

一套冰雪操

这里的大课间“燃起”冬奥节奏

新华社记者 杨帆

体育老师杨珊珊走在千余人的队伍前，认真查看同学们冰雪运动操动作，把需要纠正的细节记录下来。这个12月，杨珊珊所在的河北省唐山市路北区凤凰中学大课间活动变样了，冰雪运动操成了最受同学们欢迎的项目。

“我们在12月15日启动了冰雪运动操的教学工作，在全校范围内普及。”作为学校负责操舞类的体育教师，杨珊珊接到任务后，最快速度精心备课，利用课余时间将数名学生代表教会后，再利用大课间向全校学生教授。这套冰雪运动操时长3分22秒，包含了速

滑、短道速滑、花样滑冰、越野滑雪、单板滑雪、跳台滑雪等6个冰雪运动项目的基础动作。“动作相对简单易做，很受同学们欢迎，大部分孩子只用了4个大课间就完全掌握了。”杨珊珊说。

赵悦铭伟正读九年级，从小就喜欢滑冰，现在还是校园陆地冰壶队的队员。“虽然看上去挺简单，但需要注意的细节也不少。为了把每一处动作做到位，我每天回家把自己的动作进行录像，然后对比纠正。”她说。

凤凰中学校长陈松林告诉记者，过去学校的大课间以秋冬季的跑步和春夏季的自编校操为主。“跑步能提高体能，练操能锻炼孩子的团队意识和身体协调性。”他说，“随着冬奥临近，全社会冰雪运动氛围愈发

浓郁，学校也开始将冰雪操项目引入大课间活动，为学生们营造更多与冰雪运动相关的内容。”

唐山市路北区教育局中教科科长侯书生介绍，此次推广的冰雪操，是河北省为推广冰雪运动而专门编排创作向各地中小学进行推广的。“把滑冰滑雪的基础动作与欢快明朗的音乐节奏相搭配，可以让学生们了解冰雪运动项目常识，还可以有效训练体能。”他说。

对于八年级的王一诺来说，有关冰雪的记忆总是快乐的一一他从八岁开始学习滑雪，每年最盼望的就是雪季到来。“冰雪给我带来很多乐趣，滑雪、堆雪人、打雪仗，和老师同学在雪天的操场奔跑嬉闹。”王一

诺说，冰雪操的某些动作会让自己想起滑雪的动作，两者能够很自然地融汇在一起。

唐山市教育局局长史林友介绍，目前唐山拥有全国青少年校园冰雪运动特色学校11所，冬奥会和冬残奥会教育示范学校29所，2021年，唐山全市中小学生参与冰雪运动人数达100余万人。

“在冬奥会前的黄金期里，不少学校成立了冰壶、轮滑等冰雪项目社团，组建冰球、滑轮等冰雪运动队，加大体育教师冰雪运动培训。”史林友说，“冰雪文化高效普及、冰雪人才靶向培养、冰雪场馆多点开花、冰雪运动全面发展，唐山的冰雪校园建设正在形成新的格局。”

新华社石家庄12月30日电

CBA第二阶段:辽宁本钢胜福建浔兴股份



12月30日，辽宁本钢队球员莫兰德(右)在比赛中上篮。当日，在吉林长春进行的2021-2022赛季中国男子篮球职业联赛(CBA)第二阶段第16轮比赛中，辽宁本钢队以128比109战胜福建浔兴股份队。

新华社记者 张楠 摄

冬奥组委举行市场开发物流注册主题新闻发布会



12月30日，北京冬奥组委市场开发部部长朴学东(右)在发布会上展示冬奥运动器材纪念徽章套装。

当日，北京冬奥组委在首钢办公区举行市场开发、物流和注册主题新闻发布会。

新华社记者 锥圆 摄

五棵松体育中心迎第一批冬奥志愿者入馆培训

新华社北京12月30日电(记者赵旭 林德初)30日，五棵松体育中心迎来首批冬奥志愿者，开始接受场馆培训。据了解，此次参加培训的志愿者共计137人，均来自北京科技

大学。

五棵松体育中心场馆运行团队志愿者经理陈大鹏介绍，此次志愿者培训为场馆培训，涉及正赛期间五棵松体育中心场馆的体育、赛事服务、技术、通信

中心和注册等10余个领域，旨在让志愿者熟悉场馆运行团队的各项规章制度、场馆各区域的流线点等。

据悉，五棵松体育中心场馆冬奥志愿者注册人数共660人，分为6个

批次，将在2022年1月15日前全部完成场馆培训。

“场馆培训结束后，志愿者将到各业务领域，结合自己的具体工作接受专业培训和岗位培训。”陈大鹏说。

生活·服务

刊登电话: 4010358 4015178

去琐事之忧

享生活之乐

专业搬家

★平安搬家 3035850

★鸿福搬家 4191123

★诚信搬家 3070303

★九州搬家 18655226677

★珠城搬家 3035850

老年公寓

★金色晚年老年公寓 2881199

★祥和老年公寓 2802555

空调服务

★守信空调移修收冷库 18955206530

开锁服务

★心安开锁 2072119

★锁厂老韩 7188110

居建材品牌导购

咨询: 4010358 4011358

装修热线

TEL:2861072 13855264565

南山豪生大酒店西北侧裙楼招租

南山豪生大酒店西北侧裙楼位于延安路与新苑南路交叉口,三层、四层,建筑面积每层:1171.1平方米,共2342.2平方米,层高5.1米,房屋规划用途为办公、商用房。联系人:张先生 联系电话:18555020070

武术培训

★市武协育才武术培训中心 承接学校、团体及个人的武术培训、参赛。 18055266922 敖教练

家政保洁

★方源保洁 二十年品质 4035112

专业疏通

★疏通管道 3737110

友情提示: 本版信息仅供参考,不作为法律纠纷依据,请交易双方事前认真核实对方的相关有效证件,并依法自我保护,以防欺诈。