

为观众呈现一场网球文化“视觉盛宴”

“中国网球历史文化巡展”在河北体育馆盛大启幕



■参加活动的人员合影。 王迪 摄

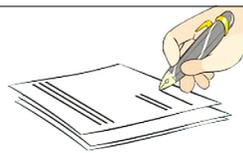
本报讯(实习记者 王迪)10月21日上午,“中国网球历史文化巡展(石家庄站)”路演活动在河北体育馆拉开帷幕,吸引了50余名网球爱好者参与,为观众呈现了一场网球文化的视觉盛宴。

活动现场气氛热烈,大家以球会友,潇洒挥拍,风采无限。参与者纷纷表示,在这次活动中提升了对网球历史、文化、精神的认识和了解,也更加热爱这项运动。如今,越来越多的人成为了网球爱好者,各类精彩网球赛事也魅力无限,河北

体育馆网球馆作为拥有专业设备的训练基地为网球运动的发展提供了坚实的基础,在这里,无论是业余选手还是运动员,都能享受专业的场地和先进的设备,充分地感受网球带来的快乐。

本次中国网球历史文化巡展活动旨在挖掘体育文化力量,加强网球思想文化引领,深入挖掘网球文化特质和内涵,打造高质量网球文化精品工程,还将丰富中国网球历史文化内涵,助力中国网球历史文化建设,助力中国体育强国梦的实现。

获奖作品选登 >>>



做一名幸福快乐的体育教师

在奔跑中欢笑,在摔打中成长。在烈日下挥汗,在风雨中呼喊。
对自己说坚持,对同伴说再来。我们要敢于赢,我们也不怕输。

2009年毕业后,我考入北戴河区体育教师的行列。回想第一次站在学生面前的我,既激动又紧张,是孩子们天真的笑脸、热情的问候、期盼的眼神,帮助我融入到了体育教学之中。14年来,我和孩子们一起跑步、一起做操、一起游戏、一起训练,也逐渐被孩子们所信任、喜欢和需要,做体育教师的感受真的很快乐、很满足、很幸福。

在体育教学中,创新课堂教学思路及教学方法是我一直坚持的目标。为了提高一、二年级学生开学初迅速找到自己位置,我设计了“水果蹲”游戏,给每一个队命名一种水果,既方便孩子记忆,又提高学习兴趣。从此以后,学生总能迅速找到自己的位置。多元化的体育教育方式,还体现在情境教学、团队合作教育、探究交流教学、举行PK赛等等,在五、六年级教学中,我通过组织拔河比赛,对学生的身体素质进行培养,并在比赛中让他们进行彼此探讨战术、互相交流心得,使学生形成合作意识,再让他们互相点评、自我点评来锻炼他们的口语表达能力。除此之外,我还在教学中融入了多媒体技术,在进行足篮排、武术等运动教学时,通过多媒体的方式展现出来,让学生最直观的学习规范的动作及正确运动的步骤和流程,并将运动中的细节展现给学生,达到高效体育课堂。多年来,我一直坚持创新,曾多次在省、市、区执教评比课、观摩课、示范课,参加各级体育基本功比赛,并取得优异成绩。

针对体育课上小胖墩们不肯动,不爱动也跑不动这一现状,我努力加强教育科研能力发展,从提高他们的积极性入手,成立“减肥训练营”校本课程,让他们在课堂上动起来,跑起来,渐渐的小胖墩们肯动了,能跑了,能跑得远了。我还随时关注孩子们的身体变化,每月给他们称量身高体重,计算BMI值,制定科学合理的饮食计划,看着自己身体健康指数越来越好,他们特别开心,我更高兴。第二年我又申报了研究课题《有效改善农村小学生肥胖现状及其干预方法的实践研究》,用科研带动教学。在团队的支持下,我在实践中探索,在探索中思考,在思考中成长,努力成为最好的自己。

为增加体育大课间的艺术性、趣味性和体育性,我和团队给其又进行了新的设计和调整。最后选定了五个部分内容:集体入场、广播体操、自编武术少年拳、自主活动,最后放松操。其中分组入场既有艺术性的体现,也是对学生音乐意识和节奏感的培养;在武术少年拳部分,设计了学生一边齐读《弟子规——少年中国说》,一边齐做少年拳的内容,孩子们打拳打的虎虎生威,场面震撼;自主活动由绳梯及足球两个部分组成,根据不同水平段的学生生理心理差异,我们设计了不同的脚下练习方法。既培养了学生协调性、灵敏性,也改变了以往做操时千人一面的场景。整套大课间活动不仅达到了运动要求,而且学生的团队合作、组织协调能力以及沟通配合能力均得到了培养,受到了全校师生及家长领导的一致好评。

人们常说:“一份耕耘,一份收获”,面对着学校领导的信任与寄托,14年来,我能够长期带领学生坚持业余训练,并做到训练有计划、阶段有测验、测验有记录、记录有总结。遇到什么问题找同事、同学、向前辈虚心讨教,再不懂,跑书店,查网络,一个动作一个动作地纠正,功夫不负有心人,学生的成绩有了进步,我也有信心了。技术方面解决了还要解决心理问题,孩子们比赛前心理胆怯,怕输,我就一遍遍告诉他们,你们可以的!你们是最棒的!相信自己!我们能赢!即使输也不怕,只要我们全力以赴!终于在区运会上,我的队员们一个个敢打敢拼。张文文同学1500米刚出发,鞋子就被踩掉一只,就在大家觉得她要放弃时,她的眼神异常坚定向我点点头,我知道她在告诉我她可以,慢慢地,她适应了没穿跑鞋的感觉,最后冲刺阶段还超过了两名运动员冲到了第三名,全区的领导老师及运动员集体起立为她的体育精神鼓掌,掌声经久不衰。完赛后我问她,鞋子掉了后她怎么想的,她回答的很简单:老师,我什么都没来得及想,我就想着你告诉过我们,不能轻易放弃,当时我已经泪流满面。带过了一届又一届的学生,这样的例子太多太多了。能够得到学生的喜欢,同行的认可,领导的肯定,我感到的是——幸福。幸福是一种感觉、是一种体验,更是对教育人生的美好憧憬。

一棵树摇动另一棵树,一朵云推动另一朵云,一个灵魂唤醒另一个灵魂。幸福从未离开过我身边,我幸福又快乐,因为我一直从事着我热爱的体育教育事业。

(作者:刘珊珊)

图片新闻 >>>



本报讯(实习记者 王迪)10月21日,在第十一个“老年节”来临之际,2023年“九九重阳”全民健身主题活动石家庄市老年人广场舞比赛在石家庄市高新区天山海世界广场成功举办。此次活动充分展示了广场舞爱好者优美的舞姿,让更多人领略了广场舞的魅力,进一步推动了全民健身运动的开展,丰富了群众的体育文化生活。