

M 暑假青少年兴趣培训
面面观系列报道②

M 资讯

体育培训,让孩子赢在未来?

暑假,体育类培训市场火爆,各类青少年体育赛事丰富多彩。体育类培训在强身健体的同时,还能培养孩子的兴趣爱好,强化孩子的身体素质,成为不少家庭的“必选”,希望通过体育培训拓宽孩子未来人生之路。



市区某体育馆内,许多小学生正在进行暑期羽毛球训练。 本报记者 李林 摄



西溪亲水公园内,小朋友正在进行暑期篮球培训。 本报记者 李林 摄

培养孩子运动的习惯

随着素质教育意识加强,家长从“鸡娃”到“练娃”,体育类培训市场近两年异常火热。早上不到九点,蔡镇轩同学早早来到了旺佳游泳健身中心,准备参加今天早上的游泳训练。“主要还是自己想来学习游泳,觉得夏天学游泳很开心!”话还没说完,蔡镇轩便下了泳池,在打腿板的辅助下开始今天的练习。除了学生自己的兴趣爱好以外,不少家长也会根据孩子的实际情况为孩子报相应的培训班。在假期一开始,林先生就为孩子报了篮球培训班。“一方面是为了培养对篮球的兴趣,让孩子加强锻炼,增强体质,另一方面是想培养孩子有运动的意识,养成运动的好习惯,一个好的身体才是革命的本钱嘛。”假期报班热,是否应当根据孩子的兴趣爱好或者是家长的角度,选择跟风报班。对此,芗城实验小学的吴远平老师觉得,学生还是应当根据体育老师布置的体育作业和自己的兴趣爱好安排锻炼,可以在家长的陪伴下进行拉伸、跑步、悬垂等体能训练或者是篮球、足球、游泳、羽毛球、乒乓球等锻炼,不上培训班还是要因家庭而异,没必要都报培训班学习。“当然如果是为了运动技术更好,报班学习会更专业一些,提高成绩更快一些。”吴远平老师补充道。

本地特色体育项目成热门

作为漳州人最为熟知的体育项目,排球和羽毛球一直是各位家长的暑期体育类培训的热门选择。长泰龙津文体内,早上九点就能看到参加排球运动队的学生在排球场地练习球技。除了基础的传球、垫球外,球队还会开展以排球技术、排球战术和身体素质训练为核心内容的训练。“今年排球队开办了公益班,报名人数跟往年相比多了些。”该球队的陈教练告诉记者。不少家长也在询问,不知道自家孩子适不适合走排球特长生发展这条路。对此陈教练的回复是:“教不分家,排球训练很看重孩子的身高,但兴趣也是最好的老师,有一定优异的学习成绩和对排球有浓厚兴趣的孩子更适合走特长生这条路。”漳州人最熟悉的体育项目,除了排球,自然也有近几年出了不少成绩的羽毛球。每天下午五点到七点半,在中国女排训练馆总能听到羽毛球训练

的声音,漳州臻冠青少年羽毛球俱乐部正在里面培训。“注意握拍时要保持正确的姿势!”“前后移动的高远球练习来做几组。”在培训班中,教练正在有条不紊地教导学生训练,挥动球拍的声音,场地上滴落的汗水,无不展示着训练的刻苦。这几年,该俱乐部中走出了不少优秀的选手,因此有不少想让孩子走羽毛球特长生这条路的家长都想把孩子送到该俱乐部中,造成了“火爆”。“现在培训的70余名学生也都是要经过相关选拔,主要是看孩子的年龄和身体的协调性。当然最重要的是孩子和家长都要有坚持练习羽毛球的恒心和毅力。”该俱乐部的负责人、漳州一中羽毛球队总教练林卫斌说。此外,林卫斌还谈起,如果想要让孩子走羽毛球特长生这条路,最好在小学到小学一年级这段时间就要开始相关训练。近些年漳州市羽毛球培训班如雨后春笋般冒出,不少家长也为选择培训班而烦恼不已。对此,林卫斌提醒广大学生家长:“首先,要选择有注册过相关证书的教练,并且查看培训队的资质是否完整;其次,也需要看培训场地质量,像水泥地就不适合孩子们练习羽毛球;最后,报班后也要舍得给孩子购买专业的设备,比如专业的羽毛球鞋能够极大地避免运动损伤。”

中考体育特训课提前备考

随着中考体育的分值占比越来越高,漳州已经催生出一定规模的中考体育训练班。记者了解到,这个暑假,漳州很多体育培训机构专门加开中考特训营或者体能训练班,为学生提供专项培训。每周日早上,一些准初三生早早来到体育类培训机构门口,准备参加中考体育特训课。一位来自漳州正兴学校,要参加中考体育特训课的学生告诉记者:“在学期中业压力太大,所以就想要趁着假期回家,到相关的体育类培训机构去进行中考体育特训,希望能够提升一点成绩。”她坦言,经过一个假期的培训,自己立定跳远的成绩已经从一开始的一米五,进步到接近两米的水平。记者以家长身份咨询了体育类培训机构,据培训机构的王教练介绍,今年暑假他们机构相关的培训课程都是一个半小时一节课,会先询问学生的体育薄弱项,再根据较为薄弱的项目,进行针对性耐力、下肢力量、背部肌肉等方面的训练。“此外,我们还会针对一些中考体育的项目,进行动作要领的讲解,例如短跑长跑时的摆臂姿势、立定跳远的准备动作等,这些都会涉及。”王教练补充道。离中考体育还有一段时间,准初三生是否有必要在假期就开展相关的培训,对此,闽南师大附中的李心钦老师觉得,还是要根据学生的情况而定。“个人建议暑期最好去培训游泳项目,游泳项目比长跑更容易拿满分,特别是对于一些体质肥胖者,学习游泳是比较好的选择。至于抽考类项目和

抽选考类项目,跟着体育老师在课上练习即可。对于一些运动技能比较薄弱或者是自觉性较差,课后缺乏练习的学生,还是有必要去参加培训的。”

新兴体育运动未来可期

近些年随着各大体育项目在大众中的普及,类似击剑、花滑、马术等新兴体育项目也逐渐崭露头角。杨悦学花滑已经有好几年了,暑假是她学习花滑的密集时段,因为漳州没有相关场地,每次都要从漳州坐车去厦门上课。“孩子之前在厦门看了一次花滑表演,孩子就喜欢上了,只要孩子有兴趣,我们觉得多花点时间和钱是值得的。”杨悦妈妈表示,因为孩子对于花滑的热爱,一双几千元的冰鞋、几百元一节的培训课以及往返厦门的费用,在他们看来都是可以接受的。除了击剑、花滑等运动成为运动“新生”力量,在去年4月教育部印发新修订的《义务教育“体育与健康”课程标准》中,攀岩与小轮车、轮滑、极限飞盘等项目一同,作为新兴体育类运动项目也被纳入专项运动技能课程内容中。对于新兴体育项目在青少年中的兴起,不少体育人士认为,这是一个市场需求的结果,家长的消费意识正变得越来越专业,新兴运动项目的发展,也将拉动体育消费的新增长点。 ◎本报记者 刘健宁

记者手记

兴趣才是最好的老师

在采访过程中,记者发现参加体育类培训的学生脸上的表情不尽相同,有些学生在班上,无论是进行训练,还是跟同学们玩耍,都是笑脸盈盈,面对记者的采访都会主动积极地回答;而有些学生在班上显得沉默寡言,似乎并非那么热爱。记者了解到,这些笑脸盈盈的学生参加的培训,很多都是自己喜爱的体育项目,例如蔡镇轩同学热爱游泳那样,而沉默寡言的学生,很多都是父母让他们来的,他们可能并不是那么喜欢参加体育类培训。“兴趣是最好的老师。”当记者就给孩子报班应当从孩子的兴趣爱好还是从父母的考虑出发这一问题询问吴远平老师时,他给出的答复言简意赅。只有自己最感兴趣的体育项目,才会激发孩子的学习动力,才能够让孩子在参加体育类培训时笑脸盈盈。 ◎本报记者 刘健宁

首批非学科类校外培训机构“白名单”公布 全市183家机构上榜

本报讯(记者 邹美玲)为进一步深化校外培训治理,省“双减”办日前公布各地第一批非学科类校外培训机构“白名单”,我市183家校外培训机构上榜。校外培训机构“黑白名单”实行动态管理,分批分次发布。纳入首批“白名单”校外培训机构应严格执行中央“双减”政策,依法依规开展培训。对已经审批登记但有负面清单所列行为的校外培训机构,将从“白名单”上清除并列入“黑名单”。市教育局公布“白名单”并发布温馨提示,提醒家长不应让孩子参加任何形式的暑期学科类校外培训。确有让孩子接受课外培训需求的家长,应注意选择正规合法的校外培训机构。家长如需选择非学科类校外培训,可以从非学科类校外培训机构“白名单”中选择证照齐全、人员资质合格、收费行为规范、预收费资金纳入监管的机构,确保孩子在安全、健康、快乐的前提下参加暑期培训活动。我市将严厉打击隐形变异培训,严防学科类培训机构违规开班、已注销的培训机构继续开班、面向3岁至6岁学龄前儿童的培训机构违规开展学科类培训、非学科类培训机构“打擦边球”开展学科类培训等问题发生。结合暑期“监管护苗”专项行动,对培训机构或个人以“一对一”“住家教师”“高端家政”“众筹私教”以及研学、夏令营等名义违规开展学科类培训等问题进行集中整治。



参加课后服务的学生在户外进行趣味运动

芗城唯一 石亭中心小学开展暑期课后服务

本报讯(记者 陈慧慧 文/供图)在“双减”背景下,今年漳州市石亭中心小学开展暑期课后服务,共有178名学生参加,为芗城区唯一开展暑期课后服务的公办小学。据介绍,本次暑期课后服务覆盖面较广,包括幼小衔接学生及一二三年级的学生。暑期课后服务开设了丰富多彩的课程,涵盖汉字书写、巧思妙算、艺术、运动、劳动及科学等多个领域。为使活动顺利开展,学校不断完善软硬件设施配套,在服务教室、午休室安装空调,配备午休床,设有专门餐厅等,提升办学水平。“学校以培养学生的创新、实践能力为指引,丰富的课程内容让孩子们增长了知识,锻炼了能力,发展了个性,拥有了丰富的学习体验,感受到别样的快乐暑假生活。”石亭中心小学校长邹锦州说,未来,学校将继续深入探索课后服务多样化开展,不断充实课后服务内容,以学生的兴趣为出发点,为孩子们提供更多展示特长的舞台,促进孩子全面发展,做到减负不减乐,趣学促成长。



孩子们全情投入,专注比赛。

巧用扑克牌玩转数学

简单的数字游戏,无穷的数学趣味。8月11日上午,一场24点巧算比赛在闽南师大附小激烈开赛,来自芗城区各校的30名学生展开了一场激烈的数字头脑风暴。据了解,为进一步推动“双减”工作落实到数学学习中,将数学以“知识性、实践性、趣味性”形式呈现,给学生提供一个多途径、多方法、多角度“亲近数学、玩转数学”的环境,漳州市教师进修学校和芗城区小学数学家林坤华名师工作室联合推出“芗城区小学生乐享数学之玩转24点”比赛活动。虽然正值暑假时间,各校发布活动信息后,学生们积极报名、踊跃参与,掀起一股“玩”数字的热潮。经过一个月的练习,学生们摩拳擦掌,跃跃欲试。为了检验孩子们的训练效果,闽南师范大学附属小学搭建平台,承办了24点PK热身赛活动,并派出新学期二年级至六年级每个年级各3名学生参与热身赛活动,同时面向全区招募挑战选手。经过紧张激烈的比赛,最终产生一、二、三等奖各5名(二年级至六年级一、二、三等奖各1名)。这场数字比赛,考验的不仅是选手的计算能力,也是一场心理素质的比拼。选手们要沉着冷静,方能快速反应、准确计算。据介绍,24点游戏规则为:一副扑克牌中抽去大小王剩下52张,平均分成两份,其中J、Q、K分别表示11、12、13;两人对赛,每次同时出示任意两张扑克牌,通过加、减、乘、除(不使用平方或立方等运算方法),把牌面上的数算成24,每张牌必须用一次且只能用一次,谁先算出24,四张牌就归谁;比赛过程中,有想法的一方要先说出“有了”,紧接着说出计算过程,如果双方同时说出“有了”就以石头剪刀布决胜话语权,如果说错了,当次牌归对方;如果双方都认定当次牌局无解或在1分钟内没有解出,则先将牌放置一边,等下一次获胜者可同时获得胜利的牌;如果双方一致认为该次牌局无解,则可将牌放置一边,不必等到一分钟结束才放弃;每局限时30分钟,最后以手中牌数多者获胜。芗城区小学数学家林坤华名师工作室助理方海燕表示,24点比赛有助于激发学生学习的兴趣,能够在游戏中培养运算能力、推理能力、思维能力,提高核心素养。此次热身赛主要是为即将在新学期开展的芗城区小学生乐享数学之玩转24点比赛做准备,比赛活动将覆盖芗城区各小学。 ◎本报记者 邹美玲 通讯员 林奕琴 文/图

“小剑客”龙文“争锋”

本报讯(记者 陈慧慧 通讯员 黄文庆 张小惠 文/图)日前,龙文区少年儿童击剑比赛在龙文区智慧体育公园火热开赛。参加此次比赛的选手共54人,均为龙文区少体校击剑队运动员。比赛项目包括花剑、重剑两个剑种,分为男子(女子)甲组、乙组和丙组共10个组别。比赛进行小组赛、淘汰赛两个阶段的角逐。比赛中,身穿白色击剑服的小运动员奋力拼搏、各施绝技,不仅展示出高超的技术水平,也彰显了青少年学生朝气蓬勃、昂扬向上的精神风貌。值得一提的是,本次比赛,龙文区首次将

击剑场地从室内转向室外,方便了击剑爱好者和观众近距离观看比赛,让更多群众了解击剑运动。据悉,龙文区少体校击剑队自2011年11月组建以来,向省、市、区级体校输送了一批优秀运动员,并在全国、全省竞技体育比赛中取得了优异的成绩。其中,部分击剑运动员代表漳州市参加全省各类比赛,多次获得冠军。在今年8月初,省、市组织的选拔赛中,龙文区有15人取得代表漳州市参加2023年福建省青少年击剑锦标赛的资格,3人取得代表福建省参加2023年全国少年儿童击剑锦标赛的资格。



比赛中运动员奋力拼搏