

京山,一座湖北的县级小城,用30多年的实践,从一片简陋的沙土网球场,发展到300多片标准网球场;从自娱自乐到承办多项网球重要赛事;还建起了网球学校、网球主题公园、网球运动休闲小镇、网球特色村……

如今,这座县级小城的网球元素越来越多,网球已经融入到百姓的日常生活,成为具有鲜明地域特色的体育文化品牌。

本报记者 顾 宁

近年来,在湖北省体育局、荆门市体育局的支持下,京山围绕建设“体育强市”的总目标,认真贯彻落实《关于深化体教融合 促进青少年健康发展的实施意见》,坚持立德树人、以体育人不动摇,积极普及推广“网球+N”的体教融合运动项目布局模式,在学校体育、青少年体育赛事、体校改革、青少年体育组织等方面取得显著成效。

以网球学校为试点 探索体教融合实践路径

京山市以“省校县办”的湖北省网球学校(京山)(以下简称“京山市网校”)为试点,深入探索体教融合实践路径,全面培养文体双优的后备人才。2023年,京山市网校学生参加省级比赛获得44金、41银、60铜,参加全国比赛获得30金、23银、31铜的好成绩,在省内青少年网球比赛中,每站夺得70%以上的金牌和奖牌,并向国家网球队二线集训队和湖北省网管中心三线集训队输送多名队员,学生吴汝茜、陈芷彤在首届学青会夺得女子网球团体亚军。应届中考毕业生全部考入省级示范高中,其中80%的学生仅凭文化成绩即可被正常录取。

京山市网校通过多维度要素融合,促进学生文体双

优。首先是教师教练相融、课程体系相融、学习训练相融,通过资源共用、优势互补、人才共育,形成“文化课+网球课”课程体系。其次,设置移动课堂,“赛场在哪里,课堂就设在哪里”,确保实训和文化成绩双优。同时,还多措并举进行动态培养,促进教学优质高效。学校深入当地幼儿园进行网球项目的广泛普及,每年从3500多名幼儿中经五轮测试录取30名,采取“每个年级1个班、满额30名”的小班化教学模式,打造高效课堂。并通过多渠道全面发展,促进青少年成长成才。一方面学校尊重学生个性化发展,开设德育、美术、围棋、足球等课程,促进学生德智体美劳全面发展。另一方面,当地教育部门也制订了体育特长生升学办法,建立对口升学的培养体系,建立小学、初中、高中专属升学通道。网球学校建校以来,73名学生通过网球特长进入双一流高校就读。

夯实硬件设施配套 完善课程体系建设

为营造良好的网球氛围,近年来,京山市新建多片网球场,夯实硬件设施配套,不仅有湖北省网球学校新校区、全国网球训练基地,还有今年8月预计投入使用的山一中网球场、实验中学田径场等体育场地。

同时,积极创新网球项目推广。当地认真落实国家“双减”政策,结合“一校两特”创建,持续推进“网球进校园”工程,与湖南大学出版社合作公开出版发行《京山市中小学校网球教材》,成为全市和周边地区学校开展网球教学的

指南。实验中学、京山小学、钱场镇小学因开展网球特色课成效显著,被评为省级体育传统特色学校。

在此基础上,京山市还不断完善运动项目课程建设,创立京山自己的特色体育品牌。组织召开2023体教融合工作推进会,邀请武汉体院专家教授解读政策,对各校体育教师开展网球专题培训,全面落实“网球+N”项目布局;举办体教融合运动体能培训班,邀请北大运动医学博士授课,加强中小学教练员人才队伍建设;推动“一校多品”特色品牌建设,京山小学足球、绀弩中学篮球、曹武镇小武术熊门拳等项目因地制宜科学开设,已成为本土品牌。

引导社会组织进校园 让网球项目焕发活力

为实现体育促进青少年健康和后备人才培养的目标,京山市积极引导体育社会组织(体育俱乐部)进校园,出台相应的青少年体育社会组织管理办法,推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展。

一方面当地教育局联合体育、人社、编办等部门先试先行设置教练员岗位,如在京山一中、京山市网校设置4个专职网球教练员岗位,目前已有2人正式入职。另一方面,为激发体育俱乐部活力,京山通过学校自建、社会引进、教联体合作三种模式开展体育课程和课后体育托管服务工作,破解学校体育师资匮乏难题。目前,依托学校成立的青少年体育俱乐部14家,12所学校与社会体育俱乐部签订了进校合作协议,32个教学点启

动了教联体合作模式,实现中小学校全域覆盖。

为促进网球在青少年中的推广普及,京山还举办了丰富的体育赛事活动。全年共组织举办“体教融合杯”赛事22项,参与人数达3万余人次,壮大了体育后备人才根基。其中,包含中小學生网球赛、田径运动会、篮球赛、足球赛等活动,激发学生参与体育运动的兴趣;青少年自主品牌赛事——“网球之乡杯”全国青少年网球积分赛已纳入中网协赛事积分体系,为本地学生提供了全国赛事平台。

未来,京山将继续探索创新,破解工作“瓶颈”,进一步完善体制机制,出台更多后续配套政策,搭建体教融合发展大平台,为加快“体育强国”建设贡献京山力量。

青少时讯

体育总局举办 脊柱健康体态干预师培训

本报讯 为进一步培养专业人才,推动科技成果不断转化,日前国家体育总局体育科学研究所推出了脊柱健康运动干预系列培训课程。其中,儿童青少年脊柱健康体态干预师培训不仅培养儿童青少年脊柱健康、体态干预和运动矫正的专业人员,更满足社会对儿童青少年运动康复行业、体态纠正等相关方向的需要。本次培训贯穿全年,汇集了来自总局科研院所、北京体育大学、北京大学第三医院的专家及优秀讲师授课。课程体系涵盖国内外儿童青少年脊柱健康运动干预相关的理论与实践知识、身体姿态纠正与脊柱健康的测试与评估、常见身体姿态异常的干预训练方案、脊柱

侧弯的实用康复方案、运动康复动作库等内容。课程设置科学合理,形式创新,内容丰富实用。授课讲师理论结合实际,通过深入讲解配合实践操作进行示范解说,让学员们快速掌握科学的脊柱健康体态干预方法,把抽象的理论学习内容转变为操作性强的实践教学,有效激发了学员们的学习热情,提升了学习效果。

培训相关负责人表示,儿童青少年脊柱健康体态干预师这一新兴行业将推动大健康事业发展,更为国家体育事业注入新的活力和动力。培训将持续发布脊柱健康科普知识,希望不断培养高水平儿童青少年脊柱健康相关从业者,为助力健康中国建设提供人才支撑,为国家体育事业和儿童青少年健康助力。

(刘昕彤)

内蒙古乌海开展徒步研学活动

本报讯 内蒙古自治区乌海市第十六中学日前举行“奔跑吧·少年”徒步研学活动,共吸引了400余名学生参加。

此次活动是乌海市“深化体教融合 推进体育项目进校园”活动的延伸,学校希望通过开展青少年体育活动培养学生的团结协作精神,增强青少年体质,同时通过户外活动让学生亲近自然,放松身心。

徒步活动全程十公里,很多同学来都是第一

次面对长距离徒步的挑战。同学们互相帮助,互相鼓励,尽管路途遥远,但脸上始终洋溢着自信和笑容。他们坚定的步伐、嘹亮的歌声,成为沿途最亮丽的风景线。

下一步乌海市将持续开展“深化体教融合 推进体育项目进校园”活动,积极探索建立学校、体校和青少年体育俱乐部多元合作联办机制,不断巩固夯实体校、学校、社会俱乐部三大阵地建设,支持各类青少年体育活动开展,推动形成青少年体育协调融合发展新格局。

(顾 宁)



亲子体育项目 走进小学春季运动会

本报记者 顾 宁文/图

“能和老爸一起参加学校的亲子运动会特别高兴,我们一起并肩作战,为班级赢得了荣誉,很自豪。”河北省承德市围场满族蒙古族自治县第一小学学生赵思潼开心地说。

日前,围场满族蒙古族自治县第一小学举办了2024年春季运动会,3000多名学生、400多名家长、200多名教师参与其中。运动会设立了短跑、中长跑、接力等7个径赛项目,跳高、跳远、铅球等5个田赛项目,旋风跑、滚雪球等4个团体项目,以及二人三足、负重前行接力等4个亲子体育项目。赛场上,无论是孩子还是家长都在积极拼搏,让“更快、更高、更强”成为不断超越自我的动力。

运动会中,最引人瞩目的莫过于4个亲子体育项目——二人三足、负重前行接力、4×100米接力赛、推小车,精彩的瞬间一次次把赛事推向高潮。在父母的陪伴下,孩子们不管进行哪一个项目

的比拼,都玩得不亦乐乎。

学生家长崔晓奎说:“学校的亲子运动会为亲子间的互动搭建了桥梁。看到孩子的笑脸,也让我了解了陪伴的重要性。在运动会上,我和孩子共同感受运动的快乐,比赛时的默契与欢笑都会成为我们生活中最珍贵的记忆。感谢学校给我们创造了乐享运动的机会。”

学校副校长朱东伟介绍,学校以丰富多彩的体育活动促进体育课程的实施,校运会、拔河比赛、跳绳比赛等都设置有亲子项目,旨在让家长与孩子在各种活动中携手挑战,体验运动的快乐,感受陪伴的重要,同时也了解学校在孩子教育上所作出的努力,增强对学校的信任,密切家校关系,推动全民健身。朱东伟表示,因为学校有很多少数民族学生,所以在课程安排上会将满蒙民族特色体育项目,如射箭、珍珠球、武术等作为选修课程,学生按照兴趣选择,既发展了体育特长,又传承了传统文化。

柔力球 舞动 运城盐湖校园

本报记者 冯 蕾

四月的运城盐湖,春风和煦,绿树成荫,一场别开生面的柔力球进校园活动正在山西运城幼儿师范高等专科学校火热进行,50余名热爱柔力球的师生早早地聚集在一起,准备学习并体验柔力球运动。

活动伊始,柔力球协会指导教练景玉凤便热情洋溢地向同学们介绍了柔力球运动的起源、发展和原理,让学生对柔力球有了初步印象。“柔力球不仅适合老年人,对青少年健康也益处多多。它能提升青少年的身体协调能力,增强肌肉力量和灵活性,有助于身体发育。同时通过静心、专注等要求,锻炼青少年的耐心和专注力。长期坚持,有助于培养青少年的健康生活方式和积极向上的心态。”景玉凤说。

随后,景玉凤、李玉玲两位教练员给大家演绎了经典套路《柔力球之歌》。随着音乐响起,教练员们身着亮丽的运动服,手持柔力球拍,表演示范优雅大气。柔力球在他们手中仿佛有了生命,随着音乐的节奏跳跃、旋转。每一次球的抛出与接住都精准而流畅,展现出柔力球运动的独特魅力。教练们的展示时而轻盈飘逸,时而力量十足,动作与音乐完美融合,仿佛讲述着柔力球的动人故事。当音乐渐渐落下,表演

者们完美收球,全场爆发出热烈的掌声。

教练们为学生精心选择了基础套路《阳光年华》作为教学内容。主教练李玉玲从基本动作开始教学,对起势、运拍、转身、托举、跨步、表情、摆动等动作要领进行了一一讲解。

“这个动作要注意发力点,身体要协调。”教练员走进学生队伍中间,纠正动作、讲解发力点和注意事项。同学们在教练的带领下,一遍遍练习,脸上洋溢着满足和喜悦。经过近两个小时的学习,大部分同学已经掌握了《阳光年华》的基础动作。当最后一遍动作完成时,整个大礼堂响起了热烈的掌声。这不仅是对柔力球教练和同学们努力的肯定,更是对柔力球魅力的最好诠释。

“以前只是听说柔力球,没想到今天能亲自体验,非常激动。”活动结束后,同学们纷纷表示,通过这次活动,不仅学到了柔力球的基本技巧,更感受到了这项运动的乐趣。

本次活动由山西运城盐湖区老年人体育协会和柔力球协会联合举办。盐湖区老年人体育协会相关负责人表示:“这次活动是落实体育部门关于传统体育项目‘六进’的部署安排,是盐湖区老体协和柔力球协会动推广和传承民族体育运动的实际行动。未来,我们将继续推进柔力球等体育项目在校园中的

普及和发展,让更多青少年了解、喜爱并参与到这项运动中来。”



盐湖区老年人体育协会供图