

枯燥的训练怎么变有趣?学训矛盾如何解决? 十年体教融合 乒乓球在这里开花结果

6月29日下午,在鄞州区钟公庙中心小学体育馆二楼的乒乓球馆,40多名学生正在教练的指导下训练,高抛发球、反手推挡、正手攻球……一招一式,有板有眼,训练氛围浓厚。

这所学校还有另外一个牌子,宁波市青少年乒乓球训练基地。近十年,该校不仅培养了20余名国家级专业球员,还向宁波中学、兴宁中学、宁波外国语学校等校输送乒乓球特长生100余名。这背后,“体教融合”功不可没。

□现代金报 | 甬派
记者 钟婷婷 通讯员 孙兴祥



钟公庙中心小学乒乓球训练场馆。



学生以乒乓球为主题,捏制的轻黏土作品。

A 目之所及 处处充满乒乓球元素

在680平方米的乒乓球馆内,24张乒乓球桌一一铺开,可以同时容纳100多名球员打球。球馆里训练气氛热烈,球员们挥汗如雨。除了43名钟公庙中心小学的在校生,还有从这里毕业的初中生,以及从周边幼儿园选拔上来的小球员等。每天下午2点半到晚上7点,球员都可以在这里得到专业训练。

在体育馆一楼,还有一个同样规模大小的乒乓球馆,为学校四点钟课堂、拓展性课程提供练习场地。在学校的球馆、长廊、操场,目之所及总能找到一些乒乓球的元素。历届优秀球员展示墙、学校乒乓球荣誉墙、以乒乓球为主题的

美术作品……无处不在诉说乒乓球之于这所学校的特殊意义。

“在我们学校,基本上每个孩子都会打乒乓球。现在已经形成了班班有球队、人人会打乒乓球的运动氛围。只要有课外活动,乒乓球台前很快人就满了。”该校体艺主任余峰笑着说,即使是不打乒乓球,下课期间也总有学生将乒乓球拍握在手中,练一练,这已然成了学生课余生活里密不可分的一部分了。

2013年,钟公庙中心小学全面引入乒乓球教学,在选拔乒乓球竞技人才的同时,进行普及教育。学校根据学生各年龄段心理特点、身体素质敏感期、实战经验的差

异,把小学阶段乒乓球学训分为初级、中级、竞技三个阶段。每个学生从三年级开始都能在日常体育课中得到系统学习。同时,该校通过参加和承办各级乒乓竞赛,吸引和鼓舞师生以队员、裁判、志愿者、小记者、拉拉队等身份参与其中,提升乒乓球运动的普及度,享受运动,振奋精神,增添乐趣。

“我们还将乒乓球蕴藏的体育精神融入到学校德育课程中,开展乒乓球知识运动会,提炼体育史、体育赛事、经典案例,培养学生在运动中直面挫折、团结合作的品质,从而实现以球养性、以球启智、以球育德的教育目标。”学校副校长费明霞说。

B 趣味教学 让乒乓球训练不再枯燥

钟公庙中心小学历来重视乒乓教练员的培养和引进,引入乒乓球教学十年来,该校目前有专业教练员10余名,其中不乏国内外知名的教练。

汤志贤,国家级教练,曾任江苏省队、中国乒乓球学校主教练,曾带出许昕、陈玘等世界冠军、奥运冠军。何鑫荣,原国家青年队队员,浙江省省运会男子单打冠军,曾带出多名全国、省运会冠军,目前为钟公庙中心小学乒乓球主教练……

近年来,该校充分发挥乒乓球运动资源优势,邀请国际乒联终身名誉主席徐寅生、世界冠军

王皓、奥运冠军陈玘、世乒赛冠军曹臻等诸多乒乓大咖进校园,让同学们与乒乓球明星亲密接触。在明星效应的激发下,提升了学生们对乒乓球的认知程度,调动了学生参与乒乓球的积极性。

为培养学生对乒乓球的兴趣,整个教练团队没少下功夫。何鑫荣说:“乒乓球运动的基本要素为快、准、狠、转、变,其中每个要素对于刚接触乒乓球运动的来说都有一定的难度。于是,我们结合小学年龄段活泼好动的天性,在专业训练中加入一些趣味游戏,运用实物凝视训练和表象训练等注意力训练方法,有

效提升注意力的稳定性。”

在趣味训练环节,记者看到近十个球员绕着球桌团团转,轮流击球,输的球员会被淘汰。这个游戏就叫“团团转”。何鑫荣解释说,这种方式能提高团队协作能力、控球能力、反应能力。在另一侧训练区,球桌上摆放着一些小零食,球员们正在努力发球,玩“发球中目标”的游戏。而他们的目标就是桌面上的零食,只要击中,就可以得到零食,有点像民间游戏套圈。何鑫荣笑着说:“看似在玩,其实能增强教学的形象性和感染力,提升课堂教学效率。”

C 用“两条腿走路”解决学训矛盾

在体教融合的探索中,钟公庙中心小学坚持“两条腿走路”的模式。该校通过随班就学、错时学习等解决学训矛盾,保障文化教育。据了解,该校每个班级都会有两三个校队的球员,若因为参加比赛耽误了上课进度,任课老师都会利用课余时间为他们补课。全

校老师对此形成了良好的默契。

校长张易表示:“就成长轨迹看来,不是所有参与到竞训的孩子都有机会成为职业球员。体教融合就是为了让他们能够在成为一名优秀运动员的同时,能够得到优质教育。”

学校的理念也得到了学生家

长的广泛认可。采访时,记者碰到了目前在应麟书院读初一的崔锦澄前来训练。据了解,崔锦澄已累计夺得43个省级以上乒乓球比赛的金牌,而且成绩优秀。崔锦澄爸爸说:“小崔从幼儿园开始,就在钟公庙中心小学学球了,非常感谢学校、教育部门多年的培养。”

【专家点评】

乒乓球作为国球,蕴藏着丰厚的内涵。经过多年的发展,形成了各种技术、战术、规则、思想等。具体到学校体育的开展,体教融合的理念,为构建乒乓球全员普及、竞训培养找到根本的基点。

钟公庙中心小学是我市开展乒乓球运动的典范学校之一,10年来持续地推进乒乓球运动的开展,他们对乒乓球的价值进行系统的挖掘,运用课堂授课、学科融合、乒乓讲坛、办赛参赛等灵活的教学方式,完整地呈现体教融合视域下乒乓球运动的组织实施。在课题研究、编写校本课程方面也取得了骄人的成绩。

同时,我们也要清醒地认识到,思想观念、学训矛盾、人才输出渠道等依然是我们需要突破的重点,全员普及与竞技培养的模式依然有很长的路要走。希望更多的学校参与到这个项目中来,最终实现“练好球”“读好书”“做好人”的目标。

浙江省特级教师
鄞州区教育学院
小学体育教研员
张朝晖