、点、截、抹、拦、架等中国传统武术器械技术，按照一定规则互相攻防，以击中对方身体有效部位、击落对方器械或击倒对方判为得分，以得分多者为胜。

西安外国语大学代表队在比赛中表现不俗，取得了长短兵三银一铜的优异成绩。队伍相关负责人介绍，组队以来，队员们通过力量、技巧、耐力多方面多层次的实战对抗和科学训练，提高了运动能力和技术水平，最终在比赛期间表现出了积极的精神状态和良好的竞技水平。大赛不仅加深了学生对于长短兵项目的实践认知，更有效地推广了中国传统武术，为学校民族传统体育课程建设和推进教育部中华优秀传统文化传承基地申报提供强有力支撑。

同样表现不俗的还有广东技术师范大学武术队，在比赛中收获了两金。队员们纷纷表示，将继续积累比赛经验，以更加科学合理的训练、持续高涨的训练热情努力奋斗，力争再攀高峰，在建设体育强国的新征程上，继续保持昂扬向上、奋发有为的精神状态，努力为实现中华民族伟大复兴凝聚起砥砺奋进的磅礴力量。

## 守正创新 推动太极推手现代化发展

太极推手是传统武术技艺与当代竞技体育相结合的双方对抗性体育项目，在太极阴阳、动静刚柔、虚实开合、动态平衡等传统哲学思想的浸润下，运用棚、捋、挤、按、采、捌、肘、靠等技法，整合劲力，借力发力，使对方失去平衡，从而取胜，深受广大武术爱好者的欢迎，尤其在大学生群体中拥有广泛的习练人群。

上海民航职业技术学院大一学生蒲小宇非常喜欢太极推手项目。他说：“通过习练太极推手，我的身体得到强健，找到了自信，更感受到了中华优秀传统文化的博大精深，值得我为之奋斗终身。”

李红是北京体育大学民族传统体育专业的在读硕士生，她表示作为太极推手传承人，有责任通过自己的努力，发挥团队精神，践行全民健身和健康中国战略，融入中华民族伟大复兴之中，成就自我，回报国家。

值得一提的是，此次比赛赛制也有所创新。锦标赛太极推手总裁判长、北京体育大学教授黄康辉介绍，在继承上届锦标赛取消四正盘手、采用搭手即

战的规则基础上，本届比赛又取消中线的规定，进一步突出太极推手竞技比赛的对抗性，强化运动员的竞争意识，增强观赏性。他表示，太极推手是一项文化内涵深厚、充分展现东方身心智慧、安全系数较高的对抗性武术项目，太极推手的守正创新，是武术领域推进中国式现代化发展的试验平台与展示窗口。



张永宏摄