

孩子能更积极完成国恒退运动作业

内容导航：

2021-11-08

04:43:045B0E8a7gzSF5243xLBHDb025gd9lP2iWfC69rdgst园城大立科技

股票600624

科创板股票代码

“双减”政策实施后，在一定程度上缓解了学生们过重的作业负担和校外培训负担。同时，孩子们空出了大把时间，参加一些校内、校外体育实践活动，体育锻炼的积极性明显提高。体育活动渐渐成为学校提供的课后服务的一项重要内容。学生们用在体育锻炼上的时间变多了，体育老师们也比过去更忙了。

园内体育运动花样越来越多

300105股票跑步、拔河、接力赛、足球联赛、篮球比赛.....近日，江岸各中小学校正纷纷结合自身体育特色开展校园运动会，让学生尽情享受运动带来的乐趣。

武汉市育才汉口小学运动会

000505股票

武汉市育才汉口小学同学们在操场上开展体育活动

据了解，“双减”政策实施后，不少学校将体育运动纳入课后服务项目中，利用托管服务的时间，开展各项体育运动。如在武汉市育才汉口小学，学生们可以选的运动类课程有篮球、足球、田径、街舞。育才汉口小学体育组组长王莹老师介绍，学校现有2个标准篮球场、1个足球场，7名体育老师，每周的课后服务时间，体育组的老师们两两一组，实行轮班。

股票601989

武汉市育才汉口小学课后服务时间，孩子们在操场上踢足球

球场上的守门员

002208

作为全国篮球特色校和全国足球特色校，该校在课后服务时段，篮球和足球项目一经推出，一百六十多个名额很快被抢完。“小学阶段孩子们的学习压力相对来说不大，文体类的项目更受家长欢迎，都希望孩子能积极参加体育运动锻炼身体。当时光篮球和足球两个项目就有三百多个孩子报名。”

武汉市育才汉口小学，课后服务时间孩子们在打篮球

远兴能源股票

学生们在篮球场上挥汗如雨

而除了传统的体育项目外，越来越多的学校早已不满足于传统单一的体育竞技，而是引入越来越多的运动项目类型，还将体育运动“玩”出了花样，以此激发学生们对体育运动的兴趣，引导更多孩子们参与运动。

300034股票

江岸区沈阳路小学击剑课程老师讲授基础动作

在江岸区沈阳路小学，学校每年夏季，四五年级开展一个月的游泳课。同时，学校还将国际跳棋、击剑纳入一二年级课时计划，每周上一节课。该校三（12）班的向子忻同学就是一个“击剑迷”，每天完成学习任务之后，她都要坚持去剑馆参加花剑专业班训练。“击剑是一项优雅的竞技运动，被称为格斗中的芭蕾。虽然平时训练很苦很累，但我乐在其中。因为击剑运动有很多好处，可以锻炼身体，磨练意志，开发智力，促进德智体全面发展。比赛中我的最大感受是，胜不骄败不馁。输了，抹干眼泪，刻苦训练，争取下次赢回来。赢了，不嘚瑟，不骄傲，用更高的标准要求自己。”向子忻说。

601958股票

北海港股票

江岸区沈阳路小学学生参与击剑比赛

击剑比赛现场

武术操、篮球操、改编街舞、原创排舞……在武汉市育才汉口小学，体育组的老师们为了让运动不枯燥，每学期还会编排新的健身操。“每学期跳的操不一样可以给孩子们带来新鲜感，增加趣味性，601118股票可以调动大家更积极地动起来。”王莹说。

体育家庭作业受学生家长欢迎

今年5月，教育部等15部门联合印发了《儿童青少年近视防控光明行动工作方案（2021-2025年）》（以下简称《光明行动》）。《光明行动》指出，要建立完善全国儿童青少年体育活动体系，指导各地采用多种形式和途径开展儿童青少年健身科普工作，吸引更多儿童青少年到户外参加体育活动。

在此背景下，江岸不少中小学校也开始尝试布置体育家庭作业，引导家长营造良好的家庭体育运动氛围。武汉市育才汉口小学的唐文婷老师，就在学校率先发起了布置体育家庭作业活动。

金信诺股票

班级群的打卡视频

作为二（2）班副班主任的唐文婷，也是一名体育老师，这学期每周周末她都要收到来自班上几十个孩子的跳绳视频作业。在——查看完视频后，唐文婷还会针对每个学生的动作进行指导，并不断鼓励孩子和家长继续坚持。

家长帮孩子在APP上运动打卡

“每周末，孩子们只需要在其中一天抽出一点时间跳绳，跳绳过程中家长帮忙录视频打卡，或是利用管理运动的APP上打卡。”唐文婷说，体育家庭作业布置后，孩子和家长们都很积极，虽然硬性要求只有跳绳，但有的孩子不仅完成了跳绳，还自己主动练了高抬腿、开合跳、深蹲等项目，还有的家长和孩子一起运动完成打卡，互相监督。

在坚持打卡快两个月后，家长们也看到了孩子的变化。该校二（2）班冯崇育的妈妈说，孩子刚开始跳绳只会一个一个地跳，经过坚持训练后，现在已经会连跳好几个。“我们家长都挺支持体育家庭作业的，在老师的督促下，孩子能更积极完成运动作业。我们也能在陪孩子运动的过程中更了解孩子的体质状况，增进亲子关系。”

“运动不一定需要很大的场地，在家里其实有很多运动可以做。比如仰卧起坐、俯卧撑、踢毽子、开合跳、波比跳等等。”唐文婷说，家长除了培养孩子的运动习惯，还可以让孩子做一些家务劳动，比如，整理房间，打扫卫生等等。“让孩子们做这些力所能及的事情也能培养运动习惯，很多家庭里家长都包办了所有家务，孩子没有机会动手，导致养成了他们久坐不动的习惯，这样不仅不利于身体健康，也不利于‘体育作业’的完成。”

来源 | 极目新闻

请给大江金岸打上星标 不错过每一次推送 ▼

2015年11月16日

2013年4月25日

核电上市公司小游戏天空

反恐

危险的火柴人疯狂吊车

合成大西瓜游戏在线玩

宠物小游戏大全znWFW6kwoNI9W9Oq23999F0LotEBnC48hOT33B2sn7sCYX12h25mt3qoadRLI5GXNUwA1gCpOT3D353gnwJozP1

600158股票 汉森制药股票 创业板退市规则 601515股票 600868 个股分析
天通股份股票行情 601028 宝莱特300246 600647 002038股票