

足球小将、武术少年、游泳健将…… 济南市历下区打造校园体育文化

日前,《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》印发,对加强和改进新时代学校体育工作进行了系统设计和全面部署。而在济南市历下区,各中小学校结合实际,以学生的学习需要为出发点,开展特色体育课程,走出了一条精彩的体育课堂教学和体育活动特色之路。

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 潘世金

济南市丁家小学： 创编毽球操，编写毽球课程教材



济南市丁家小学开展第三套毽球操。

在济南市丁家小学,毽球是学校体育特色校本课程。作为一项传统体育项目,如何在毽球教学中加上“现代元素”,吸引学生兴趣,成为了老师们重点研究的主题。为此,学校健美操和体育舞蹈专业的老师们将太极扇与毽球运动完美融合,创编毽球操,带动全校学生参与毽球学习,也让更多学生喜欢上了这门运动。

每一项传统体育项目都有着悠久的历史,在增添“现代元素”的同时,老师们也注重挖掘毽球项目本身的内涵。根据学生心理、生理特征,学校体育组教师编写毽球教材,开展多种毽球游戏,并制订了每年级的考核标准,学生通过六年毽球课训练,基本做到会看、会踢、会欣赏。

目前,全校二至六年级的学生每周都有一节毽球课,毽球也成为了学校大课间活动项目,并成立了毽球社团。通过梯队培养方式满足不同学生需求。

在一次次毽球训练中,同学们也悄然发生着转变,不仅锻炼了身体,培养了爱好,还站上了全国比赛的领奖台,找到了自己的闪光点。据统计,学校开展毽球教学6年时间里,取得了丰硕成果,曾培养国家级冠军1名、季军5名,省市级冠军68人次,连续三年蝉联济南市青少年毽球锦标赛单项、团体冠军。

济南市义和小学： 聘请专业教练，开展武术特色教育



济南市义和小学学生进行武术特色训练。

2014年,济南市义和小学开展传统武术进校园活动,打造民族文化进校园特色学校。为此,学校聘请了国家武术六段、出身武术世家的贾友民老师担任武术教练,从此开启了学武练武的特色课程,成为了济南市武术进校园的先例。

学习武术,首先要学习武术精神。贾友民教练走进课堂,教授学生武术技能的同时,也讲解武术礼仪,进行武德教育。在武术课堂上,同学们不畏严寒酷暑,在一次次练习中领会习武精神,练就武术功夫。

为做好武术课程建设,学校创编洪拳《拳步十法》《功夫少年》等教材,学生对于武术的理解与感悟不断加深,不仅人人习得了洪拳基础《拳步十法》、武术操《功夫少年》,还对少林拳、对练、刀棍剑等器械涉猎颇多。

在“和义而为,遵道而教”办学理念的引领下,学校坚持培养文武双全、自强不息、德才兼备的功夫少年,武术教学成果已在学校播下种子,生根发芽、开花结果。2019年,济南市义和小学申报的洪拳被济南市历下区人民政府、历下区文化和旅游局确定为第六批区级非物质文化遗产代表性项目。在2020年11月刚结束不久的“武协杯”泉城武术交流赛中,济南市义和小学荣获了集体第一名荣誉、武术道德风尚奖、团体展示第二名的成绩。学校还获得“济南市传统武术进校园试点学校”“中华武术操实践校”等荣誉。

济南市历下区燕翔小学： 挖掘体育文化内涵，上好体育特色课程



济南市历下区燕翔小学获
全国学校体育工作示范校。

每天清晨,济南市历下区燕翔小学的操场上总是有一群朝气蓬勃的学生在进行体育锻炼。学生压腿、跳绳、跑步……在运动中开启一天的学习生活。据介

绍,学校研发校本体育课程,形成了以“名优教师梯队,引领高质体育教学,培养卓越体育人才”为主线的体育教育体系。

在课程设置方面,学校围绕“体育健康与体育文化”这个本质问题,探索个体与团体运动项目中,运动与体育文化的融合,积极提升练习效果。目前,燕翔小学体育课程丰富,涵盖篮球、武术、乒乓球、形体课程等内容,并面向全校学生普及。

为提高学生运动的兴趣,学校体育老师自编了《武术太极操》和《青春修炼手册》《舞动青春》两套韵律操,富有时代气息的音乐加上动感十足的律

山东省济南历元学校： 辅德、健体、促智，构建游泳特色课程



山东省济南历元学校获奖学生合影。

三四年级开设学校游泳特色课,每周安排两节游泳课训练,聘请专业教练授课……2005年,济南历元学校正式将游泳课作为学校的校本课程,并进行开发和不断探索研究。经过15年的不断打磨,游泳课已成为学校精品德育课程。

以“辅德、健体、促智”为

目标,近年来,济南历元学校形成了“养成教育——凸显特色——形成品牌——优质发展”九年发展方向,更加深入地推进素质教育改革。其中,游泳课程的开展,丰富发展了学校教育内涵,使素质教育的思想真正落实到教育实践中。

经过多年的普及游泳课学习以及课余训练,学校学生整体体质明显提升,96%以上的毕业生能够掌握一种以上游泳姿势。学生在掌握游泳的基本知识和技能基础上,学校游泳项目得到了长足的发展,学生的游泳竞技水平不断提高,有的学生甚至进入省队、国家队进行专业训练。

2008年北京奥运会女子4

动,深受学生的喜爱。在2019年的历下区体育专项督导中,学校的大课间操展示、学生的体能测试在全区名列前茅。

多年来,在刘高峰、王昆等多位名师的带领下,燕翔小学体育队成绩格外突出,截至2019年,济南市历下区燕翔小学田径队连续九次蝉联历下区中小学生会运动会冠军,2018和2019年两次连获济南市中小学运动会冠军,是一支不折不扣的“梦之队”。

近年来,学校先后被评为“全国学校体育工作示范校”“省级优秀体育传统项目学校”。

×200米自由泳,谭淼同学获得银牌;多哈亚运会400米混合泳,于锐同学获得亚军;2010年全国春季游泳锦标赛男子200米蝶泳比赛中,邹蕴藉同学获得银牌;2015年1月,历元学校游泳队代表济南市参加了在土耳其马尔马里斯市举行的国际游泳比赛,获得五金两银一铜的好成绩……

在开展游泳课程的同时,学校也获得诸多荣誉,先后被评为“山东省素质教育先进单位”“山东省足球(游泳)运动传统项目学校”“山东省游泳运动项目后备人才基地”“全国游泳训练基地”“济南市游泳项目业余训练网点学校”等荣誉。

济南市历下区龙奥学校： 打造足球精品课程，培养优秀少年



济南市历下区龙奥学校
开展班级足球联赛。

在济南市历下区龙奥学校,总能见到一群足球小将的身影,他们驰骋在绿茵场上,在一次次训练中挥洒汗水,点燃青春梦想。

2013年,学校组建第一支足球队,成立了由校长任组长的学校体育工作领导小组,主管学校体育教学、课外活动和各运动队训练工作。为了确保足球训练有序开展,学校还制

定了体育工作管理办法和规章制度,并把足球运动列入学校教育工作计划。

足球课程并不仅是单纯基本技术的训练,老师们还将足球历史、足球知识、足球礼仪渗透其中,带领同学们学习足球比赛阵型、足球比赛规则、足球裁判法等专业知识,同时将足球发展史、足球明星、足球小故事讲解给学生听,从兴趣和基本功入手,以游戏的形式,增强学生对足球文化的了解,培养学生对足球运动的兴趣。

与此同时,学校还开展了丰富多彩的足球活动,开展校园班级足球联赛,成立足球社团,将足球文化节打造成学校特色节日,营造了浓郁的校园足球氛围。在足球文化节上,学校增加了小记者元素,让学生在比赛中及时捕捉精彩瞬

间,记录动人时刻,锻炼写作、摄影能力,为校园生活注入丰富、多元的文化内涵。

学校在普及足球课程的短短九年中,涌现出一批批足球骨干和“冒尖”小球员。八年级一班韩长伯同学练习足球已有7年时间,曾带领龙奥学校足球队取得过济南市校园足球联赛第三名的成绩。2020年9月,韩长伯在全国校园足球夏令营表现优异,进入最佳阵容。

一切为了学生健康成长,学校将足球文化作为素质教育的突破点,打造足球精品课程,丰富校园足球文化,让足球运动真正与学校德育教育融为一体,让足球运动成为学校一张闪亮的名片。7年时间里,学校曾荣获“全国校园足球示范校”“全国足球特色学校”等称号。