

我的地盘我做主 我的课间我活动

——丹阳构建富有民间地方特色的阳光体育大课间活动

周竹生 张凤春

让广大青少年学生走向操场、走进大自然、走到阳光下,积极参加体育锻炼,丹阳市在实施阳光体育运动过程中变整齐划一的单调运动为形式多样的游戏娱乐活动,在活动上做足文章,充分体现活动的地域性、民间性、丰富性、游戏性、趣味性,孩子们在游戏情境中放飞心灵,锻炼身体,大课间活动成了他们开心的大舞台,阳光体育运动给他们带来了愉悦身心的阳光。



周竹生 摄

拾起散落的民间游戏瑰宝

在丹阳司徒镇这一千年古镇的中心小学,每当阳光体育大课间活动开始之后,校园里便会呈现出以往古镇在集市或者庙会上才能出现的杂耍把戏。有滚铁环的,有打地鼠的,有抖空竹的,有捉白果的,校园里每一块场区都有师生大课间活动的身影,孩子们在课间玩得有滋有味,满心欢喜。这里的24个班级,每一个班级都有适合的特色项目,这里的1100多名学生,每一个学生都有喜欢的游戏种类。

国家提倡开展阳光体育活动,江苏省提出每天一小时校园体育活动,如何落实这一要求?向学生呈现什么样的大课间活动大餐?司徒中心小学校长张合顺在研究思考。大课间活动要正常开展,要见到成效,不能光是千篇一律的规定动作,也不能尽是枯燥无味的跑跑跳跳,要合乎童心,体现趣味。张合顺校长和老师们想到了千年古镇司徒大地上散落的民间游戏瑰宝。

按照充满童趣、合乎童心、适合学生身心健康发展、符合阳光体育活动要求的原则,经过挖掘、筛选、整理、完善,司徒中心小学确定了跳房子、跳绳、踢毽子、打陀螺、滚铁环、抖空竹、进一步二、抓子等十余项具有民间趣味、地方特色的游戏项目,这些项目有的锻炼力量,有的锻炼耐力,有的锻炼技巧,有的考验智慧,非常适合小学生生活。跑、滚、掷、瞄,学生一招一式专注投入,欢声笑语,趣味盎然,享受着校园学习、活动的快乐。学生天性中的活泼、天真和好动在活动中得到尽情地展示和释放。给学生松绑,让自然流露,还学生自主,培养个性,提升素质,阳光体育的理念要求在大课间活动中得到落实和体现。

大课间民间游戏活动来自民间,源于地方,传承文化,玩转游戏,放飞童心,快乐健身,这一集传统性、地方性、传承性、游戏性、全民性、独特性于一体的民间游戏老行当一旦被植入阳光体育大课间活动之中,便受到学校师生喜爱,得到学生家长欢迎,赢得当地群众赞赏。日益圆熟精湛的民间游戏大课间俨然成了千年司徒古镇民间文化传扬的庙会打擂台、大戏台。

同样是千年古镇丹阳访仙镇,这里的孩子体会的是威风锣鼓的雄伟和翩翩起舞的曼妙。访仙中心小学大课间活动主推腰鼓和现代舞,体现了传统和现代的衔接。学校一方面整理挖掘民间的腰鼓,加以科学编排,在学生中大面积推广,成为本校大课间特色。腰鼓活动中学生动作划一,鼓点整齐,彩带飘飘,气势恢弘,增强了学生体育健身的意识;而伴随着优美旋律的校园舞使学生们翩翩起舞,舒展身姿,在活泼欢快中享受着体育活动的灿烂阳光。

一校一特色,百校百景观

丹阳各级各类学校阳光体育大课间因地制宜,在个性体现中张扬特色。蒋墅中心小学按照阳光体育普及化,阳光体育特色化要求,不断丰富体育活动,增强学生体质,打造体育文化,促进广大学生健康成长。

蒋墅中心小学有计划地开展具有学校特色的阳光体育活动——“8+1”体育活动,要求每个学生在小学六年中掌握八项体育活动的基本技能,具体为:一年级跳绳、小篮球;二年级踢毽、沙包投递;三年级板羽球;四年级乒乓球;五年级篮球;六年级排球。“1”即艺术类,学生参加的美术、音乐社团活动。学校每天开展阳光长跑,上午第一节课后25分钟大课间开展阳光体育长跑活动,具体标准为低年级500—800米,中年级800—1000米,高年级1000—1500米,通过常年坚持长跑,不断增强学生的体质。

学校每年4月份举行学校体育节,通过开展田径运动会、亲子运动会、学生体育技能大比武等活动,不断营造浓厚的学生体育文化,增强学生自觉进行体育锻炼的意识,养成良好的体育锻炼习惯。

为使阳光体育活动落到实处,学校一是大力加强体育教师和班主任教师的培训,提高指导开展阳光体育活动的技能,建立各项管理制度,加大考评力度,确保学生每天锻炼一小时阳光体育活动落实到位。二是以全面实施《学生体质健康标准》为基础,建立和完善《学生体质健康标准》测试结果记录体系,测试成绩记入学生成长档案,并把学生的体质健康标准纳入学生的评优内容,实行一票否决制。

阳光体育运动大课间的开展使蒋墅中心小学学生体能素质普遍提高。开展阳光体育活动之前,学校在全市中小学田径运动会上只得到9分,开展之后的第二年,得分达到了68分,取得了全市中小学田径运动会小学组团体第四名的好成绩。在丹阳市中小学生篮球比赛中,该校女子篮球队获得了小学女子组第二

名的好成绩。

在活动中锻炼,在普及中提高。大课间大舞台催生了一批民间游戏活动的达人,铸就了一批著名的体育传统项目品牌学校。在阳光体育大课间活动中,一批民间游戏能手、高手涌现,享受着校园内星光大道上的赞许和奖赏。一些当地的老百姓和家长看到老一辈玩转的游戏在如今的小孩子身上得到了传承,喜笑颜开,十分欣慰。一些外地学生也带来了他们当地的游戏,丰富了课余游戏活动的内容。一大批外地的学生爱上了本地的民间游戏,融入了当地学生之中,成了地地道道的丹阳人。

丹阳云林中心小学和中学因陋就简,引导学生开展喜闻乐见的花毽活动,不仅有效地增强了学生的体质,而且丰富了他们的课余时间,激发了他们不断进取、顽强拼搏的精神。云林中心小学花毽队十六次代表江苏省参加全国花毽邀请赛,共获得第一名二十多次,第二名三十多次,连续三次参加四年一届的全国农运会,荣获一枚金牌、两枚银牌、三枚铜牌。

小小花毽踢进了全国农运会的赛事,小小足球也踢进了全国中学生运动会的赛事。丹阳六中女足两次荣获江苏省中学生运动会冠军、三次获得全国中学生女子足球总决赛冠军。“镇江市体育传统项目学校”河阳学校倡导“以球健体、以球益智、以球陶情、以球促劳”的足球理念,八次获得镇江市冠军。自此丹阳市“青少年足球之乡”的美名四处传扬。丹阳后巷实验学校依托丹阳篮球之乡的优势,普及小篮球活动,学校小篮球获江苏省男子小篮球冠军4次,亚军6次,6次前六名。

“阳光体育运动大课间活动并不是纯粹培育体育竞赛项目的种子选手,更重要的是在每一个学生心中播种下‘我运动,我健康,我快乐,我成长’的种子。”丹阳市教育局局长韦立忠三番五次地对全市的校长园长说。



每名學生獲得了運動紅利

阳光体育大课间活动扎实开展给丹阳的每一名青少年学生带来了运动红利,得益的是每一名学生。丹阳分管全市教育工作的马宇凯副局长报出了这样一组数字:

前不久丹阳对全市33所初中二年级男生1000米、立定跳远、掷实心球三项测试,女生800米、立定跳远、掷实心球三项测试,测试结果表明,男生平均分、女生平均分、总平均分分别比上年提高3.48分、6.95分、5.22分。

小学的测试同样让人欣慰。丹阳对全市35所小学五年级男女学生400米、立定跳远、仰卧起坐三项测试,测试结果表明,男生平均分、女生平均分、总平均分分别比上年提高6.36分、5.63分、6.03分。

数字是枯燥的,而活动的场景是丰富多彩的。在河阳学校,一人一只小足球,在后巷实验学校,一人一只小篮球,在云林中心小学,一人一只小花毽,在访仙中心小学,一人一只小腰鼓,就连正则幼儿园的小朋友也人手一只小鼓。各种球毽绳圈棍棒类体育器材就和书包一样,与同学们形影不离,成为最好的玩伴,大课间时间一到,孩子们便会不约而同地操练起来,起舞弄倩影,挥棒耍把式,球不离足,棍不离手,日积月累,参加阳光体育大课间的孩子们个个都有三招两式。

“传承地方民间游戏,创建阳光体育特色”,像司徒中心小学那样“让传统不失传,让童心乐飞扬”的学校在丹阳不乏其校。我的地盘我做主,我的课间我活动。下一步丹阳市阳光体育大课间活动将进一步吸收民间游戏体育的精华,使民间体育艺术、民族精神得到传承和发扬光大,使以民间游戏为主要内容的阳光体育大课间活动更丰富、更有趣、更精彩,使广大学生在民间游戏文化大餐的滋养下茁壮成长。