“双减”一年后的暑假

中小学生去哪里？去运动！

宁波甬城跆拳道俱乐部的孩子们。 记者 王冬晓 摄

打羽毛球的小朋友。 记者 张培坚 摄

2021年7月24日，《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》出台，“双减”政策发令枪响，至今一年有余。

一年多来，宁波校外培训乱象有效遏制，学校育人主体地位加强，家庭教育观念转变，这场让教育回归育人本质的变革，正影响着千家万户，宁波也在“双减”中书写着自己的答卷。

今年暑期，和夏天一样火热的还有运动。近日，记者随机采访身边中小学家长，不管男娃女娃，报一到两个运动项目成了暑期生活“标配”。常规的游泳、篮球、跆拳道，高端的马术、击剑、高尔夫，无论哪种运动项目，体育培训在“双减”政策下激发出市场活力，家长对于体育的重视也体现了教育理念的转变。

记者 王冬晓
实习生 周笑盈

记者手记

采访中，记者深有感触的是，有外来务工人员花费一个月工资为“小候鸟”报名篮球班。对体育的重视从学校拓展到社会，成为新老宁波人的共识。

文明其精神，野蛮其体魄。体育在成长中所给予的不光是健康的身心、生活方式的塑造，它也是自我探索、融入社会的方式和渠道。运动是好的，大家都知道，真正让记者惊喜的是“双减”释放了学生的精力和时间，改变了家长的教育理念，让孩子们学习之余尽情打球，畅快游泳，在运动中释放情绪，享受拼尽全力的乐趣。从某个角度讲，人生如赛场，求学路也是越野路，理性判断优化方法、拼尽全力享受过程，这是运动与求学的异曲同工之妙。

小学低段学生暑期生活『标配』：学习运动项目

今年6岁的华行一，身高112厘米。在篮球场上和同龄小朋友比拼争抢，动作流畅，完全看不出小家伙学篮球不过一个多月。

华行一这个年龄段本该开始幼小衔接课程，但华妈妈并没有太多焦虑。她是骑行爱好者，对于运动的理解，让她更加重视孩子运动习惯的养成。

华妈妈说，自己从骑行中体会到的运动乐趣、坚韧品质，也想让儿子从运动中习得。今年暑期之所以报篮球，是因为赛场上风一般的篮球少年实在太帅！“哪个妈妈不想看到赛场中奔跑投篮、帅气逼人的小男生是自己儿子呀。”华妈妈说。

对于幼儿园和小学低段儿童，华妈妈讲出了大多数家长的心理。让孩子从体育中感受快乐，学习坚韧品质、培养规则意识和团队精神，提升身体素质，形成运动习惯，是大多数家长报班的主要目的。

记者随机采访身边10位小学低段家长，暑期新报或者坚持参加1到2个运动项目成了“标配”。除了习得一项运动技能，提升运动能力外，家长们也暴露了“内心戏”：“外面那么热，整天窝在家里，运动一下总是好的”“外面热、工作忙，家长带孩子运动没有时间精力，送到培训班是最好的选择”“长胖了，送去减减肥”……

小学高段和初中生更青睐体能拓展、素质提升课

李柯冉就读于海曙第二外国语学校，去年秋季入学，报名参加学校的跆拳道课程，一年的训练学习，让他喜欢上这项运动。暑假期间，他又参加了宁波甬城跆拳道俱乐部的暑期集训，每周两次，一次两小时。此外，李柯冉还学了浮潜和足球。

“一个暑期下来，对孩子体育上的投入超万元。”爸爸李志坚觉得这钱花得值，“健康是基础，运动可以伴随一生。”

“双减”背景下，丰富的课后托管课程，让学生有更多机会接触各类运动项目，运动习惯从课堂延伸至课外，运动能力从体育课拓展到培训班，这也是催生“运动热潮”的原因之一。

低年段学生忙着打篮球、学游泳，小学高年段学生和初中生也并没有“躺平”。宁波满分体育发展有限公司专门针对青少年推出的体能拓展课、素质提升课在这个暑假也很火爆。

蛟川书院新初二学生詹译淞，报名了满分体育的初中生体育蜕变课程，每天一个半小时的体能训练，让他大汗淋漓，浑身通透。“平常学业压力大，运动时间不多，趁暑期锻炼下，缓解压力释放情绪，也能提高身体素质。”詹译淞从小保持运动习惯，篮球、羽毛球很拿手。他告诉记者，求学路上的失落和压力等，没有什么是打一场球解决不了，如果有，那就打两场。

双减后体育培训市场火爆 低龄化和专业化是趋势

“双减”背景下，家长对体育的重视以及运动项目在校园的推广，催生了培训市场的火热。

宁波满分体育发展有限公司针对4岁–15岁的幼儿、儿童、青少年开展了篮球、足球、羽毛球和体能提升等课程，训练基地遍布宁波。7月，满分体育又在奉化宝龙广场、鄞州万达广场新开训练场馆。“相比去年同期，满分体育报名人数同比增长超10%，规模也在不断扩张。”满分体育镇海开元广场店负责人魏雨金从事体育培训5年，在他看来，相比5年前，体育培训趋向低龄化，更加专业化。“报名我们篮球班、体能班的不光是当地学生，还有外地来的‘小候鸟’，父母在工厂打工，或者做小生意，让孩子在暑期学习一项运动，已经成为家长的共识。”魏老师说。

“这个暑期我们有个3岁小男生来学跆拳道，家长从小就重视孩子运动习惯的养成。相比以前，家长对培训市场的消费也更加理性，不像以前‘撒胡椒面’，现在会集中财力和精力在某项运动上，希望有所发展。”宁波甬城跆拳道俱乐部相关负责人吕丽告诉记者，在他们俱乐部从小学到大，代表学校、海曙区队参赛的选手不在少数。

除了游泳、球类等大众运动项目，之前被认为“小众”的运动也不再小众。玉博击剑负责人管国平是击剑专业运动员出身，从事击剑培训十多年。管国平说，浙江省注册参赛的击剑选手超6万人，是名副其实的击剑大省。“双减下，击剑项目走进校园，有的学校建成了击剑馆，一年花个上万元送孩子学击剑的家长很多，击剑运动越来越火热。”管国平说。