

让绝大多数孩子受益

——一所学校的网球发展之道

新华社记者 韦 骅

在日前于巴林举行的2024世界中学生夏季运动会上,18岁的任钰菲夺得女子团体、单打两项冠军,而她的母校首都师范大学附属育新学校的网球培养模式,再次引发关注。

首都师大附属育新学校自从将网球项目引进校园、开设网球校本课程以来,经过不断地探索和实践,逐渐形成“教育+网球”的校园网球育人路径。除了像任钰菲这样的未来之星,该校培养出的大批网球人才也在这条赛道上持续发光。

校长考了六个证

该校介绍,2005年,北京市海淀区教委出台“1+X课程”,要求每所学校发展一个特色项目,打造符合学校自身特色的校本课程。

至于发展哪个特色项目,学校也是花费了不少心思,做了多项调研。“学校要引进一个体育项目,首先得了解这项运动,为此我考了足球、网球、田径、跆拳道等六个项目的裁判证。从受众、安全性等多方面考虑,我们最终选择了网球。”近日,该校小学部主管校长付胜利接受新华社记者采访时说。

2005年9月1日,开学第一天,每个孩子都带了支网球拍到学校。但那时,学校对于该项目的发展前景,并没有十足的把握。场地不够、家长能不能接受、到底该怎么教?这些都是摆在学校面前的问题。

“说实话,当时我们也不知道这个项目能不能发展起来。学校首先对场地进行了改造,在以前的多功

能场地上,改了两片网球场出来,在周边拉了围网,还建了网球墙。现在几个校区的综合馆也改造成了网球场,孩子们再也不用自己准备拍子了。无论是学生、家长还是老师,都在网球这件事情上达成了默契。”付胜利说。

近20年过去,现如今,校网球队多次在国际、国内比赛中取得优异成绩,学校也与中国网球公开赛组委会合作,构建球童培训系统,参与中网、澳网、法网等国际赛事的竞赛组织工作。除了网球,学校的其他体育项目比如棒球、武术等也有不错发展,形成了以网球为龙头、其他项目协同发展的局面。

“网球,就是我们在体育上的最大公约数。”首都师大附属育新学校校长陈国荣说。

持续探索 学业并重

据介绍,作为12年一贯制学校,在该校的教学体系中,一到六年级的孩子每周有五节体育课,其中一节是网球课。进入中学,网球教学更多地以社团方式呈现。对于有天赋的孩子,学校还会以课后服务的方式进一步指导。在教学方法上,学校也持续精进。起初,社会上的书籍更多是教授如何握拍和击球,但对于校园教学,市面上找不到任何素材。

“后来我们引进了国际网联的‘Play&Stay’教学体系,但由于这套体系的初衷是让更多的人打网球,所设计的也是针对16个人的课程

结构。但怎样面对40个人甚至60个人的班级教授网球?我们就结合之前的经验做了改良。”该校体育健康教育中心主任曹郑说。

“一节课就40分钟左右,我们为了尽量地在器材上节省时间,就设计出了安全、高效、便携的器材。在教法上,我们根据‘Play&Stay’的十步教学法,进一步优化。这既让学生们达到锻炼效果,也让他们在对抗中感受到乐趣和成就感。”

陈国荣表示,不应该简单地网球场当做一个运动,而是立德树人工程里一个有效的抓手。一套完整的校园网球体系,不能只有科学训练,还有文化课学习。

“运动员有很多比赛,外出时间较多,他们回来后,学校怎样把文化课进行有效衔接,这是一个课题。我们对老师提出要求,让他们在孩子回来后把最核心的知识以简明扼要的方式传授。让运动与文化课相辅相成,最后发展起来的运动员,综合素质会更好,发展也会更加持续。”陈国荣说。

任钰菲说:“一些运动员在打青少年比赛的时候,已经去专业队训练了,可能在文化课有些缺失。但在这一点上,学校一直支持我,给我在学业上很大帮助,这让我的思维也更加开阔。”

让绝大多数孩子受益

近年来,中国网球进入发展快车道,不仅涌现出像郑钦文这样的明星级选手,更多家庭有能力也有

意愿支持孩子练习网球。陈国荣认为,目前网球项目的发展态势良好,整个社会都在慢慢地认识、理解、喜欢网球,为学校接下来的工作提供了良好氛围。他表示,接下来学校在不断擦亮这个品牌的同时,会积极发挥业内引领作用。

陈国荣说,要想做得更好,就应该让“借势”与“强己”相结合。在这么好的外部条件下,更重要的是“强己”。在突出这一校园文化的同时,更好地进行顶层设计。

他说:“毕竟我们是一个12年一贯制的学校,一个孩子从小学入学到高中毕业,在这一历程中,首先是让每个人最起码都能认识和了解网球,之后让感兴趣的孩子得到发展,让有天赋的孩子脱颖而出。同时,我们也不能仅仅依靠几位成绩出色的运动员‘讲故事’,毕竟发展校园体育运动最好的效果,是尽可能地让绝大多数孩子受益。”

“如果想把文化固化下来,把体系健全起来,核心的力量在于老师。在教师队伍建设上,一是在条件允许的情况下,我们要进一步扩大优秀的教师队伍;二来就是研究如何利用好外部力量,引进社会资源,为孩子们的发展提供支撑。”

陈国荣还表示,首都师大附属育新学校作为中国学生体育联合会中小学网球分会主席单位,对全国中小学的网球运动有统筹责任,所以在组织网球赛事时,也会注重资源分配,促进网球项目在全国均衡发展。

(新华社北京11月14日电)

中国小轮车竞速骑手在世界自行车中心「练级」

新华社瑞士埃格勒11月13日电(记者单磊、陈俊侠)近期,五名来自中国的小轮车竞速项目的年轻骑手,在国际自行车联盟(简称国际自盟)的世界自行车中心训练。13日,她们和教练对新华社记者表示,在这里的训练让她们重新认识到基础训练的重要性。

王梦瑶、廖婉仪、顾权权、刘永欣和熊钰香,她们中最大的25岁,最小的17岁。今年春天,她们从全国300多个年轻选手中,由国际自盟的教练挑选出来,参加从11月初开始的训练。目前,为期四周的训练已进行了一周,大家体验到了与国内训练不同的感觉。

来自浙江的顾权权说:“在国内我们的技术都是互相学习,到这里外教就教基础,让你先找到信心。他不会让你一上来就把所有场地(问题)都解决完,他会让我们先适应。对于我们女生,看到(场地里的)大包还是会有抵触心理的,但外教会跟你讲,这个弯道要运用离心力,你的动作要更加有抛物线等等。我觉得这种细节能带给我进步。”

谈到细节,来自甘肃的刘永欣说:“过去我们只是在做动作,没有注重那些细节,所以做出来的动作不那么丝滑,会有一些很大的停顿点,这就会导致降速。”

她们的教练孙越总结了队员们的感受,他说:“外教对细小的环节要求更高,在我们看来没什么意义的训练,他们反而觉得更重要。一些在我看来是刚起步时就应该练的技巧,他们现在仍在练习,他们很重视基础训练。”

孙越的观点得到另一位教练马丽芸的认同,她说:“我们的基本功还是不够扎实。本来我们起步就比较晚,欧洲选手可能四岁就开始接触小轮车,我们的运动员十几岁才开始练,这也决定了我们练的东西是不一样的。我们一上来就会比较强调速度和力量,而他们对技术和控车的力量要求很高。”

对此,负责竞速训练的荷兰籍教练特旺表示,越早接触小轮车运动,越能更好地度过技巧关。小轮车竞速需要各种技巧,包括腾空、转身、飞越等。小时候骑行速度慢,身体轻,摔起来不是那么痛,长大了反倒害怕受伤。欧美优秀小轮车手大多5-6岁就由家长带着学习,十几岁已经开始出成绩了。中国队在项目上没有获得巴黎奥运会参赛资格,与欧美选手存在差距。

世界自行车中心主管雅克·兰德里表示,一方面中国运动员在这里接受最新的训练方式,另一方面中国教练员也可以学到最新的教学理念。他还提到,对于场地设计和建造,以及这方面人才的培养,也是国际自盟关注的范畴。从人才培养、教练队伍提升,到场地和基础设施的搭建,再到后勤保障队伍的规范,只有这些都做到了,才能打造一支有参加奥运会实力的队伍。

兰德里说:“我觉得这些中国运动员都很有潜力,我希望在四年后的洛杉矶奥运会上能看到中国小轮车竞速运动员的身影。”在谈到项目普及和提高时,兰德里说,目前国际自行车界普遍认同,小轮车竞速是所有自行车运动项目的最佳启蒙项目。现在已有不少从小轮车竞速转到场地、公路和长距离自行车赛项目上,并取得不错成绩的成功案例,小轮车竞速培养的技巧可以被很好地运用到其他自行车运动项目中。兰德里希望在中国推广这个理念,让更多练习自行车的小运动员先从小轮车竞速开始,慢慢再转到其他项目上。

马丽芸说:“其实在身体素质、力量和体能上我们不差,甚至比国外运动员要更强,特旺也是看到了我们运动员这方面的潜力,才挑选了这些孩子。不过下一步我们也要改变教练员的观念,怎么去让她们将现有的身体能力转换到车子上,这也是我最大的感触,回去后需要改善。”

运动员们在瑞士的训练和生活比较简单。国际自盟总部所在的埃格勒是一个远离大城市的小镇,在阿尔卑斯山附近。运动员们住在离世界自行车中心三公里远的公寓,每天都是骑自行车来回。除了训练和比赛,大家很少外出活动。她们表示,其实在国内的训练条件要比这里好,比如省里面有训练中心,吃住和训练在一个区域,有医生跟踪。其他如体能教练、力量房、小轮车场地等,都跟国际自盟的标准一样。

孙越说:“过去我们都是摸索着练,根据常年的训练总结出一些技术,不敢说一定正确。我们是中国第一批练习小轮车的。我们现在是教练了,对现在的队员来说,她们就是最受益的一批学员了,希望她们能够出好成绩。”

中国乒协会员联赛总决赛开赛

新华社合肥11月14日电(记者周畅)14日,2024年“李宁·红双喜杯”中国乒协会员联赛总决赛在安徽省合肥少荃体育中心体育馆开幕。总决赛分设个人赛和团体赛,共24个组别,来自全国各地的267支代表队、1200余名选手参赛。

据悉,此次总决赛70岁以上运动员有270人,18岁以下运动员8人;参赛选手年龄最大的83岁,最小的11岁。所有选手均是在中国乒协全民健身赛事积分榜各年龄段男、女排名前20位的运动员,或是在今年进行的14个分站赛中获得团体前三名和单打前四名的佼佼者。

“乒乓球作为国内最受欢迎的

运动项目之一,对全民健身的开展起到了重要推动作用。”中国乒协秘书长何潇说,会员联赛是中国乒协主办的一项重要全民健身赛事,从2007年开始举办,广泛的参与度不仅促进了全民健身活动的开展,也为人们提供了一个交流、互动的平台。

据介绍,为满足广大乒乓球运动爱好者的参赛需求,结合“体育+旅游”的办赛理念,今年的中国乒协会员联赛共在全国15个省份举办,拉动地方旅游消费超过3000万元,影响人群超过500万人。

本次赛事由中国乒协主办,合肥市体育局、安徽省乒乓球运动协会、新站高新区管理委员会、合肥市体育总会承办。

中国杯短道速滑精英联赛(第五站)开赛



11月14日,中国杯短道速滑精英联赛(第五站)在黑龙江省冰上训练中心开赛。

图为哈尔滨市冬季运动项目训练中心选手任子威(左二)在甲组男子1500米四分之一决赛中。他晋级半决赛。

新华社记者 张 涛摄

声 明

由我公司承建的拉萨市林周县澎波曲水源地保护项目(一期)已完工,所有民工工资已全部结清,如有异议,请相关人员自本声明见报之日起30日内与本公司联系处理。

联系电话:13889037009

特此声明

西藏腾飞建筑有限公司
2024年11月15日

公 示

由西藏圣城建设集团有限公司承建的《拉萨市智慧水务给水官网采购项目(一标段)》工程已全部完工,所有民工工资、机械租赁费、材料款均已结清,无拖欠情况。如有异议,请于本公示见报之日起30日内与本公司联系处理。

联系人:次吉 联系电话:13618987215

特此公示

西藏圣城建设集团有限公司
2024年11月15日

遗 失 声 明

★白玛扎西不慎,将道路运输货运从业资格证丢失,号码为5400020589,声明作废。

★邵静不慎,将律师实习证丢失,实习证号为:54012306120047,声明作废。

★西藏儒鸿物流有限公司不慎,将藏AG4981号车道路运输证遗失,运输证号:拉540103000361,声明作废。

★深圳万顺叫车云信息技术有限公司拉萨分公司不慎,将藏AF28270网约车营运证(车证号:540101001007)遗失,声明作废。

★西藏润尚商贸有限公司不慎,将营业执照正本丢失,统一社会信用代码:91540125MA67FC105D,声明作废。

★崔美红不慎,将天海建材市场商铺租赁合同押金收据(收据号:1005161,金额3000元)丢失,声明作废。

声 明

由我公司承建的拉萨市林周县唐古乡唐古村搬迁点生态修复与保护工程已完工,所有民工工资已全部结清,如有异议,请相关人员自本声明见报之日起30日内与本公司联系处理。

联系电话:13889037009

特此声明

西藏腾飞建筑有限公司
2024年11月15日