

为了让孩子们能在锻炼身体的同时学习新的运动技能,有的学校开设多达19种体育社团,满足学生的个性化需求;有的学校用上AI机器人陪练,通过智慧体育方式让更多学生受益;有的学校通过大力发展特色体育项目,培养出了五年级的国家一级运动员。体育课、体育社团、大课间……特色体育课让岛城学生们的幸福感爆棚,更显蓬勃朝气。



崂山区合肥路小学的孩子正在练习击剑。

帆船、滑冰、射箭、击剑、跳竹竿……

岛城小学生体育特色课有多炫?

一校开出19种特色课

为培养学生的个性特长和兴趣爱好,青岛市崂山区合肥路小学广泛开发多源多类资源,开设“盛放课程”。合肥路小学目前有四个年级,每个年级利用体育与艺术课时,定期开展一门体育、一门艺术特色课程。一年级学足球和书法,二年级学花样跳绳和形体,三年级学篮球和陶笛,四年级学游泳和速写画……

在合肥路小学众多精彩社团学院课程中,体育学院尤为突出。在这里,可以看到田径场上奔跑的身影;可以听到篮球拍打的声音;可以感受冰雪运动带来的喜悦;可以体验击剑的魅力和风采……学生们挥洒汗水,享受着乐趣。田径、乒乓球、男足、女足、女排、花样跳绳、高尔夫、速度滑冰、男篮、击剑、传统游戏、国际象棋、中国象棋、啦啦操、国标舞、传统武术、拳击、网球、软式棒球球共计19种不同课程20多个社团班次,让学生在体育学院这个平台上得到了多样化、个性化、专业化的成长。

其中,啦啦操社团在山东省第十二届全民健身运动会中,获得2022版全国啦啦操规定动作0级小学乙组第一名;绳彩飞扬跳绳社团在2023年区长杯跳绳比赛中继续获得总分冠军;高尔夫社团获得2022年青岛市青少年高尔夫球巡回赛男子C组团体冠军。

今年3月,合肥路小学新成立了速度滑冰社团和击剑社团。其中,速度滑冰是以冰刀为工具在冰上进行的一种竞速运动,是冬季奥运会的比赛项目,通过训练和实践,提高学生的平衡能力、协调性和灵活性,还注重培养学生克服困难的勇气、顽强的意志力和团队合作精神。击剑社团通过高协调性动作、大肌肉动作、小肌肉精细动作的训练和击剑技术的学习,磨练学生的决策和随机应变能力。

培养学生的帆船情怀

说起中韩小学帆船队的成立,要追溯到2006年。那时为迎接2008年北京奥运会,我市开展中小学帆船进校园活动,在崂山区教体局的支持下,中韩小学经过筹备,于2007年7月成立了学校帆船队。帆船队刚成立时只有3名队员,中韩小学对此研究制定宣传发动方案,通过体育课、活动课、社团课向学生讲解帆船知识,介绍帆船历史,寒假带领队员进行游泳训练,暑假带领队员进行海上实践训练,队员后来增加到30人,整支队伍开始成长起来。多年来,先后有26名同学代表我市赴西班牙、南非、泰国、新加坡等国家参加国际交流比赛。

今年,中韩小学帆船队在青岛市“市长杯”帆船帆板比赛、青岛市“体彩杯”帆船帆板公开赛、山东省帆船冠军赛等比赛中表现优异,获得男子组冠军、女子组冠军以及团体总分第一名的好成绩,并有两名队员获得国家一级运动员的称号。

获得国家一级运动员称号的王雨馨是五年级学生,她是学校帆船队中年轻的“老队员”。2020年秋天,二年级的她无意间看到帆船队在训练,就问姜振老师可不可以跟着学,姜老师说学会游泳就可以来。王雨馨用了一个月的时间学会游泳,顺利进入帆船队。提起最初的训练,王雨馨记忆犹新,“我刚开始是一个帆船小白,在帆船队里,姜老师教我们绳结、绑帆、装船,慢慢地掌握了帆船知识和技能。2020年寒假让我特别难忘,我随队到深圳冬训,8岁的我第一次离开父母。经过20多天的刻苦训练,我们8名队员中有3名队员被淘汰,我继续参加后面的训练。”2021年,三年级的王雨馨第一次参加比赛,就在青岛市“市



麦岛小学轮滑。



青岛新世纪学校射箭。

长杯”帆船比赛中获得女子乙组的冠军,今年又获得山东省帆船冠军赛女子组长距离冠军。

AI掀起智慧体育新浪潮

“脚踩标识,紧盯前方……”随着语音指令和屏幕中卡通人物的提示,学生们手中的跳绳开始上下翻飞,快速甩动,机器屏幕上的数字也在同步数据。跳动的学生兴奋投入,围观的学生跃跃欲试,近一个月以来,青岛53中基础学部的操场上如此热闹。

为全面落实全环境立德树人,青岛53中作为市北区首家引入“AI运动吧”智慧体育运动系统的学校,将AI智能运动机器安装在了基础学部操场上,学生们在体验AI智能的同时,感受着多彩科技对身体素质提升的助力。

“AI运动吧”智慧体育运动系统的引进,为校园打造常态数字化运动空间提供了有力支撑。系统包含跳绳、开合跳、原地摸高、仰卧起坐、立定跳远等项目的训练,并可面向学生对这些体育项目进行测试,学生可以利用人脸识别系统确认身份后进行体育锻炼和测试,并可同步录入成绩。

“智慧体育运动系统的使用,瞬间点燃了学生们的运动热情,课余生活更加丰富多彩,同时也打造了轻松愉快的校园运动场景。”青岛53中基础学部的老师介绍说,学生们在课上和课间更加喜欢参与体育运动,从而全面提升了学生的整体体质健康水平。

多校体育课丰富多彩

岛城多所小学的体育课丰富多彩。平安路第二小学是具有23年省级乒乓球优秀传统体育项目的学校,曾在全国比赛中屡获佳绩。由师春未老师独立创

编的国球韵律操曾在市级平台展示,这套操根据乒乓球发球、正手挥拍、反手挥拍等乒乓球技术动作拓展改编,创编后分别为发球、伸展、体转、跳跃、正反手挥拍转换等运动,同时结合韵律操的基本步法“V”字步、侧点步、左右移动滑步,形成一套培养学生节奏感、提升形体美、自信心、荣誉感的韵律操。

为进一步丰富校园文化生活,提高学生的综合素质,青岛新世纪学校射箭社团于今年3月成立,并配套建设射箭场。学校不仅重视社团建设,也在体育课上逐步普及射箭课程,让更多学生体验射箭的乐趣。

北仲路第二小学设立菜单式特色项目,让各年级根据学生年龄特点,认领体育项目。其中,三年级是有趣的跳竹竿。它不但姿态优美,富于节奏,而且气氛欢快热烈,促进了学生的合作能力和身心协调。学校推出这一举措后,学生们更加喜欢课间十分钟,在老师的带领下开心地跳起竹竿舞,动作轻盈,花样百出。

花样跳绳和篮球课创新是崂山区第二实验小学的体育特色。花样跳绳是一种富有创意和趣味的体育活动,可提高学生的协调性和灵活性,培养团队合作意识和创造力,增加体育课的趣味和互动。学校的篮球课与生命安全教育进行跨学科的融合,设置“逃生演练”游戏,运用多媒体教学设置多种趣味体能练习,使体育课变得有动、有趣、有乐,呈现多彩课程。

“让每一个孩子热爱体育、喜欢运动,拥有阳光的性格、健康的身体是学校努力的方向。”为丰富学校体育课程体系,麦岛小学从2017年起将轮滑运动引入体育课堂。学生们在轮滑课穿戴装备与护具中,自理能力提高了;在初学过程中摔倒又艰难地爬起来,面对困难与挫折的勇气增加了;在一步一步的滑行中,享受到成功的快乐;在快速的滑行中,感受到风从耳边吹过的兴奋;在校长杯比赛中,体验到体育比赛的激烈与魅力。

宁真海尔希望小学从2009年7月开设螳螂拳武术特色课程,将螳螂拳由社团项目变成全校普及项目,课后托管时间成为学生们练习的最佳时间。学校将螳螂拳传承列入校本课程,根据不同年级学生的接受能力,开发《少年螳螂拳》校本教材。

观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 首席记者 张译心



中韩小学帆船队。