

杭城小学运动会 破纪录的学生多起来了

原因除学生身体素质提高、家长更加重视之外,还在于锻炼能抑制早发育

本报记者 梁建伟

杭师附小教育集团有3项,学军小学紫金港校区有3项,濮家小学有5项,杭州天长小学有6项,拱墅区教师进修学校附属学校有22项……

刚过去的4月,杭城的小学纷纷举行了学校运动会。钱江晚报记者了解到,很多小学的校运动会纪录被刷新。

据了解,这几年杭城小学的校运动会上,破纪录的学生开始多起来了。“我们学校有些项目的纪录,很多年没有人破了,但最近几年陆续有学生破了那些纪录,说明我们学生的身体素质提高了很多。”

杭州天长小学的体育老师陈洁虹说,以前有段时间家长不太重视孩子的体育运动,但这些年一部分家长开始重视了。“甚至有些家长觉得,运动比学习更重要,在当前学习压力比较大的环境下,更应该加强孩子的体育锻炼来促进学习的长期有效进行。”

记者还了解到,越来越多的孩子出现早发育症状,让家长不得不重视体育锻炼。有医生建议,每天坚持做一些对腿部有拉伸的运动,对抑制早发育是有用的。

破学校运动会纪录的基本都是田径队的

杭州濮家小学今年的校运动会上,一共有5个项目被破了纪录,其中有一个项目是打破了10年前的纪录,四年级学生邬卓军在男子跳远项目中创造了新纪录。

学校的体育老师李威对记者说,这几年学校破校纪录的趋势非常明显,“2016年破了14项纪录,去年搞的是趣味运动会,今年又有5个项目被破,这是好事情。”

作为杭州市的体育传统强校,濮家小学的田径队非常厉害,近三十年,他们已经获得了江干区每年田径运动会小学团体总分的26个冠军了。

李威说,能破学校运动会纪录的,基本上都是学校田径队的学生。学校有个六年级学生查徐恒,在4月19日举行的杭州市中小学生田径运动会上,获得了1500米的亚军,他的成绩打破了杭州市的纪录。

“这样的学生肯定也会出现在学校的运动会上,对其他学生绝对是秒杀。”李威说,查徐恒这次参加了学校800米项目,一路遥遥领先,比第二名要快上10多秒。

不过,即使是这么厉害的选手,还是没能打破800米的校纪录。李威说,学校目前还没有被破掉的纪录都是在2008年创下的,原来有7项,今年的运动会上破了一项,目前仍有6个项目需要以后的学生去打破。

学生的运动能力 比10年前有很大进步

在杭州天长小学今年的运动会现场,校长楼朝辉一直在关注着,他对记者说:“学生的运动能力比以前有很大的进步了,看他们跑步的样子就知道。”

10年前,楼朝辉成为天长小学的校长,在当年学校举行的运动会上,他明显感觉到学生跑步的速度慢了。实际情况是,在那届运动会上,天长小学2002级学生创造的纪录,一个都没有破。

从那时候起,楼校长就为天长的学生规划了一个体育梦想,就是希望在学校成立一些体育俱乐部,让孩子在6年中,至少能学会一种体育专业技能。于是,天长小学有了排球队、篮球队、足球队、乒乓球队、游泳队,每天都有大量的学生参与到体育运动中来。

杭州学军小学副校长李勤也认为,运动队每个孩子的学习很重要,运动是学习最好的伴侣,普通孩子要通过体育锻炼来激发能量,成为以后的一种生活习惯。“我看过一本书《运动改变大脑》,觉得非常有道理。那些经常运动的人,基本上意志坚定,懂得情绪控制,这些良好品质用到学习上,肯定是很有成效的。”

李勤说,学校里有个小孩在一二年级时是不运动的,做广播操时手不伸直、不放手,后来父母让他参加学校的足球社团,他只是在边上看着,一点兴趣也没有。“为了刺激他,父母在三年级时给他争取了校运动会上跑步的机会,那一次跑400米,只跑出30米就跟别人撞了。到了四年级,还是让他参加比赛,他很不乐意。”

等到了五年级时,学校组织学生去新加坡游学,他住在当地学生的家里。那户人家有三个孩子,每个人都喜欢运动,他们家进门的墙上挂满了各种体育比赛的奖状。跟他同龄的那个孩子,是打羽毛球的,每天都坚持打,还是全国冠军呢。

这户家庭的女主人有次这样对学军的孩子说:“你怎么这么白啊,你出门为什么要涂防晒霜呀?你应该把肥肉减掉,通过运动变成肌肉。”回国后,这个孩子不声不响,每天跟着爸爸在运河边跑步,起码跑3000米,最远一次跑了7000多米。

李勤说,在今年进行的校运动会上,这个孩子仍参加800米比赛,获得了第三名。“而且,他这个人也阳光起来了,和同学的关系积极多了,数学成绩也上去了。”李勤说,体育锻炼真的改变了这个孩子。



天长小学的运动即景。

一个班半数家长支持体育锻炼 孩子早发育是个重要原因

陈洁虹对记者说,以前有段时间家长不太重视孩子的体育锻炼,这几年一部分家长重视起来了。“以我们学校运动队为例,以前是体育老师求着家长让孩子每天来参加训练,但愿意配合的家长不多。现在,每次总有不少家长主动找体育老师开后门,让孩子参加运动队。”

这种变化对学校的体育老师来说,深感欣慰。陈老师说,这个学期初学校一公布运动会的安排,每天早上起码有100多个家长带着孩子在操场上锻炼,运动能力好的家长做指导,还有的家长负责后勤。

“一个班起码有一半的家长比较重视孩子的体育锻炼,一些家长甚至认为运动比学习重要。”陈老师说,这几年学校运动会上的成绩越来越好,关键在于学生平时有积累,运动会只是给他们搭建了一个展示的平台。

记者在采访中发现,家长重视孩子体育锻炼还有一个重要原因,那就是越来越多的孩子出现早发育的症状,而运动是抑制早发育比较健康的一种方式。

有位妈妈对记者说,她女儿今年读六年级,个头1.68米。在女儿读二年级时,这位妈妈就发现孩子有早发育的现象,就带着她去看医生。“医生有两个方案,一个是用药,一个是做一些对腿部有拉伸的运动。我们觉得用药对孩子的身体有伤害,于是选择运动。”

这位妈妈说,从那以后她陪着女儿天天跳绳,每天晚上保证跳上1000个。另外,孩子的饮食也得到了严格的控制。“这样坚持了4年,不仅消除了早发育可能带来的不良影响,还让孩子的身体得到了锻炼,这次学校运动会上,她还拿了跳远的第一名。”

五一“Do都城”里创业大赛火热

五一小长假期间,“Do都城”里的百余种职业体验吸引了不少孩子们前来应聘工作。而有一群杭城的小学生则加入了另一场别开生面的比拼——创业大赛、真人大富翁、职业对抗赛。

“走过、路过,不要错过!”“这两样绑在一起搭配销售更好!”日前,10组亲子选手在“Do都城”里进行了一场有意思的创业大

赛。活动模拟真实商业运营模式,从销售额、理财能力、组织能力等各方面进行考评,不仅比拼勤劳实干、比拼创意策略,还将贷款、纳税等孩子们平时陌生的概念都具象化,融入活动体验中。

除了人气十足的创业大赛,在五一小长假期间,“Do都城”里真人大富翁、职业对抗赛也进行得如火如荼。在城市里常常会出现这样的

场景,孩子想要去应聘环卫工人、建筑工人的工作,但一些家长往往表现得不屑一顾:“这有什么意思?要做我们就当科学家、律师!”

“Do都城”教学主管卫小庆表示,这其实是一个很大的误导,生活中的劳动者随处可见,每一个职业,每一个在岗位坚守的劳动者都值得被尊重。

通讯员 张莉娜 本报首席记者 王湛