



B

区域运动品牌与全国实验校的探索

相对乒乓球而言,蹦床看上去“小众”了一点,不过在镇海,蹦床这项体操运动已经成了一个区域运动品牌。

徐至柔是镇海区实验幼儿园大二班的小朋友,暑假里,她有一项特殊的体育作业——每天在家里进行蹦床练习,妈妈拍成视频后发幼儿园群里打卡,老师进行“云上”指导。不仅仅是小朋友练习,感兴趣的家长还可以与孩子一起开展亲子蹦床活动。

作为唯一的一所“全国大众蹦床体教融合实验幼儿园”,镇海区实验幼儿园在幼儿蹦床运动上进行了很多探索。

“幼儿天生喜欢蹦蹦跳跳,所以小蹦床运动很适合幼儿园小朋友锻炼。”镇海区实验幼儿园园长宓丹颖介绍,幼儿园现有两支蹦床队,培养了一支由8名教练、3名裁判组成的专业师资队伍,积极寻找适合幼儿园孩子的训练方法,让教师运动队和幼儿运动队一起在蹦蹦跳跳的过程中享受飞跃的快感,同时提高身体的平衡力、协调性以及身体骨骼的发育。2020年开始,幼儿园中大班段全面开展蹦床普及化教学,该项运动辐射至更多幼儿。同时,幼儿园鼓励家长积极参加全国蹦床亲子联赛活动,中大班有兴趣的家长们寒暑假将小蹦床带回家,利用空余时间和孩子一起进行蹦床运动,坚持每日练习打卡。

两年来,镇海区实验幼儿园蹦床团队参加全国蹦床锦标赛、浙江省青少年蹦床赛和镇海区大众蹦床比赛4次,收获了不少金牌。

2020年11月,镇海区被中国蹦床与技巧协会授予“国家蹦床运动实验区”称号,张和祥小学、澥浦中心学校和镇海区实验幼儿园被授予“全国大众蹦床体教融合实验学校(幼儿园)”称号。国家体操(蹦床)训练基地落户镇海,全区正精心打造“蹦床之乡”金名片。除了上述3所学校(幼儿园)之外,其他部分幼儿园、小学也开展了这项运动。

幼儿园阶段开始的训练为小学阶段的蹦床队打下了坚实基础。在今年7月份举行的2021年浙江省第六届青少年学生阳光体育运动会快乐体操比赛中,镇海区澥浦中心学校蹦床队斩获了“大众蹦床有氧操”和“大众蹦床四人同步”两枚金牌,谱写了在省赛中四年蝉联冠军的荣耀。

镇海区业余蹦床技巧运动学校则每年都会从幼儿园和小学中挑选苗子进行训练。作为全国唯一以蹦床命名的学校,镇海区业余蹦床技巧运动学校是浙江省高水平体育后备人才基地,也是名副其实的“冠军摇篮”。学校先后培养出黄瑞芬、邬海波、范心怡、曹云珠等世界级运动员,近40年来每年均在全国大赛上获得金牌,并连续多年在各类省级比赛中保持总分和金牌总数第一,学校输送的运动员多次获得青年奥运会、世界青年蹦床锦标赛、亚洲蹦床锦标赛、全国蹦床锦标赛等赛事金牌。

“我们校队的孩子,即便后来没有走上职业道路,经过几年训练,对身体素质各方面都有很好的提高,在其他运动上也表现得较为出色。”澥浦中心学校蹦床队教练陈丹告诉记者。

C

从幼儿园到高中的良性足球链条

将一项运动作为爱好练几年的学生很多,但能够一直坚持下去的还是少数。很多时候,小学时的运动特色,到了初中可能没了氛围,加上学习压力加大,家长和孩子往往会选择放弃。对鄞州区的孩子来说,如果从小喜欢足球,那可能是一件很幸运的事情,因为这里的学校,从幼儿园到高中,都拥有一个共同的足球特色。

张贤学是一名体育老师,也是鄞州区姜山镇中学的足球项目负责人,10年间,他见证了足球队从需要老师上门选苗子说服家长同意孩子来训练,到家长带着孩子来学校希望参加足球队等着被挑选的变化。

2011年,姜山镇中学与宁波体育运动学校合作建立宁波市青少年男子足球训练基地。此后学校成为全国首批校园足球特色学校、浙江省阳光体育后备人才训练基地、宁波市高水平训练基地。

宁波市青少年男子足球队的学员一部分来自姜山镇中学,另有一部分则由省内足球特长生构成,作为市队,他们参加体育系统的各类比赛。同时,学校校队又代表学校参加教育系统各类比赛,他们是浙江省内唯一一支连续参加了全部12届ZSFL浙江省中小学生校园足球联赛初中男子超级组总决赛的队伍,共获得冠军两次(2015年、2019年),亚军一次,季军三次。

张老师介绍,足球队的学生经过训练,特别优秀的走向了职业球员生涯,2019年6月,学校初三学生吕孙豪被阿根廷河床队签约;2021年5月,学校八年级王钰栋同学入选U16国家少年队并担任队长;2020届男女足球毕业生共有19名运动员,其中三名去了国内知名俱乐部深造。近十年来,从姜山镇中学走出的队员中,走职业球员道路的有16位。

更多运动员通过体育特长生路径走向普高,2020年毕业生中,二名输送到杭州学军中学,四名被姜山中学录取,六名去了宁波四中。也有的学生去了职高,成了鄞州职教中心、宁波职教中心等校队的组队班底。此后,这些同学又通过高水平运动队、单招单招等方式进入国内各高校。

优异的成绩归根于幼、小、中学的衔接和一直坚持走教体结合之路。除了姜山镇中学,姜山镇实验小学也是宁波市青少年男子足球训练基地,前者训练

的是甲组和乙组,后者训练的是丙组,区别在于年龄不同。在姜山镇实验小学,除了市队,校队的规模更大,年龄覆盖幼儿园中大班到小学六年级。除了市队、校队,学校还把足球普及到班级全员参训,形成具有区域影响力的“足球文化”。

姜山镇各校校园足球的发展,是鄞州区校园足球发展的一个缩影。2018年,鄞州区被教育部认定为“全国青少年校园足球试点区”,之后,全区优化管理机制、加大财政投资、加强队伍建设、完善普及水平、强化竞赛体系,构建起了可持续发展的校园足球生态。为了实现专业教学,2018年,鄞州区以人才引进方式引进了国字号中超球员姚震担任区教育局校园足球总指导,2019年,姚震带全区幼、小、初、高中、大学各级别的足球优秀教师成立了浙江省首个教育系统校园足球工作室,并对体育教师开展了足球专项培训。目前,全区学校足球教师中C级教练员15名、D级教练员49名、E级教练员和五人制L1教练员60余名。拥有全国青少年足球特色学校16所,浙江省青少年足球特色足球学校6所,省级以上足球特色幼儿园16所。



鄞州区校园足球工作室开展教师培训