

通州区积极打造“一校一品、一生多能”体育特色项目—— 健康体育奏响活力校园交响曲

日前,我市教育部门发布《2024年南通市学生体质健康标准抽测报告》,通州区以合格率97.99%、优良率61.18%的优异成绩,勇夺学生体质健康“双冠王”,也是全市全学段优良率唯一突破60%的地区。

近年来,通州区以健康第一的教育理念,抓实体育课教学、落实大课间体育活动、多形式开展体育社团、多样化举办体育赛事,以“2·15专项行动”为契机,大力度推进义务教育学校每天开设一节体育课,保证学生大小课间运动量和运动时间。创新建立“体育课程+大课间+特色社团”三维联动模式,形成体质健康“一校一品”“一校一策”提升方案,持续做好毽球、啦啦操体育项目建设,形成区域性体育特色,并要求各学校打造“一校一品”体育特色品牌创建。目前,通州布局毽球、啦啦操、武术、跳绳等19个运动项目进校入园,全区各中小学校,校校有特色、班班有项目。

“南方小土豆” 校园体验冰上热情

“注意投壶姿势和投壶力度……”“刷冰员快刷……”10日在川港小学操场,旱地冰壶社团的成员们正在全神贯注地练习。老师用简洁的语言讲解了该运动的技术动作,并亲自示范了投壶的击打要点。成员们认真听、反复练,轮番上场体验投壶的乐趣,随后在红、黄两队间开展了一场友谊赛。冰壶碰撞时发出清脆的响声,现场充满了欢声笑语。

川港小学是中国人在南通地区创办的第一所小学,也是中国最早的新式学堂之一。从2020年起,川港小学积极发展冰雪运动项目,先后被评为“全国冰雪运动特色学校”“北京冬奥冰雪项目特色学校”,“冰雪小将”的身影经常出现在课间、体育课和课后服务中。学校广泛开展各类活动,让学生们了解冰雪知识、冰雪运动、冬奥会常识和观赛礼仪,引导他们参与冰雪运动、热爱冰雪运动。

川港小学还是省级象棋特色学校、全国青少年足球特色学校,开设了足球、篮球、乒乓球、击剑、象棋、冰壶、毽球、体适能、人工智能等社团,每年5月举行校园足球联赛、10月举行体育节系列活动。丰富多样的体育活动充实了学生们的校园生活,增强了学生的体质,提升了学生的情绪和心理健康,促进他们全面发展。

川港小学校长王丽华表示,川港小学将继续坚持“健康第一”的教育理念,以实施“2·15专项行动”为契机,开发学校“基础运动技能+专项兴趣培养+健康习惯养成”三维课程,创建“晨跑打卡”“课间活动创新”等品牌活动,让孩子们身上有汗、眼里有光、脚下有力,为形成“养健康身体·育开朗性格”的校园体育文化奠定基础。



健康体育让校园充满活力。

“羽不离手” 竞赛场上谁“羽”争锋

当日下午3时许,走进南山湖小学操场,小小羽毛球健儿们人手一支羽毛球拍,或自己练习颠球,或与同学对战;正在参加体适能项目的学生小步快跑,灵活绕过障碍柱,再迅速返回。来到活动室,几名学生身穿击剑服,手持钢剑,向眼前的“敌人”发起猛烈进攻;啦啦操舞者随着激昂的音乐自信舞动,动作整齐划一却不忘沉闷,洋溢着青春活力……

“羽毛球是南通体育的骄傲,我校在建校之初就把羽毛球运动作为学校体育的校本课程,推动羽毛球运动进课堂,面向全体学生,构建了从体能训练到趣味拓展,再到专业课指导的羽毛球运动课程体系。”南山湖小学校长王树峰介绍,结合日常教学活动,学校低年级每周开设一节羽毛球课,中高年级每天不少于10分钟羽毛球“天天练”。同时,开发宜美少年“羽毛球操”“动感素质操”“阳光运动操”等“我锻炼”羽毛球校本微课程,每年举办羽毛球文化节,背着羽毛球拍上学,教室墙壁上挂满羽毛球拍,“羽不离手”已成为学校常态。2024年,南山湖小学被评为南通市“一校一品”羽毛球特色学校。

在壮大“一校一品”体育特色项目的基础上,南山湖小学还倡导“百花齐放”,开展了丰富多彩的运动项目:既有体适能训练、毽球、跳长绳等传统项目,又有丢手绢、听数抱团等充满趣味的童年游戏,更有击剑、足球、篮球等学生自主选择的热门运动。

目前,南山湖小学开设了各类校本社团30余个,依托体育校本课程,融合跑、跳、跃、投掷等基础体育运动元素,构建多维互动的运动场景,形成了浓厚的体育文化氛围。



“活力篮球” 打造校园“灌篮高手”

“持球时保持投篮、传球、运球三种威胁的姿势,重心降低,随时准备行动……”“运球或持球时非运球手要抬起,用身体和手臂保护球……”“根据防守情况调整运球高度,推进时高、突破时低……”下午5时40分,通州区实验中学的“篮球小子”们正在进行篮球运动日常训练。

自2015年开始,通州区实验中学以打造篮球特色学校为突破口,深化体育教学改革,把校园篮球运动作为提升学生身心素质的重要载体融入教学实践。在教学实践过程中,学校根据学生的年龄和生理特点,分年级组织学生学习篮球基本技术、基本战术和竞赛规则,篮球运动知识普及率达到100%。“学校每年都开展班级篮球联赛,通过丰富多彩的活动发展校园篮球运动,形成了浓厚的校园篮球氛围。2019年,学校获评‘全国青少年校园篮球特色学校’。值得一提的是,我校男子篮球队多次在各级比赛中取得好成绩,在通州区中小学篮球比赛中实现八连冠;多次荣获南通市青少年校园篮球联赛总决赛冠军;在2020年,我校男子篮球队代表南通市参加江苏省首届中学生三人篮球比赛,获初中组八强。”通州区实验中学校长吕斌说。

除篮球外,通州区实验中学还重点打造了足球、毽球、乒乓球、啦啦操等优势项目,明确“基础课程+特色项目+竞赛活动”三位一体的发展路径,开齐开足体育课,打造“1+n”特色课。坚持“普及与提高并重”,构建“班级—年级—校级”三级竞赛体系,每年举办“阳光体育节”“足球联赛”“冬季三项比赛”等特色活动,让全校学生心里有阳光,身体能出汗。

通州小学成立啦啦操社团,以点带面,全校普及,纳入学校课程体系,以啦啦操活动为特色,课程化实施大课间,打造了“一校一品”啦啦操运动品牌;平潮小学开设乒乓球课,编写的校本教材《乒乓天地》被评为通州区优秀校本课程,开展了一系列丰富多彩的乒乓活动;南通高新区小学践行“足球从娃娃抓起”的体育宗旨,营造生机勃勃的足球文化,开展丰富多彩的足球活动,构筑校园足球的鲜明特色……

通州区教体局副局长葛红玲表示,通州将以“2·15专项行动”为契机,以“体重管理年”3年行动计划为抓手,加强师资培训、加大场地建设,激发体育兴趣,助推全民健身,努力提高学生的体质健康水平,培养更多有理想、有本领、有担当的时代新人。

本报记者徐爱银 任溢斌 本报通讯员邱军