

因地制宜開設項目 培養學生冒險精神 射擊攀岩馬術 小眾運動進校園

▶成都中小學激光槍射擊項目熱度不斷增高。圖為學生參加訓練。
受訪者供圖

【大公報訊】提到體育課，你想到的是什麼運動項目？跳繩、足球，還是籃球？很長一段時間裏，中小學校體育課多以傳統運動項目教學為主。2020年印發的《關於全面加強和改進新時代學校體育工作的意見》提出，要「不斷拓寬課程領域，逐步增加課時，豐富課程內容」「幫助學生掌握1至2項運動技能」等。在政策引導下，越來越多的學校各學校因地制宜開設項目，培養學生冒險精神。詠春、馬術、射擊……這些小眾項目，如今也現身中小學。大公報記者分別走訪了上海、深圳和成都的學校，一睹「小眾運動項目進校園」的風采。



▶上海小學生們在學習詠春。
受訪者供圖

少年強則國強 練武提高體質

詠春、攀岩、冰壺……當越來越多的小眾體育項目走進校園，不僅豐富了孩子們的課間生活，也讓更多中小學生領略到體育運動的多樣性與趣味性。記者了解到，以往被認為小眾的體育項目如今已經走進了中小學，不僅運動項目與時俱進，學生們也學有所成通過運動展示出新風采。以詠春拳運動為例，近10年來，僅在上海黃浦區內學習詠春拳的小學生已數以萬計。「之所以引進詠春等運動，是因為我們希望讓孩子在鍛煉身體的同時更加能夠理解學習傳統文化，提升綜合素養。」上海市黃浦區盧灣一中心小學辦主任兼體育教研組長陸倍信這樣告訴記者。

伴隨着口令聲，上海市黃浦區盧灣一中心小學的學生們開啟詠春拳練習，衝拳、攤掌、基本功對練都已是更有模有樣，而在近日舉行的第七屆上海市中小學生詠春拳比賽中，孩子們也紛紛展示了學習成果，與運動項目一起走出校園，登上更大的舞台。「之所以引進了詠春等運動項目，首先我們是希望讓孩子們不局限於傳統的體育課程，讓他們有更多的選擇，包括詠春、馬術、射擊等傳統運動項目，其中蘊含的不僅是運動精神，還與傳統文化相關，我們希望他們在學習的過程中，也能夠體會傳統文化的精神，更加了解歷史文化發展。」陸倍信如此說道。

囊括多種項目 學生依喜好報名

以盧灣一中心小學為例，詠春、羽毛球、馬術等幾十餘種，幾乎囊括了所有的體育項目，學生可以根據自己的喜好報名，有些熱門項目熱度空間，幾乎需要「秒殺」，學生們的報名熱情高漲。陸倍信直言，不同學校之間會存在校區大小不同等情況，因此學校可以因地制宜，選擇學生感興趣又合適教學特色的運動項目，「體育的目標不是紙上談兵，需要我們實操實練，因此針對學生的興趣以及不同場地結合，我們在學生之間推廣了詠春拳、攀岩等項目，讓孩子鍛煉身體的同時，還增加了興趣愛好，體驗體育魅力，最終我們是希望孩子們能夠強身健體的同時更有精神氣，提升激勵綜合素養。」
大公報記者倪夢環

圖。5月29日，大熊貓「丫丫」回到北京動物園。
新華社



學激光槍射擊 講求人槍一體

運動員一字排開，雙腳前後分開穩穩站立，一手托住槍身一手扣在扳機處，臉部貼在貼腮板上，全神貫注瞄準10米外的靶心，屏氣凝神地扣下扳機……在日前開賽的「愛成都·迎大運」「奧運之星」2023成都市青少年射擊錦標賽（激光槍項目）上，來自全市75支隊伍的1253名運動員向大家展示了成都市青少年射擊運動的最高水平。

此次錦標賽全部使用激光槍射擊，參賽人數創下歷史新高。雖然參賽運動員多是射擊運動的初學者，參與專業訓練時間不到一年，但一輪輪比賽結束，高環數靶位比比皆是，不僅檢驗了平時的訓練成果，也讓小選手們熟悉了專業比賽場館和參賽流程。據了解，激光槍最早是用於專業射擊運動員訓練的設備，可以反映射擊運動員的射擊曲線和軌跡，清晰地讓教練員和運動員知道問題出現在哪裏，從而有針對性地提高運動員的成績。

由於激光槍沒有實際彈藥，安全便利，適合在任何場景下開展運動。10歲的陽竹雅學習射擊剛半年，雖是初學階段，她卻從射擊訓練中收穫不少，「我學習射擊之後發現，如果這一槍注意力不集中，很有可能就影響最後的環值，想要打得好，就必須人槍一體、全神貫注。」

解決射擊訓練安全壁壘

事實上，成都從2019年全面推動體育特色項目進校園活動，積極推進「一校一品、一校多品」建設。其中，得益於激光槍的普及和射擊布點校的建設，成都市中小學校射擊射擊特色傳統項目初見成效、熱度不斷增高，在國內外賽事中成都選手也頻頻亮相。「像平時的教法、瞄準、呼吸等，激光槍和實彈槍都是一樣的。」

成都市射擊射擊運動學校副校長劉家鑫表示，射擊是相對比較冷門的運動項目，而激光槍從根本上解決了校園射擊訓練的行業安全壁壘，有效地推進了射擊項目進校園。同時，各種競賽平台也成為挖掘輸送本地射擊競技人才的重要渠道，展現了小眾運動項目進入尋常校園的成果。
大公報記者向芸

- 中小學生最愛體育運動
- 跑步
 - 游泳
 - 跳繩
 - 羽毛球
 - 籃球
 - 輪滑
 - 乒乓球
 - 滑冰
 - 棋類
- 資料來源：中國青年報社社會調查中心

▶輪滑教練在宿遷某學校向學生展示動作。
新華社



打高球學輪滑 鍛煉身體靈活性

深圳越來越多的中小學正在探索加強特色發展，開設更豐富的體育課，包括高爾夫球、輪滑、攀岩等小眾新興項目。在位於福田區的黃埔學校小學部，教學樓頂的天台經改造變身為一個小型的高爾夫練習場，孩子們腳踩「綠地」練習推桿和揮桿，樓下空地也是低年級同學練習握桿、推桿動作的場所。

景蓮小學、天健小學等均開設相應課程，由外聘的專業教練指導教學。有教學團隊負責人介紹，高爾夫課由運動技能和體能訓練兩部分組成，其中體能訓練包括跳繩梯、折返跑、端板上球、躲避球等，有助於學生們鍛煉身體的平衡、靈活和柔韌性。

據悉，早在2017年，黃埔學校便將高爾夫球課納入校本課程，2020年被中高協授予「校園高爾夫全國示範校」稱號，前不久還申報了「全國體育課程一體化」高爾夫球項目試點校評選。據校方介紹，黃埔學校的高爾夫課面向所有學生開展，一到六年級25個班，每班周一節高爾夫體育課，在此基礎上，學校將有興趣和成績突出的學生集中起來，建立年級隊，周一到周四放學後對各年級隊強化訓練，然後再從年級隊中選拔優秀選手組建校隊，定期到專業球場訓練，並參加深圳公開賽青少年課後賽。僅去年，該校就有三位同學入選深圳市青少年高爾夫球隊第二梯隊，另有六名同學入選第三梯隊。

了解體育文化 激發求知探索欲

同樣開設高爾夫球課程的景蓮小學校方面也表示，新興體育項目除了具有與其他運動共同的育人價值外，在增進學生對不同國家和地域體育文化的了解，激發學生的求知欲、探索欲與冒險精神等方面，具有獨特的育人價值。日前，內地第一個校園高爾夫學校聯盟——深圳市福田區中小學體育（高爾夫球）聯盟在景蓮小學成立，9所中小學校成為聯盟的成員單位。
大公報記者李望賢



▶深圳學生在上高爾夫球課。

旅美丫丫抵京 身體狀況穩定

【大公報訊】記者張帥北京報道：據國家林草局介紹，在有關部門和京滬兩地各方的高度重視和共同努力下，大熊貓丫丫順利通過隔離檢疫，乘坐包機平安抵達北京，於5月29日零時43分回到北京動物園大熊貓館。目前，丫丫健康狀況穩定，因為已進入「老年」，在回京後需靜養、適應新的環境，現時不對外展出。

今年4月26日，丫丫啟程離開田納西州孟菲斯動物園，踏上回國旅程。北京時間4月27日下午，丫丫抵達上海浦東國際機場，並於當晚轉移至隔離檢疫區，在專家團隊駐場陪護下開始一個月的隔離期。
在上海隔離檢疫期間，針對丫丫高齡、生

活環境變化等情況，北京動物園選派經驗豐富的飼養員和獸醫全天24小時陪護，精心做好飼養護理、健康監測等工作，上海動物園提供了全方位的支撐保障。

需靜養暫不對外展出

5月28日晚間，大熊貓丫丫搭乘專機從上海前往北京。晚上11時，在北京動物園門口聚集有不少丫丫的粉絲，等待丫丫的到來。一位丫丫的北京粉絲凌晨在北京動物園門口等丫丫，她特意身穿一件印有熊貓圖案的衣服，稱要「讓丫丫感受到娘家的溫暖」。直播畫面顯示，一到家丫丫就被竹子包圍，網友稱其「在竹海裏幸福地干飯」「肉眼可見的胖了」「毛



▶北京動物園大熊貓館內，大熊貓紀念品吸引參觀者。
中新社

髮也多了」。北京動物園表示，已為丫丫準備了專門的飼養場館，制定了有針對性的飼養護理、醫療保障及營養健康等方案，並安排前期技術團隊繼續照料其生活。不過因丫丫已進入老年，回京後需靜養、適應新的環境，現時不對外展出。北京動物園將通過官方微博定期發布丫丫相關信息。