

# 体育周刊

一校一品

## 小学篮球场上开出排球之“花”

科教新报全媒体记者 曾玺凡 通讯员 尹秀文

在洞口县竹市镇中心小学的篮球场上,几道白线围出了一方排球天地。2024年,排球这项运动如同一颗种子,被播撒进这片以留守儿童为主的校园。不到两年时间,它不仅在此生根发芽,更以其独特的力量,悄然改变着师生的精神面貌,讲述着一个关于陪伴、坚韧与成长的温暖故事。

排球能在这里落地,源于对孩子们真切需求的回应。据了解,学校超过百分之八十的学生是留守儿童,课余缺乏有效陪伴。而对抗适中、讲究团队的排球运动,无需昂贵装备,恰好能以团队协作填补情感空白,成为课后服务的优质选择。

硬件虽简,心气却高。学校利用两片标准篮球场,创新采用一场两用、划分区域的方式,开辟出训练空间,同时配齐了排球架和适配低龄学生的软式排球,搭起了简陋却坚实的赛场。

为解决课后活动时间的场地使用矛盾,教练团队与体育组共同制定了错峰训练与区域划分的方案,巧妙化解矛盾,也培养了学生的规则意识。

师资是另一道难关。主教练



李潇并非专业出身,他利用周末埋头学习理论,笔记写满一本又一本,还根据农村孩子特点改变训练方法;副教练肖天祥则发挥体能训练专长,设计趣味训练方案。他们边学边教,与队伍共成长。

起初,部分家长担忧打球会影响学习或造成受伤,班主任便与教练主动沟通,并建立训练学习双跟踪机制。当孩子们性格日益开朗、成绩稳步提升时,家长的顾虑逐渐化为支持,甚至有人主动参与球场后勤工作。

汗水浇灌出花朵。2025年下学期,这支从零起步的乡村队伍,首次站上了洞口县中小学排球比

赛的赛场。面对经验丰富的对手,队员们毫无惧色。主力队员、六年级(5)班的米婷意外崴脚后,六年级(1)班的杨紫瑶替补上场顶住压力,完成了数次关键垫球。

最终,队伍夺得女子组第三名。成绩之外,那份球不落地、永不言弃的信念,赢得了广泛尊重。这场逆袭,是农村孩子用坚持打破偏见的生动证明。

从填补课余空白的初心,到县级赛场的铿锵回响,竹市镇中心小学的排球之路,是一场温暖的双向奔赴。如今,排球课已覆盖该校所有年级,也成为了课后服务最受欢迎的社团之一。

### 体教一线

### 让绿茵场听见每一个孩子的笑声

芷江侗族自治县河西小学 张伟林

学期初的足球课,总是一片令人忧心的景象。标准足球场上,一个孤独的足球被三个精力旺盛的男孩追逐着。而在场地的边缘,更多孩子成了无奈的“观众”——有的蹲在地上拨弄草叶,有的三三两两闲聊,目光却不时飘向那个他们觉得自己无法融入的球场。

在那些游离的目光中,我特别注意到了小哲。这个瘦弱的男孩总是站在边线外一两米远的地方,目光紧紧追随着足球的轨迹,脚下却像生了根。“小哲,不喜欢踢球吗?”我问道。他低着头说:“喜欢的……但我跑得慢,怕拖累大家。到时候球丢了,大家会怪我。”

这句话点醒了我:足球课不应只是少数人的舞台。我特地将球场微缩为20×15米的“游戏空间”,用标志桶划定清晰边界,空间压缩后,每个孩子的参与频率显著增加。令我印象深刻的是,在一次混战中,小哲终于主动迎球,成功将球挡出边线。听到队友的欢呼,他脸上第一次绽放出自信的光芒。

接着是分组方式的改革,我将不同能力的孩子混合编队。意外的是,小哲被推选为防守指挥官。这个身份点燃了他内心从未被察觉的火花,他开始挥舞着手臂,大声地提醒队友,声音从一开始的迟疑,变得越来越响亮、坚定。

规则也需要变化。我们摒弃复杂条文,代之以三条“黄金法则”:不伤害别人,不伤害自己,尊重裁判。我们甚至玩起了“犯规模仿秀”,孩子们在笑声中明白了,为什么不能背后推人。

这场实践让我深刻认识到:教育的艺术在于创造包容的成长空间。当我们简化规则、缩小场地、重建团队时,每个孩子都能找到自己的位置。

### 教体资讯

## 2025年湘江新区中小学“三大球”联赛闭幕

12月11日,2025年湖南湘江新区中小学班级“三大球”联赛闭幕式在麓山国际洋湖实验学校举行。作为落实湖南省教育厅等部门《关于全面加强中小学生全员文体活动的意见》的重要举措,该联赛于9月至11月期间举办,覆盖了全区所有中小学,旨在普及“三大球”运动技能,丰富校园体育文化生活,促进学生身心全面发展。

经过激烈角逐,共有117支代表队分获各组别前八名。湖南湘江新区宣传部部务会成员、岳

麓区文旅体局局长李玲艳在致闭幕词时表示,本次联赛有效营造了“人人都参与、班班有队伍、周周有比赛”的校园体育氛围。湖南湘江新区教育局党组成员、副局长雷云飞宣布本届联赛闭幕。

本次“三大球”联赛的成功举办,为全区中小學生提供了展示体育技能、锻炼意志品质的广阔平台,进一步推动了“三大球”运动在校园的普及与发展,为培养全面发展的人才奠定了坚实基础。

【来源:湖南湘江新区教育局官微】

## 沅江市共华镇中心小学:拾趣传统 跃动童年

本报讯(通讯员 孔迎)近日,沅江市共华镇中心小学的操场上笑声不断,一场名为“拾趣传统 跃动童年”的趣味运动会在这里举行。与寻常运动会不同,这场赛事以传统游戏为核心项目,将“抬花轿”“赶猪”“三人两足”等几代人共同的童年记忆,化作一场别开生面的“非遗体育课”。

赛场上,欢呼声、呐喊声此起彼伏。“花轿起,步步高!”在“抬花轿”项目区,两名学生用双手交叠成“轿座”,一名学生稳稳坐在上面,三人协同穿越障碍赛道。“抬花轿”看似简单,其实需要三个人高度默契。”体育老师姚日东边指导学生边说,“我们借此向孩子们讲解传统礼仪,也让他们体会‘同舟共济’的团队精神。”

本报讯(记者 胡昊)近日,由省体育局主办、省跆拳道运动协会、衡阳市文化旅游广电体育局、衡阳市全民健身服务中心承办的2025年湖南省跆拳道一级社会体育指导员培训班在衡阳开班。88名来自全省各地的跆拳道行业骨干、高校师生及基层教练员齐聚一堂,淬炼专业本领。

本次培训师阵容汇聚了行业专家力量:国际级裁判、中国跆拳道协会培训师黄晓,湖南体育职业学院教师唐晓敏,以及世界冠军朱宇祥等。4位讲师分别从思政引领、理论深度、教学实操、技术示范等维度,为学员量身定制课程体系。

来自怀化宏奥武道的教练张启武表示,他从事基层教学十年,一直困扰于青少年动作规范指导的难点问题,“唐晓敏老师讲解的技术示范技巧和易错点纠正方法,全是能直接用到课堂上的干货,解决了我多年的教学困惑。”

## 全省跆拳道指导员培训班开班

顶配师资+世界冠军授课