

“拳风”吹进校园 “高手”随处可见

武术火热走进中山中小学,学子们习武蔚然成风

走出世界武术冠军、亚洲青年南拳冠军、全国武术冠军等,28年武术教学覆盖50000多名学子……中山中小学校园习武蔚然成风。目前,中山已经拥有省级武术传统学校3所、市体育传统特色学校17所、省级武术进校园试点学校7所。专业武术队、全覆盖大课间武术操运动、430课后服务武术学习等,正在中山校园“武”动。

教练面授机宜。

开展武术教育28年 走出世界冠军

“预备,走!”“眼睛看前方,手臂伸直!”近日,在南头镇民安小学尚武馆里,武术套路教练苗华林正在为70多名武术队的学生,开展日常训练。

只见学生们做出飞脚击响的动作,在高位弹踢的同时,前伸手臂,以手掌拍击脚背,发出利落的脆响。随后,现场学生们,还做出了头顶空翻、侧手翻等动作,上下翻飞中,如同一个个“武林高手”闪现,让人惊叹。

记者了解到,民安小学开展“武术进校园”行动已有28年,武术教育覆盖近50000名学生,其中武术队学子700多名。武术队多次获得省市武术比赛团体冠军,获得国际比赛金牌52枚,培养出了世界武术冠军吴毅懿、全国散打冠军胡桥峰、全国学生运动会第一名曹辉

泽,以及广东省冠军潘世昌、苗玉、蒲康、岑潮枝、梁凯予等。

放学后,东区水云轩小学的体育馆内,校武术队的少年们正训练得如火如荼,伴随着每一个动作喊出的“嘿、哈”声势如虹。武术不仅成为体育教学的基础课程,同时也是大课间操、学生课外体育活动、业余体育训练和锻炼的重要内容;学校充分利用大课间开展丰富多彩的阳光体育活动,让武术进校园渗透到课间操,连续改版多次、全校学生共练课间武术套路。

学校先后创编了武术自编操,太极扇操和武术室内操,还编辑了《水云轩小学学生武德训》在日常教学中全校推广,在青少年中开展武德、武艺、武礼教育,积极营造校园武术文化氛围。

“武”动大课间 武术成学生每天运动标配

5月11日上午9点25分,中山市香山小学的操场上,35个班的1500多名同学们,在铿锵有力的口号声中“出拳”。抱拳、冲拳、亮掌、弓步架打、仆步亮掌……学子们每招每式虎虎生风,气势如虹,场面十分震撼。这样的场景,在每天上午、下午的大课间锻炼时间里,都会在香山小学内上演。

记者了解到,香山小学从2021年建校起就开展“武术进校园”行动,目前武术教学已经覆盖近2000名学子。今年,学校入选了2023-2025年度广东省武术进校园试点学校。

5月13日上午8时30分,南朗街道榄边小学的武术社团正在操场上秀出十八般武艺。历经11年的积累沉淀与创新发

展,武术特色教育已成为榄边小学一张靓丽的名片。2021年,榄边小学被评为“中山市体育传统特色(武术)学校”。

“将武术这一传统体育项目融入校园文化,首先要让所有孩子们都了解武术,接触武术。”是中山市石岐中心小学老师们戮力同心开发校本课程《红棉武术操》的初衷。

随着红棉武术操在校内的推广,学校掀起了一股“武术热”。

学校还广纳人才,招聘武术社团教练,按年级吸纳对武术有兴趣的学生,共开设6个武术社团,并从中选拔优秀学生参加校队,提高竞技水平。同时,招聘专业武术教练,提高训练的专业性。

“武术进校园”推进 呈现多个层次

目前,中山市“武术进校园”总体开展情况如何?有什么特色?市教体局体卫艺科科长戴淼元介绍,目前,中山市“武术进校园”工作,主要从多个方面进行开展。

“首先是建设武术特色学校,起到示范引领作用,同时建设高水平办队学校和初中示范校,培养武术尖子后备人才。”戴淼元

表示,此外,在校园里大力推进民族体育传统项目,不限于武术,还包括舞龙舞狮等,只要能锻炼身体,促进身心健康,提升精气神的,就积极进行推广。

同时,中山市还大力引进430课后服务武术师资,开设武术社团,让更多有兴趣的孩子能够学习到武术。

据悉,在武术特色学校建

设方面,中山市现有省级武术传统学校3所,分别是东区水云轩小学、南头镇民安小学、三乡镇载德小学。

2023年12月,中山市古镇镇学校、板芙镇深湾小学、南头民安小学、东区香山小学、古镇镇曹二小学、古镇镇海二小学、三乡镇载德小学七所学校,获批为省级武术进校园试点学校。

武术展示大课间活动 覆盖学生30000多人

除了专业人才输送,近年来,在“武术进校园”的武术教育普及方面,市教体局结合“天天动起来”,在大课间体育活动中,开展武术展示大课间活动,目前已经覆盖学生30000多人。

记者了解到,自2020年以来,市教体局围绕“五育并举”,经三年探索,出台《中山市中小

方案》,形成全国首创、体系成熟的“天天动起来”学生锻炼模式,覆盖全市约70万中小幼学生。

“天天动起来”实施方案要求,各中小学要规范合理利用课间碎片化时间,每天统一安排25-30分钟的大课间体育活动,在没有体育课的当天,必须组织学生进行40分钟体育锻炼,保证每天校内校外各一小

时体育活动。

此外,在430课后服务方面,本学期的,中山市开设武术课程的学校共有55所,其中开设校内课程的25所,开设校外课程的30所,校外机构服务老师18人,参与学生约1400人。此举大大激发学生们学习武术的兴趣和热情,使武术进校园得到更大力度的普及。

统筹:本报记者 王帆

采写:本报记者 王帆 闫莹莹 杨健 见习记者 赖彤瑶 通讯员 黄建喜 何玲玉 梁耀洋

摄影:本报记者 缪晓剑 文波 见习记者 罗杨鸿

刻苦操练武术,学子英姿飒爽。