

武术进校园 孩子们跳操欢

泉州一小学将国家级非遗五祖拳改编成课间操

N海都记者
吴日锦/文
林良标/图

“123, 开始!”12月14日上午8点30分,泉州市丰泽区第五实验小学的操场上,1400多名学生在该校体育老师、世界传统武术冠军翁劲斯等几位老师的带领下,一起跳起了武术搏击操。整齐有力的搏击操引来路人纷纷驻足观赏。据悉,早前福建省教育厅公布全省50所具有良好武术基础的中小学作为武术进校园试点学校,该校的“南拳(五祖拳)”成功入选,成为全省50所试点学校之一。

千年五祖拳 “打”进小学校园

五祖拳发源于泉州,在本地南少林拳系中最具代表性,是福建省七大拳种中历史最悠久、传播地域最广的优秀拳术,目前该拳种在全世界,特别是东南亚国家广为传播。2008年6月7日,五祖拳被列入国家第二批非物质文化遗产名录。

据中国非物质文化遗

产五祖拳国家级代表性传承人、国际南少林五祖拳联谊总会创会主席周焜民介绍,五祖拳历史悠久,如果从太祖拳源脉追溯,它可能从宋太祖时就开始流传,至今已有超过千年的历史。

“我们从一年级就开始有这个特色课程。”丰泽区第五实验小学校长赖梁军告诉记者,去年,学校在

原有的武术进校园的基础上进行了升级,不但精编了“武术搏击操”、“武祖拳健身操”两套操作为学校的课间操全年段推广,还将五祖拳纳入学校的青少年宫活动,及课后延时服务的课程,在一年级就进行普惠性推广,二年级开始选苗子,进行重点选拔培养。

以前老师盯着做操 现在学生主动锻炼

赖校长介绍,学校依托世界武术冠军翁劲斯及当地知名国术馆海外山国术馆的师资作为支点,已经让五祖拳在学校烙写了很深的印迹。2019年11月参加国际五祖拳暨南少林传统武术大赛,该校荣获1金6银13铜,同年12月参加全民健身运动会中小学生武术套路竞赛,又

荣获5金4银4铜。2021年参加全民健身运动会中小学生武术套路竞赛,该校荣获3金15银3铜,集体表演二等奖。该校还连续三届代表丰泽区参加泉州市中小学生五祖拳健身操比赛,获得一等奖2次、二等奖1次。

“效果很明显,以前做操要老师盯,现在很自

觉。”该校体育老师、世界传统武术锦标赛冠军、国家一级社会体育指导员、国家二级武术裁判员翁劲斯说,五祖拳健身操让孩子们越来越喜欢上课间操,也让每周一到每周五的学校操场,成为当地一道靓丽的风景线。而且,家长反馈,不少孩子在家也会主动做操锻炼。



泉州市丰泽区第五实验小学学生在练操



丰泽区第五实验小学体育老师、世界冠军翁劲斯带孩子们做操



甘肃敦煌中学的学生在做敦煌舞课间操(资料图)

□相关链接

那些别样的课间操

N新华 贵州日报 天眼新闻

说起课间操,你脑海中第一时间想起的是什么旋律呢?“第×套全国中小学生广播体操,现在开始!”而现在的课间操,早已是不同的打开方式。除了传统的广播体操,课间操还有各种“不寻常”的玩法。



呼和浩特市玉泉区南茶坊小学学生在跳具有浓郁民族特色的课间操(资料图)

古典舞蹈编入课间操

在甘肃省敦煌市敦煌中学,由师生共同编排的敦煌舞课间操《舞美敦煌》,成为该校一项特色课间活动。

这套课间操融入大量敦煌壁画中的天宫乐舞、民俗歌舞等元素,在保留敦煌舞原始韵味的同时,又增加了阳光青春的动作。

“这套课间操既能让学生缓解疲劳、愉悦身

心,也能感受敦煌文化的魅力。”负责敦煌舞课间操编排的敦煌中学教师张梦婷说。

同样把舞蹈编入课间操的,还有内蒙古呼和浩特市玉泉区南茶坊小学。该校编排了一套具有浓郁民族特色的课间操,将民族舞蹈与课间操相结合,让学生既能锻炼身体,又能感受到家乡民族文化的魅力。

花样“踩曲舞”舞出地方味

近年来,贵州仁怀市第六中学依托中国酱香白酒核心产区地域文化,在大课间组织学生跳起了踩曲舞。

制酒、踩曲是仁怀市酱香酒酿造的传统工艺之一。为增加学生运动热情,同时让学

生更加了解酿酒工艺传承当地文化,该校特将制酒、制曲中的各工艺环节创作成课间活动体操。

“以前我们都做广播体操,现在跳这个制酒、踩曲操,觉得更有趣。”有学生说道。

空地改造成花园 学生劳动好去处

海都讯(记者 董加国 通讯员 许灿辉 文/图) 寻农耕之美,享劳动之乐。12月12日,由泉州市丰泽区华大社区、丰泽区第八中心小学、华侨大学文学院、华侨大学工商管理学院、华侨大学后勤实体党支部携手共建的“大手牵小手 共植共成长”学伴小花园揭牌启动。

据了解,该小花园位于华侨大学南区,面积1000多平方米,由原来杂草丛生的空地平整改造而

成。启动后,华侨大学的大学生将定期带领丰泽区第八中心小学的小学生开展劳动实践活动,体验种植、浇水、除草等各个绿植步骤,激发学生的劳动实践积极性,提高他们的团队合作能力与实践能力,培养青少年吃苦耐劳的优良品质和环境保护、热爱自然的情感。

“现在的学生劳动机会减少、劳动意识缺乏,建设这个劳动实践场地,能够充分借助高校资源优势,大



孩子们在花园里开展劳动实践活动

手牵小手,激发学生的学习兴趣与实践创新意识,培养劳动技能,促进学生全面提升核心素养。”华大社区党支部书记庄建珠介绍。

工商银行 首批上线个人养老金业务

去年,中国银保监会印发《商业银行和理财公司个人养老金业务管理暂行办法》,发布首批开办个人养老金业务的机构名单,中国工商银行成为首批获得个人养老金业务资格的商业银行之一。2022年11月25日,工商银行作为首批银行在全国36个个人养老金制度试行地区正式上线个人养老金业务。

个人养老金是政府政策支持、个人自愿参加、市场化运营、实现养老保险补充功能的制度。实行个人账户制,缴费完全由参加人个人承担,自主选择购买符合规定的储蓄存款、理财产品、商业养老保险、公募基金等金融产品,实现完全累计。参加人可以在自然年度内按月、分次或者按年度缴

费,按照12000元/年的限额标准,在综合所得或经营所得中据实扣除,计入个人养老金资金账户的投资收益暂不征收个人所得税,个人领取的个人养老金,不并入综合所得,单独按照3%税率计算缴纳个人所得税,符合条件的纳税人可享受每年840元至5040元不等的税收递延优惠。

客户可以线上通过工行手机银行、“工行服务”微信小程序开立账户,也可以线下通过工行网点智能柜员机、企业批量等渠道办理。在产品选择上,为给参保人提供种类丰富的优质个人养老金产品,工商银行以“运作安全、成熟稳定、标的规范、侧重长期保值”为原则,积极与多家产品和销售机构开

展对接,做好产品遴选与发行销售。

长期以来,工商银行在个人养老金融领域持续布局,积极发挥在养老保险第一、二支柱领域的领先优势,为多支柱养老保险体系贡献工行智慧、工行力量。早在2020年即参与人社部个人养老金框架设计,是最早进入并全程参与此项工作筹备的国有大型商业银行。在大型银行中首发“工银爱相伴”养老服务品牌,围绕“管钱、赚钱、花钱、借钱、传承”全周期,推出六大板块20余项服务举措,积极打造全周期养老金融服务生态,切实将国家惠民政策落实到金融惠民服务之中。

如有疑问可咨询95588或工商银行泉州分行辖属营业网点。