

山东省日照市新营小学积极开发大课间活动

让体育给孩子多一份快乐

本报记者 顾宁 刘昕彤文/图

你印象中的小学课间活动是什么样的？是跑圈还是广播体操？

跳绳、跳皮筋、踢毽子、篮球、足球、健美操、武术操、板鞋竞速、竹竿舞……在山东省日照市新营小学，学生们可以自由选择他们喜欢的体育活动。尽管现在户外气温已接近零度，但在新营小学的田径场上、教学楼前，孩子们奔跑跳跃的身影无处不在，让人感受到扑面而来的运动氛围，每个人的脸上都洋溢着欢乐与活力。

“马兰开花二十一，二五六、二五七、二八二九三十一。”在新营小学的教学楼前，同学们正在跳皮筋，伴随着点、迈、勾、挑、跨等跳跃动作，同学们轻盈自如地跳出了花样，飞扬的身姿在富有韵味的童谣中不断变化着，大家都沉浸在跳皮筋的喜悦中。

六年级学生董怡然告诉记者：“我们学校的体育项目特别丰富，我最喜欢玩扔沙包和跳皮筋。跳皮筋有很多玩法，有助于增强我的协调性和弹跳能力。”

田径场上，练习板鞋竞速的同学正在喊着整齐的“左右左右”，六年级学生申家宁是这项体育活动的“申请人”。她自豪地介绍：“一次我看书的时候发现了这项民族传统运动，觉得非常有趣，就找到老师提出了想法，老师和学校也很支持。我又和同学讲了一些关于这项运动的小故事，小小三人组就成立了。大家从一开始只有三个人练习，到现在可以组织一场小型比赛，三年时间有很多同学喜欢上了这项考验默契程度和团结能力的活动，也让校园里的体育活动多了一些民族味。”

新营小学依托阳光体育大课间开展形式多样的体育活动，在传承传统文化的基础上不断打造学校特色、校区特色、班级特色，合理利用体育场地和设施，有计划地开发大课间活动，既有跳绳、打鸭子、编花

篮、跳皮筋、跳格子、竹竿舞等传统游戏，又有屹立不倒、障碍跑、搭桥过河等创新游戏，一班一品，富有变化与乐趣。

“学校一直以来都非常重视体育教育，将体育精神融入日常教学，让学生享受运动的快乐，增强体质，健全人格。”日照市新营小学教育集团党总支书记郭洪浩介绍，学校开设了丰富的体育课程，专门引入校外优质资源，让学生都能选择自己喜爱的运动项目。通过各类体育活动，如体育节等，让学生人人有爱好，班班有队伍，每周有比赛，月月有进步，通过体育教学让孩子们养成良好的运动习惯和意志品质。

除了课间操，通过体育课程提高学生运动积极性也是学校一直努力的方向。为此，新营小学一直在丰厚学校“体育+”特色课程体系，开齐开足开好绿色体育课程，探索实施体育模块化走班教学，同时引进了围棋、国际象棋、足球、网球、击剑等校外优质课程。“我们成立了86个体育特色社团，确保每个学生至少掌握两项体育技能，保证每天阳光运动2小时，让孩子们在运动中享受乐趣，增强体质，健全人格，锤炼意志。”郭洪浩表示。

新营小学关注学生身体健康的同时还非常重视心理健康教育，定期开展心理普测、心理游园，以及家长参与的心理读书会等活动，促进家校携手，共护学生心理健康，打造“健康+”卫生校园。新营小学教育集团副校长高华美介绍，每个学期初，学校都会组织全校学生进行心理健康普查，一到三年级通过问卷形式，四到六年级通过专业测评软件，采用专业量表，全面了解学生的心理状态。此外，每年5月，学校还会举办“心理健康月”系列活动，根据不同年级学生的年龄特点和心理发

展规律，分层设计并开展活动，让同学们深入了解心理健康知识，学会调节情绪，缓解压力，提高心理素质，引导学生们正确认识、接纳、欣赏自我，感受自身价值。

不仅是新营小学，为了上好体育课，日照市体育、教育部门携手发力，在当地中小学以年级为单位开展“模块化”体育教学，实行“走班选课+班级授课”，破解了体育课“一支哨，两个球，老师学生都自由”的局面。同时开展百校学生体质提升工程，选派高校和体育社会组织业余教练员共计2万人次，到全市250余所中小学开展体育课后服务，指导建立了580多支三大球及其他特色项目运动队，既提高了学生运动兴趣，又解决了家长的接送难题。此外，日照还在7个区县、功能区均建立了学习与训练相结合的新型体校，形成了以市体校为龙头，区县新型体校为基础的青少年体育后备人才培养体系。



青少时讯

亚洲中学生三对三篮球锦标赛中国队包揽冠军

本报讯 第二届亚洲中学生三对三篮球锦标赛日前在吉林省实验中学落幕。在率先开打的女子组决赛中，中国女子一队（由长沙市雅礼中学、河南济源第一中学、清华大学附属中学组成）针对泰国女队移动灵活、远投精准的特点做出针对性布置，实现了攻防两端的全程压制，最终以18比7战胜对手，顺利夺冠。

随后进行的男子组决赛，中国男子二队延续了半决赛以来的强势表现，通过内外线精妙的传切配合与核心球员多次冲击内线得分。最终，这群来自包头市第三十三中学、东莞市光明中学、吉林省实验中学的小伙子们帮助中国队以21

比8的大比分战胜泰国男队。中国队自2014年首届赛后再度包揽男、女子组冠军。

赛后，中国男子二队核心球员、来自东莞市光明中学的陈王图南表示，通过努力，和队友、教练们一起拿到冠军，心情非常激动。“半决赛之前的两场球，大家的状态、节奏可能没在点上，昨天下午大家聚在一起调整。今天能拿下两场硬仗非常不容易，是全队一起付出的结果。”

此外，中国男子一队和女子二队分别获得所在组季军，中国澳门女队获得第四名。比赛期间还举办了丰富多彩的文化交流活动。

(张博宸)

全国青少年健身科普活动哈尔滨站启动

本报讯 为创新科普形式，深化体教融合，日前，由国家体育总局体育科学研究所支持、哈尔滨市道外区教育局主办的“体教融合 助力亚冬”2024年全国青少年科学健身指导普及健身科普活动哈尔滨站启动。活动旨在通过普及科学健身知识与理念，为中小学生的健康成长注入新动力，提供科学锻炼方法指导，引导学生形成健康的生活习惯。

启动仪式上，道外区教育局接受国家体育总局体育科学研究所捐赠图书，并向全区青少年发出加强体育锻炼，提高身体素质，锤炼意志品质的倡议。在哈尔滨市宝宇六十九中学，来自育英小学的百名小学生展示了传统体育五禽戏运动；公园小学百名学生表演的运动干预操也很吸睛，孩子们时而化身游动的小鱼，时而成为在冰场上滑冰的小运动员，每名表演者都乐在其中；高中组篮球比赛现场争抢激烈，球员们精彩的表现赢得场边观

众阵阵喝彩。

启动仪式后，道外区小学生冰姿邀请赛也火热开赛。在现场记者看到，小选手们全神贯注、技巧娴熟，现场对决扣人心弦；在比赛场旁边的冰场上，孩子进行冰雪活动的热情更高，拉爬犁、拉雪橇，欢声笑语不断。

活动相关负责人表示，在当前社会环境下，随着学习压力的增加及电子产品的广泛使用，许多中小学生在身体素质发展不均衡、缺乏运动意识等诸多问题。而健身科普活动的开展，恰恰能够帮助他们明晰健身对于身体和心理健康的多重益处。据悉，近年来道外区紧抓学生身体素质提升，持续深化体育教学改革，以科学多元的课程、训练夯实学生体魄。同时，以2025年第九届亚冬会为契机，燃起校园“冰雪热”，让学生们变身亚冬会“助力官”，以青春活力为盛会添彩。

(顾宁)



主办方供图

图片报道

本报讯 第27届中国大学生篮球联赛（以下简称CUBAL）揭幕战近日在重庆乐动力江南体育中心举行。主场作战的重庆文理学院男篮迎战四川基层赛冠军成都体育学院男篮。

揭幕战首节，重庆文理学院手感不佳，但随着张彦池等队员在次节多点开花，球队打出一波得分高潮，以32比25进入中场休息。易边再战，成都体院在第三节将分差缩小至5分，但重庆文理学院在末节牢牢把控了比赛节奏，最终以76比61战胜对手。全场独得15分的张彦池获得本场比赛的MVP。赛后他表示，CUBAL的舞台是每个篮球少年的梦想，本赛季希望自己能 and 球队一起更进一步，在全国大赛中战至最后一天。

中国大学生篮球联赛自1998年创办至今，积极为梦想登上篮球顶级殿堂的大学生球员提供展示自我的舞台，目前已经发展成为我国学校体育中极具社会影响力的赛事品牌。赛事运营方介绍，上赛季CUBAL一、二、三级联赛共举办了超1600场比赛，其中503场赛事直播的观看人次超17.6721亿。新赛季，CUBAL将延续以往联赛赛制，包括基层赛、分区赛、附加赛、全国大赛、八强赛、四强赛及全明星赛，用8个月的赛期为球迷奉上篮球饕餮盛宴，预计一级、二级、三级联赛将吸引数百支高校篮球队队伍参加，上演超千场比赛。

本届联赛由中国学生体育联合会主办，为更好地诠释CUBAL的价值取向和办赛态度，联赛发布了全新主题口号“这一刻胜一切”。新赛季的CUBAL在进一步提升观赛体验的同时，还将开展丰富多彩的线上、线下活动，进一步走入校园，走到大学生身边，通过球员互动、品牌展示、圆桌讨论、在线投票等举措打造球迷聚集地，传播校园体育文化，传递篮球青春力量，为中国篮球后备人才培养持续作出贡献。

(张博宸)

第二十七届中国大学生篮球联赛启动

这所小学把非遗项目编入体育课

新华社记者 李慕

在江南水乡的河道旁，一所学校的操场上，孩子们正跟随节奏鲜明的音乐，练习着一种独特的武术——练市船拳。这是湖州市南浔区练市镇练市小学的特色体育项目，校长徐辉让学生们在大课间练习当地的传统体育项目——浙江省非物质文化遗产练市船拳。

船拳，顾名思义是一种船上的武术。徐辉说：“船拳的传承，不仅是对一项运动的保存，更是对家乡文化的一种溯源和认知。”在他的倡导下，学校每周都会安排一节体育课专门教授船拳，并且在大课时让学生们进行套路练习。对于有兴趣和天赋的学生，学校还成立了船拳社团，让他们有更多机会深入学习和展示。

为了更好地传承和推广船拳，徐辉和老师们一起编写了专门的教材。在徐辉的推动下，船拳已成为练市小学的一大特色，学生们在各级比赛中取得优异的成绩。

徐辉从1990年起担任练市小学的语文老师，2015年成为练市小学第14任校长。徐辉工作的第一步是将练市小学的体育课开足开齐，充分保证学生在校的运动时间。学校创设了“体育处”专门分管体育工作，安排专人关注学生的健康情况，与教导处协调安排体育课程。除了船拳和固定的体育课程，练市小学有乒乓球、网球、啦啦操

等14个体育社团，还引入了曲棍球和棍网球运动。每年校内赛事举办数量有300多场。

徐辉特别强调全员参与的重要性。他认为，体育应该让所有学生都参与进来，通过体育得到自身的提升。

练市小学的体育老师还要兼任班主任和主课教学；同时，文化课教师也都要加入体育教师行列。徐辉介绍，老师们刚开始也不习惯，但后来不仅玩得高兴，提升了体能，运动也给工作生活注入了新鲜感。全校一起动起来，也让师生关系更亲近，老师学生人人都是“体育咖”。学生们还会向校长和老师们发起挑战。每年儿童节，“一起上场，挑战校长”体育比赛都会在练市小学火热上演，校长、班主任和其他老师们一一应战。谈及学生们发起的乒乓球挑战，徐辉笑言：“现在他们天天训练，水平都很高，我打不过高年级的学生。”

体育好，成绩也好。练市小学的教学质量连续两年稳居南浔区小学组前列。更重要的是，学生们的自主性和抗压能力提升了，孩子们带着笑脸回家，亲子关系也更加和谐。徐辉认为，体育不仅能够强身健体，更有一种精神的感召力。他说：“体育有一种号召力，它能够凝聚人心，振奋精神。在学校，体育不仅仅是一种竞技活动，更是一种教育方式。通过体育，学生们学会了团队合作、公平竞争和尊重他人。”