



报名电话: 0631-5802737

普及足球篮球,按正规比赛流程进行课外活动

高区一小首创全市特色体育

文/片 本报记者 侯书楠 实习生 褚红红

威海高区第一小学坐落于威海市国际海水浴场之畔,2005年被评为山东省规范化学校,在体育方面也被评为先进单位。作为开发区的实验校、示范校,高区第一小学形成了独特的办学理念,尤其在体育运动方面,高区第一小学以先进的教育方式,特色的体育课程及丰富的课外活动,为学生的健康成长打下了基础。

四年级的学生举办足球比赛,队员们拼搏积极。



特色体育课:课堂教学与课外活动相结合

5月28日上午,记者来到高区第一小学。德育处的曲主任告诉记者,除了按照国家规定保证学生每天一小时的体育活动外,高区第一小学独具特色的体育课让不少学生爱上了体育锻炼。学校根据学生年龄、体质的不同,充分考虑学生的兴趣和特长,将课堂教学与课外活动有机结合起来,开展了丰富多彩的特色体育训练活动。与其他学校不同,高区第一小学除了每个年级每周

开设三节普通体育课外,还增加了一节特殊的体育课:一、二年级开设乒乓球课;三年级开设武术课;四年级开设足球课;五年级开设篮球课。“这种上体育课的课外活动方式在全市是首创,目的就是为了让每一位学生在掌握体育运动技能的同时,都能感受到体育的乐趣。”

为了能让学生得到更好的锻炼,学校还积极配齐了各种体育运动器材,以方便学生在课余时间锻炼。平时,



全面的体育教学:各项比赛多,男女都参与

每天上午,高区第一小学都会开展半小时的大课间活动。曲主任说:“全校学生到操场上做广播操、健身操,让已经在教室紧张学习了两节课的学生活动一下筋骨,学习起来才更有精神。”而最受学生欢迎的还是下午的课外活动。“一到下午这段时间,整个校园一

片沸腾,全校师生都会到操场上做自己喜欢的运动。”

为了调动起学生体育锻炼的积极性,近日学校组织了“三、四年级足球联赛”和“五年级篮球联赛”活动。在全区的比赛中,高区第一小学男篮和女篮双双荣获冠军,取得了有史以来最好的成

绩。吴泽坤作为学校篮球队的队长,对马上到来的全市篮球比赛充满了信心。对于学生来讲,打篮球更多的是出自一种对体育的热爱。

篮球和足球虽然都是男生喜欢的运动项目,但女生也不示弱,五年级一班的孔德智说:“有的女生比男生还厉害呢。”而记者

▲每个班级都有自己的啦啦队,舞蹈全部由学生自己编排创造。

正好赶上班级间的篮球比赛,参赛中女生的架势一点儿不比男生弱。曲主任说:“比赛是以班级为单位,无论男生女生都可以参加。让学生在各方面都能得到锻炼,这样他们的体质才能得到真正提升。”

良好的体育理念:按正规比赛流程进行

学校在体育方面能取得这么好的成绩,除了开设特色的体育活动外,曲主任认为更重要的是在全校师生之间形成良好的体育理念。“无论是在班级间的比赛,还是年级间的比赛,学校都是按照正规比赛的流程进行的。”

在一场足球比赛中,参赛队员都穿着统一的服装,

在衣服背后写有自己队的队名,有的叫“闪电队”,有的叫“旋风队”,这些名字都是学生们自己取的。参加比赛的学生豪情满志,台下加油的学生也兴趣高涨,呐喊声、尖叫声不断。

除了统一队服外,各班还有啦啦队来助威。在每场比赛中场休息时,啦啦队便出来鼓舞士气。五年级啦啦

队的队长张络维告诉记者,“我以前参加过央视《非常6+1》节目,还拿到了当场的一等奖。现在我将以前的舞蹈动作进行改编,再配上欢快的歌曲,就初步形成了啦啦队操。”张络维说,自己编完动作后,会再跟队员商量,进行反复修改,直到每个人都觉得可行。

通过一系列特色体育

活动的开展,高区第一小学学生的整体素质得到了提升。曲主任说,学校在比赛中取得好成绩,是全校师生共同努力的结果。但体育的目的并不是为了获奖,而是为了培养学生的体育意识与合作精神,让每个学生都参与到体育锻炼中来,让他们真正养成自主锻炼的习惯。

“威海市全民健身十佳评选活动”报名2天后截止

4项大奖4万元奖金礼品等你来拿



电话银行: 95588 网址: www.icbc.com.cn



电话: 0631-5688777

本报威海5月29日讯

(记者 侯书楠) 由威海市体育局、威海市直机关工委、威海市总工会、共青团威海市委、威海市妇女联合会、威海市教育局主办,本报协办,在全市范围联合开展的“2012年度威海市全民健身十佳评选活动”报名即将于6月1日前截止,离最后的期限仅剩2天,想参与的要抓紧时间报名啦!

本次全民健身十佳评选活动设置“2012年度全民健身十佳单位”、“2012年度全民健身十佳学校”、“2012年度全民健身十佳俱乐部”、“2012年度全民健身十佳社会体育指导员”4个奖项。获奖单位和个人将颁发奖牌、证书和1000元奖金或等价物质奖励。全市机关、企事业单位、人民团体、体育俱乐部社会体育指导员及个人均在参评范围。

十佳评选活动有详细的参评条件。比如,“2012年度全民健身十佳单位”需要曾被评为县级以上群体先进单位,有专兼职人员负责体育设施建设、活动组织和健身知识宣传,每天有固定的活动时间且不少于30分钟,年开展全民健身活动2次以上。“2012年度全民健身十佳学校”要保证师生每天1小时的锻炼时间,一年举办大型体育活动2次以上,学校体育设施面向社会开放。“2012年度全民健身十佳俱乐部”要有固定的经营场所,经常开展全民健身活动,会员人数保持在500人以上。“2012年度全民健身十佳社会体育指导员”则要求社会体育指导员持证1年以上,长

期担任晨晚练站点、健身队伍或机关企事业单位健身工作负责人,业务指导水平在一定区域内具有较高的知名度和认可度,每年至少组织3次以上体育活动或比赛。

需要注意的是,十佳单位、学校、俱乐部于6月1日前持《威海市全民健身十佳集体报名表》报名,而十佳社会体育指导员于6月1日前持《威海市全民健身十佳社会体育指导员参评表》报名。所有电子版报名表可到威海市体育局官方网站下载。链接地址: <http://www.weihaitiyu.gov.cn/>。

11月1日前确定候选集体(个人)名单,11月10日前在《齐鲁晚报·今日威海》刊登候选名单和选票。11月10日至11月25日接受市民投票,并于25日在公证人员公证下负责统计市民投票结果。获奖名单与11月末在《齐鲁晚报·今日威海》公布。

本次评选活动报名及资料报送地址:文化中路78—2号威海市体育局群体科。联系人:田三生。电话(传真):0631-5802737。电子邮箱: tian34511@163.com。

资料报送条件:各参评集体需于举办或参与健身活动结束3日内将活动情况简介、影像资料等相关证明材料报市体育局。各参评集体和个人需于11月5日前将全年活动总结、影像资料、证明材料报市体育局。

12月上旬召开2012年度威海市全民健身十佳评选活动表彰大会,为获奖单位和个人颁发奖牌、证书和1000元奖金或等价物质奖励。至于其它未尽事宜将另行通知。