

附件 3

甘肃省职业教育教学成果奖推荐书 (2021)

成 果 名 称: 《中师体育教学改革实验》

成果主要完成人: 金成川

成果主要完成单位: 甘肃省靖远师范学校

推 荐 等 级 建 议: 二等

推荐单位名称及盖章: 白银市教育局 白银市人力资源和社会保障局

推 荐 时 间: 2021 年 9 月 8 日

成果所属专业大类: 中等职业教育

代 码: [2] [0] [0] [2] [2]

序 号: 1-1

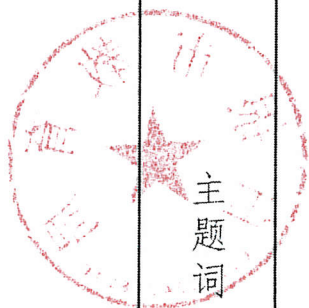
编 号:

甘肃省教育厅

甘肃省人力资源和社会保障厅 制

一、成果简介

成果曾获奖励情况	获 奖 时 间	获 奖 种 类	获 奖 等 级	奖金数额 (元)	授 奖 部 门
成果起止时间	起始：1999 年 6 月 完成：2004 年 10 月				
主题词	学校；教师；学生。				



1. 成果简介

为了增强少年儿童的身心健康，提高中师体育教学水平，探索适合于中师体育教学的模式，进行的中师体育教学改革实验，撰写了五篇论文：

- 1、《中师一年级体育课分组循环教学实验》
- 2、《从实际出发搞好短跑教学》
- 3、《中师生体育教学能力的培养》
- 4、《中师体育教学中的心理健康教育》
- 5、《中师生进行农村小学体育教学的调查与探讨》

其中《从实际出发搞好短跑教学》获甘肃省中师青年论文大奖赛一等奖。建立了一套具体易操作的中师体育教学模式。

2. 成果主要解决的教学问题及解决教学问题的方法

一、《中师体育教学实验改革》是针对农村小学体育教学实践中存在的问题，提出了改革小学体育教师培养的摇篮——中师体育教学模式。

二、调查研究中师生进行农村小学体育教学中最原始的教学“元素”——队列队形、徒手操、游戏、简单的教学内容。

三、在中师体育教学各年级中，分段在每节课中拿出八到十二分钟的时间进行教学实践，对每个“元素”教师及时评价。

四、通过对中师生以上“元素”的过关考试，一项不过关，体育成绩一票否决。

五、拓展到音乐的试唱、钢琴、舞蹈，美术的素描、“三笔字”、简笔画，口语的讲故事等课程中。

3. 成果的创新点

- 一、提高了中师体育教学水平，探索了一套适合中师教育学的模式。
- 二、中师体育教学改革实验，针对性强、实用性强、易操作、效果好、成绩突出。
- 三、填补了中师体育教学针对农村小学体育教学的实际状况进行教学改革的空白。
- 四、促进了农村小学体育教学、素质教育的实施、教育方针的全面贯彻。
- 五、为中师生职业能力的培养，建立了一套适合于中师体育教学的模式。
- 六、抓住了小学体育教学困难的源头，推动中师体育研究与改革起到了一定的作用。

4. 成果的推广应用效果

1、中师体育教学改革实验为中师生职业能力的培养，建立了一套适合于中师体育教学的模式。

2、推广到了音乐、美术、口语、等课程中。

3、针对性强、实用性强、易操作、效果好、成绩突出、易于推广。

二、主要完成人情况

第一完成人姓名	金成川	性别	男
出生年月	1966 年 8 月	最后学历	大学本科
参加工作时间	1986 年 7 月	教龄	45
专业技术职称	高级讲师	现任党务职务	无
工作单位	甘肃省靖远师范学校	联系电话	15339890739
现从事工作及专长	体育教学与训练	电子信箱	1622772498@qq.com
通讯地址	甘肃省靖远师范学校	邮政编码	730900
何时何地受何种地厅级及以上奖励	<p>1、一九九二至一九九三年度甘肃省中等师范学校青年教师教学论文评比中荣获一等奖。</p> <p>——甘肃省教育委员会2、二零一九年一月被评为白银市参加甘肃省第十四届运动会优秀教练员。</p> <p>——白银市人民政府</p>		

<div data-bbox="240 936 293 1263" data-label="Text"> <p>主 要 贡 献</p> </div>	<div data-bbox="330 374 1013 544" data-label="List-Group"> <ul style="list-style-type: none"> 一、主持完成了中师体育教学改革实验。 二、主持了具体的教学改革实验过程。 三、发表了有关中师体育教学改革实验的四篇论文。 </div> <div data-bbox="761 1733 1149 1789" data-label="Text"> <p>本人签名： 金成川</p> </div> <div data-bbox="952 1825 1305 1881" data-label="Text"> <p>2021 年 9 月 8 日</p> </div>
--	---

三、主要完成单位情况

第一完成单位名称	甘肃省靖远师范学校	主管部门	白银市教育局
联系人	金成川	联系电话	15339890739
传真	09438235733	电子信箱	1622772498@qq.com
通讯地址	甘肃省靖远师范学校	邮政编码	730900
主要贡献	<p>1、提供了场地、器械与实验对象。</p> <p>2、积极主动的配合该实验的有效进行</p> <p>3、健全了改革试验的组织机构。</p> <p>4、强化、细化了管理机制。</p> <div style="text-align: right;">  <p>单位盖章</p> <p>2014年9月3日</p> </div>		


四、推荐、评审意见

推荐意见	<p>院校（公章）/市（州）教育局（公章）/市（州）人力资源和社会保障局</p> <p>年 月 日</p>
评审意见	<p>甘肃省职业教育教学成果奖评审委员会主任</p> <p>签字： 年 月 日</p>
审定意见	<p>甘肃省人力资源和社会保障厅 甘肃省教育厅 （盖章）</p> <p>年 月 日</p>

附件 5

甘肃省职业教育教学成果奖第一完成人 征求意见表

姓名: 金成川 单位: 白银市职业技术学校 职务: _____

组织人事 部门意见	<p>已核</p> 
纪检监察 部门意见	<p>同意</p> 
公安部门 意见	<p>经核查无违法犯罪记录</p> 

备注: 成果第一完成人必须按照人事管理隶属关系填报此



中师体育教学改革实验成果总结报告

一、为了增强少年儿童的身心健康，提高中师体育教学水平，探索适合于中师体育教学的模式，进行的中师体育教学改革实验，撰写了五篇论文：《中师一年级体育课分组循环教学实验》《从实际出发搞好短跑教学》《中师生体育教学能力的培养》《中师体育教学中的心理健康教育》《中师生进行农村小学体育教学的调查与探讨》其中《从实际出发搞好短跑教学》获甘肃省中师青年论文大奖赛一等奖。建立了一套具体易操作的中师体育教学模式。

二、1、《中师体育教学改革实验》是针对农村小学体育教学实践中存在的问题，提出了改革小学体育教师培养的摇篮——中师体育教学模式。2、调查研究中师生进行农村小学体育教学中最原始的教学"元素"一队列队形、徒手操、游戏、简单的教学内容。3、在中师体育教学各年级中，分段在每节课中拿出八到十二分钟的时间进行教学实践，对每个"元素"教师及时评价。4、通过对中师生以上"元素"的过关考试，一项不过关，体育成绩一票否决。5、拓展到音乐的试唱、钢琴、舞蹈，美术的素描、"三笔字"、简笔画，口语的讲故事等课程中。

三、1、提高了中师体育教学水平，探索了一套适合中师教育学的模式。2、中师体育教学改革实验，针对性强、实用性强、易操作、效果好、成绩突出。3、填补了中师体育教学针对农村小学体育教学的实际状况进行教学改革的空白。4、促进了农村小学体育教学、素质教育的实施、教育方针的全面贯彻。5、为中师生职业能力的培养，建立了一套适合于中师体育教学的模式。6、抓住了小学体育教学困难的源头，推动中师体育研究与改革起到了一定的作用。

四、1、中师体育教学改革实验为中师生职业能力的培养，建立了一套适合于中师体育教学的模式。2、推广到了音乐美术、口语、等课程中。3、针对性强、实用性强、易操作、效果好、成绩突出、易于推广。

五、《中师体育教学改革实验》是研究针对农村小学体育教学实践中存在的问题，提出了改革小学体育教师培养的摇篮——中师体育教学，选题具有实践意义和实用价值。研究紧密结合实际，研究目的明确操作方法具体。本研究历时五年，分三个阶段进行，研究的内容涉及从实践出发改革体育教学，从中师生职业能力的培养、中师体育教学中的心理健康教育出发，研究建立了一套具体易操作的中师体育

六、 教学模式。抓住了小学生体育教学困难的源头中师体育教学这个研究的本人薄弱领域,这将对推动中师体育研究与改革起到一定的作用,研究取得了一些的阶段性成果。

七、在学校的教学改革中,作为一名教学改革的实施者,我们应当积极投身于教学改革的发展之中,成为新课标实施的引领者,与全体教师共同致力于教学改革的研究与探索中,共同寻求适应现代教学改革的心路,切实以新观念、新思路... 教师要充分信任孩子,相信孩子完全有学习的能力。把机会交给孩子,俯下身子看孩子的生活,平等参与孩子的研究。

八、通过教学改革实验,我进一步了解和掌握了教学改革的发展方向和目标,反思了以往工作中的不足。作为一名教师,我深知自己在教学上是幼稚而不成熟的,在教学过程中还存在太多的问题,但是经过这一段时间的教学实验,我相信自己是有所收获的。

九、教师的课程观不能停留在“课程即教材”这一层面上,课程也是师生共同构建学习经验的过程。课程不再是由专家编制、教师执行的,物化的、静止的、僵化的文本形态,课程也是师生在教学中共同创制的、鲜活的、过程性的、发展着的活动形态。课程不是一种结果,而是一种过程,更是一种意识。正如著名课程专家斯腾豪斯所说,课程本质上是一种艺术,艺术的本质是一种探究。这就要求教师在教学过程中具有探究、创新的精神。课程是教师与学生共同建构的一个艺术品。其次,课程是开放的、民主的 科学的。所谓开放,是指课程的开发要全社会关心教育事业的人共同参与;课程要在实施过程中不断修改,不断趋向完善;课程的设计要为孩子个性的发展留有一定的空间。所谓民主,就是课程决策、课程编制的过程应该是对话式的;课程实施的过程也应该是师生交互并生成意义的过程。所谓科学,是指课程是孩子的课程,课程必须回归孩子世界、适应不同孩子的发展需要,使不同层次的孩子都能获得成功感。

教师要充分信任孩子,相信孩子完全有学习的能力。把机会交给孩子,俯下身子看孩子的生活,平等参与孩子的研究。教师把探究的机会交给孩子,孩子就能充分展示自己学习的过程,教师也就可以自如开展教学行动。新课程实施的灵活性大,让教师觉的难以驾驭教学行为,

课堂教学中表现为过多的焦虑和不安。那么，怎样调动孩子的“思维参与”呢？专家认为，应当创设情景，巧妙地提出问题，引发孩子心理上的认知冲突，使孩子处与一种“心求通而未得，口欲言而弗能”的状态。同时，教师要放手给孩子，给他们想、做、说的机会，让他们讨论、质疑、交流，围绕某一个问题展开辩论。教师应当让孩子充分思考，给孩子充分表达自己思维的机会，让学生放开说，并且让尽可能多的孩子说。这样，孩子自然就会兴奋，参与的积极性就会高起来，参与度也会大大提高，个体才能得到发展。：总之，在学校的教学改革中，作为一名教学改革的实施者，我们应当积极投身于教学改革的发展之中，成为新课标实施的引领者，与全体教师共同致力于新课标的研究与探索中，共同寻求适应现代教学改革的心路，切实以新观念、新思路、新方法投入教学，适应现代教学改革需要，切实发挥新课标在新时期教学改革中的科学性、引领性，使孩子在新课改中获得能力的提高。

教学改革实验提倡的新的学习方式是自主学习、合作学习和探究学习。这也是实施新课程最为核心和最为关键的环节。由于教育必须着眼于学生潜能的唤醒、开掘与提升，增进学生的自主发展；必须着眼于学生的全面成长，增进学生认知、情感、态度与技能等方面的发展；必须关注学生的生活世界和学生的独特需要，增进学生有特点的发展；必须关注学生的毕生学习的愿望和能力的构成，增进学生的可延续发展。回顾我们所走过的历程，其中有艰辛也有欣慰，有苦涩也有甘甜，有挫折也有进步，使我们对教学改革实验有了更加深入的熟悉，也使我们有了全新的转变。

此件与原件相符

教育科研课题鉴定证书

课题类别：甘肃省教育科学“十五”规划课题

课题名称：中师体育教学改革实验

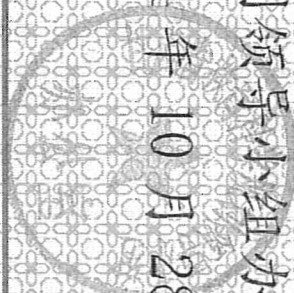
课题负责人：金成川

证书号：GJKGB(2004)JD42

本研究课题，经专家评审，予以通过鉴定，特发此证。

甘肃省教育科学规划领导小组办公室

2004年10月28日



1-57

白银市(州地)_____县靖远师范学校

甘肃省教育科研课题 鉴 定 表

鉴定成果名称：中师体育教学改革实验
负 责 人：金成川

填表时间：2004年5月25日

一、基本情况

鉴定成果名称	中师年教学改革实验		
负责人	金成川	工作单位	甘肃省靖远师范
课题来源	申报	成果形式	论文
课题起止时间	1999. - 2003	申请鉴定时间	2004.5
联系地址、邮编、电话、网址	甘肃省靖远师范学校 730600 0943 - 6121719		

主要研究人员姓名	单位	职务或职称	课题研究中所承担的工作
金成川	靖远师范	讲师	主持
李林	靖远师范	讲师	具体实验

二、成果简介

为了增强少年儿童的身心健康，提高中师体育教学水平，探索适合于中师体育教育的模式，进行的中师体育教学改革实验，撰写了五篇论文：

1. 《中师一年级体育课分组循环教学实验》.
 2. 《从实际出发搞好短跑教学》.
 3. 《中师生体育教育能力的培养》.
 4. 《中师体育教育中的心理健康教育》.
 5. 《中师生进行农村小学体育教育的调查与探讨》
- 其中《从实际出发搞好短跑教学》获甘肃省中师青年论文大奖赛一等奖。《中师生进行农村小学体育教育的调查与探讨》因经费不足，未能及时发表。
- 建立了一套具体易操作的中师体育教学模式。

课题（项目）负责人（签名）： 金成川

2004年5月25日

三、重要的阶段性研究成果



成果名称	作者	成果形式	出版单位、发表刊物名称、时间	获奖情况
《中师一年级体育课分组循环教学实验》	金成川	论文	《中国学校体育与军事教育研究》	
《从实际出发搞好短跑教学》	金成川	论文	《甘肃教育》	省一等奖
《中师生体育教学能力的培养》	李林	论文	《当代师苑》	
《中师体育教学中的心理健康教育》	金成川	论文	《当代师苑》	
《中师生进行农村小学体育教学的调查与探讨》	李林	论文		

四、对成果的自我评价（社会应用前景及效益预测）

中师体育教学改革实验，针对性强，实用性强，易操作，效果好，成绩突出。填补了中师体育教学针对农村小学体育教学的实际状况进行改革的空白，促进了农村小学体育教学、学校教育的实施、教育方针的全面贯彻；为中师生职业能力的培养，建立了一套适合于中师体育教学的模式。

五、单位推荐意见

同意上报鉴定

负责人(签章):  (公章) 

2004 年 5 月 26 日



六、县(区)教育科研管理部门意见

负责人(签章): (公章)

年 月 日

七、市(地、州)教育主管部门审核意见

同意申报鉴定

负责人(签章):  (公章) 

2004 年 7 月 19 日

八、专家组鉴定意见

由靖远师范学校金成川等老师承担的《中师体育教学改革实验》是甘肃省教育科学“十五”规划课题，是研究者针对农村小学体育教学实践中存在的问题，提出了改革小学体育教师培养的摇篮——中师体育教学，选题具有实践意义和实用价值。

研究紧密结合实际，研究目的明确，操作方法具体。本研究历时五年，分三个阶段进行，研究的内容涉及从实际出发改革体育教学，从中师生职业能力的培养、中师体育教学中的心理健康教育出发，研究建立了一套具体易操作的中师体育教学模式。

抓住了小学体育教学困难的源头，中师体育教学这个研究的薄弱领域，这将对推动中师体育研究与改革起到一定的作用，研究取得了一些的阶段性成果。研究者明确指出了研究过程中出现的问题与不足，这是非常难能可贵的。

建议：课题负责人吸收本教研组的教师进行深化研究。

经专家组评审，一致同意通过鉴定。

鉴定组组长（签名）：



2004年11月22日

九、鉴定组成员名单

职务	姓名	工作单位及职务职称	签名
组长	李波	甘肃省教科所所长 中学高级教师	李波
副组长	林松年	甘肃省教科所副所长 中学高级教师	林松年
副组长	齐志勇	甘肃省教科所副所长 中学高级教师	齐志勇
成员	栗兆荣	甘肃省教科所理论室主任 中学高级教师	栗兆荣
成员	杨树新	甘肃省教科所 中学高级教师	杨树新
成员	马金玲	甘肃省教科所 中学高级教师	马金玲
成员	李淑丽	甘肃省教科所 中学高级教师	李淑丽
成员	陈华	甘肃省保育院院长 中学高级教师	陈华
成员	徐富玲	兰州市东郊小学 特级教师	徐富玲
成员	石英	兰州市城关区教研室主任 特级教师	石英
成员	白辽玲	兰州市教科所 中学高级教师	白辽玲

十、甘肃省教育科学规划办公室审批意见

通过鉴定

负责人签名:

李波

(公章)

2004年11月22日

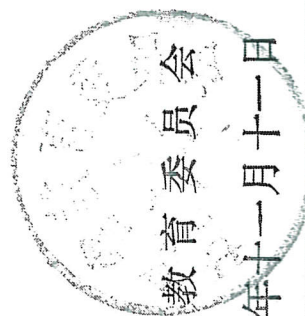
获 奖 证 书

金成川同志的教学论文《从实际出发进行系统教学》在
一九九二至一九九三年度甘肃省中等
师范学校青年教师教学论文评比中荣
获一等奖。

特发此证

甘肃省教育委员会

一九九三年十一月十一日

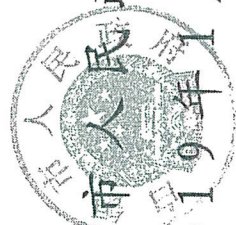
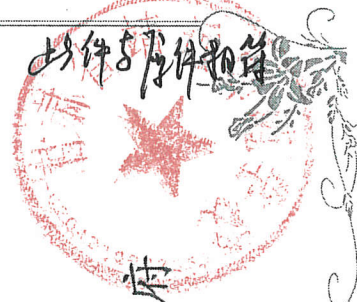


荣誉证书
HONORARY CREDENTIAL

金成川同志：

被评为白银市参加甘肃省第十四届运动会
优秀教练员。

特发此证，以资鼓励。

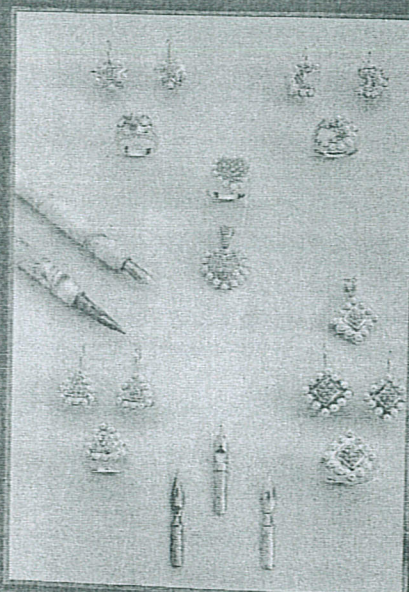
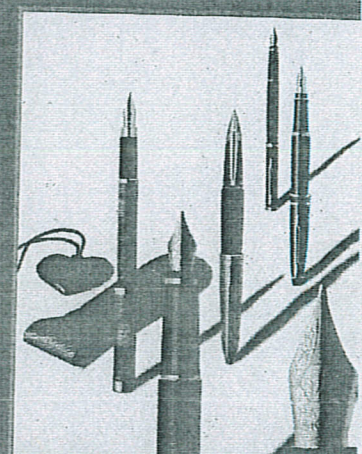
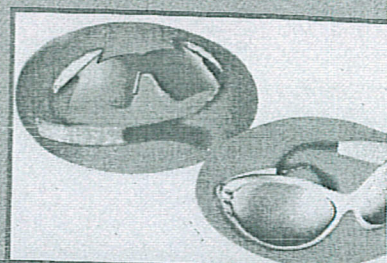


白银市人民政府

2019年1月



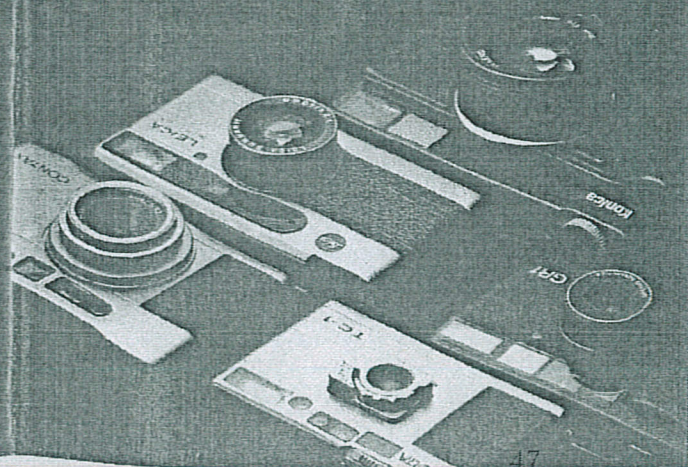
2002. 11



当代师范

DANGDAI SHIFAN

教师耕耘的沃土 学生收获的乐园





1986年7
创刊

2002年11期
总第114期
月刊

目 录

当代师范 DANGDAI SHIFAN

河南省教育厅委托
河南省中师教育研究会
洛阳市教育局

主
办

编委主任: 马振海 尚成富
委 员: 吴长运 应文斌 刘雪娟
任炳木 李正本 吉瑞林
张德才 谭 杰 程振锁
主 编: 吴长运 薛占荣 谭 杰
副 主 编: 程振锁(常务) 李焕有
编 辑: 谭 杰 程振锁 李焕有
王 灿 张书芳 李秀琴

编辑出版:《当代师范》编辑部
批准机关: 河南省新闻出版局
刊 号: HN0051号
地 址: 河南省洛阳市谷水西建设路
285号
邮 编: 471039
电 话: (0379) 4224722
印 刷厂 刷厂 ¥3.20元



人生感悟

雕塑前的思索

王青娟 1

含英咀华

漫步重渡沟

李焕有 4

教育论坛

调整工作思路 提高教育质量

王仁元 6

乡村学校音乐教育现状浅析

张志敏 7

新时期语文教学的主臬

马甲辰 7

开展心理健康教育的方法

魏雪芝 9

课程改革

让学生在玩乐中学数学

黄勇卫 10

教材与教法

多音字普通话备考中的重点

姜 凯 11

原型及其意义群

郭青格 12

从《鸿门宴》座次看人物性格特征

王慧女 13

点击英语“完形填空”

张吕萍 15

树立主体性思想 提高课堂教学效果

梁利霞 16

小教大专五年“双轨运行”教学改革实验

王丽鹃 17

教学研究

政治课实施法制教育初探

李泽刚 14

数学教学中创新活动的一种尝试

田发银 18

班主任工作

“笔谈”施教有佳效

田东风 19

小学讲台

让学生“动”起来

张凌云 20

把音乐课教活

朱 方 21

小学生创新品质的培养

杜月红 21

高屋建瓴理解教材 独辟蹊径处理教材

孙丽华 23

课程改革

小数课改实践中的“教学模式”

李桃琴 22

平顶山师范文学社作品选

洛阳二师文学社作品选

小品集

孝心无价

姜桂华 26

拥有的便是最好的

牧归牛 26

死路与活路

杨楚民 26

深刻

王书春 27

时尚的奴隶

英 子 27

艺体之窗

上好美术鉴赏课的几点体会

季书生 28

中师体育教学中的心理健康教育

金成川 29

幼教天地

幼儿美术教学要巧用范画

衡士玉 30

儿歌三首

黄锦锦 30

创设良好环境 推动幼儿教育的发展

尚 琳 31



中师体育教学中的心理健康教育

□甘肃靖远师范 ○金成川

心理健康是人们学习、工作和生活的基本条件,对一名未来教师来说尤显重要。它不仅是教师自身健康生活的需要,而且在小学生心理健康的发展中,起着十分重要的作用。

中师生心理逐渐成熟,但还不完善,常常表现为争强好胜、看问题片面、自我抑制能力不强、情绪不稳定等因素。在实际生活中,由于生活、学习、环境的改变,生活节奏加快,心理压力过大,致使一些人患了神经衰弱、焦虑症、抑郁症等心理疾病,所以中师体育必须实施心理健康教育,深入开展素质教育。

一、充分了解学生,调节情绪状态。

每个学生的心理健康状况是不一样的,体育教师担负几个班级、几百名学生的课程,不可能对每个学生进行具体指导,只能对个别学生进行区别对待。首先要面向全体,引导健康心理;其次是重视部分,强化心理训练;最后要照顾个别,保护脆弱心灵。人的情绪几乎参与人的所有活动,对人的行为活动起着很大的调节作用,通过体育活动,积极调节学生情绪状态,合理宣泄情绪,消除紧张心理,放松身心,调节心理状

老师的语言表达,还要从语气上给同学们以亲切感。普通话的运用音色优美,再加上声音的高低、快慢等不同的节奏,就会产生悦耳的音乐感,让学生们感到老师并不是高高至上的在讲台上讲话,而是用动听的语言给他们在交流。

三、充分发挥学生的主观能动性

学生听、老师讲的传统模式容易使学生的精力分散,产生疲劳感,也不利于学生们各种能力的培养,所以为了激发他们学习的热情,使他们的各方面能力得到发展,应当让学生由听课的被动者变为主动者。

比如在欣赏《茂特芳丹的回忆》这幅风景画时,我首先让学生看着画面自己欣赏、分析,然后请同学们回答看到这幅画后,对清晨的风景有什么感受?能否用文学和抒情的语言表达一下?

对《拾穗者》这幅作品,我是先提出以下几个问题:画家为何以拾麦穗的劳动场面为题材?三个妇女对一粒粒麦穗怎么那样认真?体现了画家怎样的思想感情?说说你对劳动人民辛勤劳动的体会。同学们个个聚精会神地投入于欣赏之中。

通过这样的提问,使同学们看图如观境,观景有所思,并由客体变成了主体,加深了对欣赏内容的理解和感情投入。这样既锻炼了学生们的思维和文学语

态,以维持学生心理平衡。

二、结合教学内容,发展学生心理素质。

一方面,体育教学应充分利用本学科身体活动的优势,通过多种体育活动,特别是个人擅长的运动项目使学生在完成各种复杂动作的过程中,在与同伴默契配合中,在与对手斗智斗勇的拼搏中,在取得胜利的喜悦中,获得自我满足,提高信心,并在训练和比赛中不断得到自我完善。另一方面,加强力量训练,坚持锻炼,提高运动能力,只有在学生体格强健、精力充沛的情况下,心理素质才能得到加强。

三、正确对待心理疾病

人的心理压力时时存在,人人都有遇到挫折的时候,这要看自己以何种心态面对压力。只要平时积极参加体育活动,注意保持适当的自我期望水平,不断调整自己的目标和行为,就能有效地预防和治疗心理疾病。此外还要培养正确认识和分析挫折、压力的能力,以积极的态度从挫折中吸取经验教训;不断学习,提高自己的思想和文化修养水平;加强意志锻炼;学会积极的心理防御机制,提高对压力、挫折的承受力和调节力。这样,就能使学生的身心得到健康的发展。

言的表达能力,又提高了审美能力,同时又引导他们的道德向着良好健康的方向发展。

四、内容的事例化

在讲某些作品的历史背景时,像讲故事那样,还可穿插些有关画家勤奋学习的小故事,以及成名的过程,这样会潜移默化地鼓励学生们为了完成一项事业而努力奋斗的精神。

五、借助电视录像等现代教学工具

放一些名作的录相带,画面真实而清晰,对形象的人物、漂亮的色彩、耐人寻味的思想内容和画家们高超技法的表现,有更加直观的了解,再加上老师绘声绘色的讲解,这样同学们会对美术作品的文化作用、艺术价值,有个全面的认识,激起同学们上欣赏课的热情。

总之,无论上什么课,要想上好,必须首先了解学生们的心理世界,同时还要设置一些生动、活泼、有趣的内容,使课堂产生出磁铁般的引力。否则就是内容再新的课,学生也不会感到新,教案写的再好,学生也不会精力旺盛地听他念。所以,教师在为了实现欣赏课的教学目的中,在设置课堂的教法及语言的艺术色彩上有必要多费些心思。

(责任编辑 张书芳)

中国

学校体育与
军事教育研究

XUEXIAOTIYU

上册

人民体育出版社

张爱华 安俊荣 蓝 兰 主编

中国学校体育 与军事教育 研究

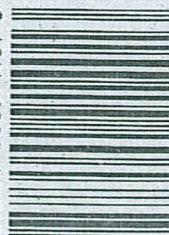
(上册)

人民体育出版社

本书的作者均是教学第一线的组织者和实践者，内容是作者根据工作中遇到的问题，进行命题研究的，所以，本书具有可读性、学术性、指导启发性的特点，它对指导教学实践和教学改革，开展学术研究具有可贵的参考价值。

责任编辑：刘 沂
封面设计：赵 沛

ISBN 7-5009-1401-6



9 787500 914013 >

ISBN 7-5009-1401-6/G · 1301

全三册总定价：48.00元

实施终身体育教育的思考	毕增有(268)
选项教学与兴趣的培养	齐荣夫(272)
体育课学生兴趣培养探讨	夏青(276)
关于体育课兴趣的培养	李建春(282)
中专学校如何培养学生树立终身体育思想的初探	
试论学生体育兴趣的培养	周荣荣(286)
浅谈体育教学与性格培养	毋效斌(291)
如何在我国普通高中中培养学生的体育意识	程红(295)
培养中专生体育兴趣爱好的初步研究	陈忠英(298)
师范专科体育专业应加强学生乡土教育意识和教育技能的培养	陆琼枝(303)
已知数据对今后教学的指导意义——谈新生入学初的素质数据	何忠(308)
	徐彪(312)

★ 体育教学与训练 ★

抓好体育课的主要教学环节提高教学质量	潘锦生(315)
高校体育专业基础理论课堂教学法及其优化组合	
谈体育教学中如何贯彻自觉积极性原则	张洪斌(321)
根据体育教学的特点进行思想品德教育的初步探讨	皮孟豹(326)
体育教师如何教书育人	刘金元(331)
对体育理论课教学的探讨	夏青(337)
论高校普通体育课的理论教学	石虹(340)
论体育课的示范教学	李岳进(342)
	林山(346)

轮流领操在军事体育课上的应用	陈勇(350)
体育教学中的“精讲多练”初探	刘华张弘(353)
浅谈体育教学的艺术	张予东(355)
试论体育教学的效益	李东明裴德华(360)
男教师怎样上好女生体育课	张天全(364)
论教学队列	贝迎九蒋德珠(367)
体育教学中目光语的运用技巧	何建山(373)
试析自控式教学在田径教学中的应用	竹建德(377)
田径教学中的目标引导	金玉光(381)
论现代短跑摆臂着技术	卢宇刚(387)
浅谈跨栏跑的启发式教学	刘建华(391)
突破速度障碍的三条途径	金成川(395)
对24小时超长跑运动员分段成绩与分段休息时间关系的探讨	卢宇刚(398)
背越式跳高起跳时倒体过早的预防和纠正	范例(404)
选择适宜的教学方法、手段是提高背越式跳高教学质量的关键	高峰松(406)
适宜的第二跳是取得三级跳远成功的关键	郑贺(411)
怎样提高推铅球的成績	周秋莎(414)
背向滑步推铅球中摆动腿动作的错误及纠正方法	
对铁饼运动员力量训练的研究	刘新兰(419)
投掷标枪枪尖难易先着地原因分析与建议	邹德旺(421)
浅谈武术教学中的德育	毛莉(427)
气功加武术对增强学生体质的效果观察	徐培兴(432)
气功体育课提高学生视力的效果观察	沈云龙(438)
气功体育课提高学生视力的效果观察	沈云龙(445)
高校太极拳教学中的呼吸规律探讨	李常(449)

太 运动对人体的健康及促进武术运动

- 提高之我见..... 余学好(454)
- 探求太极拳的新教法..... 姜金铸(458)
- 浅谈“拦、拿、扎”枪..... 李新生(464)
- 体操教学中几种练习法的设计与运用..... 付明萍(466)
- 浅谈韵律化教学..... 姜明(470)
- 健美操组织教学之我见..... 王晓红(476)
- 健美操教学中存在的问题及解决方法..... 钱伟(480)
- 浅谈艺术体操表现的美..... 谷晓红(482)
- 浅析“想象”教学法在艺术体操课中的运用..... 余清凤(487)
- 女生健美操与耐力训练..... 曾五一(491)
- 健美操负荷跳跃对腿肌重力机械能的影响..... 栗涛(494)
- 怎样上好体育系科篮球课..... 杨学勤(500)
- 论篮球全面技术与特长技术的重要性..... 房貽树(505)
- 浅谈篮球运动的抢篮板球技术..... 蔡树林(510)
- 浅谈篮球双手传球、投篮和单手投篮教法..... 曹荣富(514)
- 中师篮球单手上投篮及双手胸前传接球教学模式的探索..... 时德明(518)
- 对普通高校篮、排球专项课教学的体会..... 潘书波(523)
- 论排球的退让技术及教学..... 赵德龙(527)
- 普通高校排球专项课教学内容设计与教法程序..... 王纯(534)
- 排球运动员无球意识的研究..... 张凤先(538)
- 试论排球运动员的战术意识..... 邵竞华(544)
- 论节奏与排球竞赛..... 赵德龙(550)
- 三对三——普通高校排球专项课教学比赛尝试..... 赵建明(554)

• 6 •

开拓学校排球竞赛新路——多人制排球比赛介绍

- 孙东升 李宪法等(557)
- 对足球运动员身体训练的初步研究..... 江新望 吴佑年等(560)
- 影响弧线球速度的若干力学因素..... 曹伟民 施志社(564)
- 透视浮泳奥秘,搞好浮泳教学..... 周长海(568)
- 中师一年级体育课分组循环教学实验..... 金成川(572)
- “自我拍击按摩操”在体育教学中的应用

- 张筠 秦钢(575)
- 体育课结束部分放松舞编排探讨..... 李群英(578)
- 呛水的危害及预防..... 易定恩(583)
- 谈大学体育课素质练习的安排..... 石小健(587)
- 对高校业余竞走运动员赛前小周期训练的探讨..... 任保国(593)
- 对山西省中等师范学校体育现状的调查及分析..... 陈建国(597)
- 对我校女生身体形态、机能、素质的调查分析

- 孟祥利 赵济浩等(602)
- 汕头大学女生经期体育活动调查分析..... 郑李茹(605)
- 农村学校体育教学规范化缺乏基本条件..... 马保迎(611)
- 以耐力为基础进行体育教学和课外锻炼的探讨..... 李岳进(615)
- 浅谈少儿短跑运动员的全面素质训练..... 李启宏(619)
- 对广东7—9岁男子体操运动员主要身体素质优化模型的研究..... 许铭 何幸光(621)
- 动静力因素对前臂骨结构变化的影响..... 王小燕 信晓宁(627)

★ 体育教学管理探讨 ★

- 优化体育教学管理效能的探讨..... 续建迎(633)

• 7 •

影”、“一掠而过”，冲刺时比喻为“风驰电掣”等等，另外对于学生过栏时出现跳栏或栏间三大步跳时，比喻为“跳高加三级跳”过程时没有攻栏或手臂没有前伸时比喻为“空中跳摇摆舞”、“老鹰展翅”等等，通过恰当的例子或贴切、形象的比喻，即启发了学生求真、求好、求美的意识，又增添了课堂上生动活泼的气氛，教学效果显著。

8. 心理暗示启发

心理暗示启发即意念启发，教师根据适当时机，让学生闭目，通过语言暗示，默想技术动作。由于学生思想高度集中，心理状态处于放松，往往能收到很好的效果，利于学生进一步巩固技术动作。如教师念：“现在起跑，一步、二步、三步……起跨上第一栏，抬、伸、压、提拉、下地……”等等。

9. 练习启发

练习启发即在教师指导下，采用多样化的练习，给学生不同的刺激及感受，使学生得到启发，提高学习的积极性，如开展分组教学比赛，个人计时赛、淘汰赛，技评赛以及按水平分组的升降级赛等等，通过不同练习的刺激，激发学生追求更高、更快、更美的表现欲望，因此，也达到启发的目的。练习富有启发性，每次练习结束，教师应使学生知道练习的效果自检能力，同时注意学生的自检能力，这样可以避免练习的无效性和盲目性，使正确的技术动作得到巩固，错误的技术动作及时纠正。

总之，跨栏跑的启发式教学方法是灵活多样的，它要靠我们体育教师在实践中去发现和总结。孔子曾说：“学而不思则罔，思而不学则殆”，相信这些论述对我们今天进行启发式教学仍有宝贵的借鉴作用。

启发式教学方法，它利用充分发挥学生学习的主动性和积极性，同时还培养了学生的分析和解决问题的能力。教学方法既是一门科学，又是一门艺术。“教有法而无定法”，教师应在跨栏跑实

• 394 •

际教学过程中，根据不同对象、时机、环节以及要解决的问题采用启发式教学方法，使学生对跨栏跑技术建立起巩固的条件反射，最终形成正确的动力定型，达到掌握技术，增强体质目的。

教师在跨栏跑教学中，应将各种有效的教学方法互相贯通，融洽地运用，而不应将某种教学方法孤立起来，这样，通过不断改革和创新，一定会形成自己一套新颖别致而又有效的教学方法，使自已跨栏跑教学水平不断提高。

突破速度障碍的三条途径

甘肃省靖远师范学校 金成川

摘要：通过大量的教学实践，本文对广大教练员和运动员所关注的速度障碍现象提出了三条突破的途径。一是加强放松技能的训练，其具体方法有心理训练、中速跑、惯性跑、波浪跑等。二是重视肩、髋、踝三关节的技术与力量训练，方法有上肢负重训练、改善伸髋摆腿的技术训练、发展踝关节的力量训练等。三是改变传统训练方法，提出的非传统训练的方法有顺风跑、下坡跑、机械牵引跑、加速跑等。由于教师对短跑技术的认识和理解不同，学生自身条件的差异，对本文提出的各种训练方法，运用时应对症下药，才能有效的突破速度障碍。

关键词：突破 速度障碍 放松能力 三关节 传统训练 对症下药

学生对短跑技能的掌握刚开始进步较快，但成绩达到一定水平时，出现停滞不前或难以提高的现象：速度障碍。出现这种速度障碍时，教师对其处理的好坏将直接影响学生以后的成绩提高，通

• 395 •

过大量实践证明,以下三条途径是突破速度障碍的有效方法。

1. 加强放松能力的训练

肌肉放松能力是获得快速的基础。短跑运动员肌肉放松能力的水平越高,则保持高速度的能力就越强,打破速度定型的效果也就越明显。美国著名短跑教练温特曾强调指出:“放松训练是通向冠军的必经之路,而且对任何人都有卓著的成效”。提高肌肉放松能力的训练方法有:

(1) 心理训练。通过自我调节、自我暗示、加强形象思维,充分体会肌肉放松。

(2) 中速跑。实践证明,强度70~80%的中速跑,最有利于掌握技术和发展肌肉放松能力。

(3) 惯性跑。它是一种放松而不减速的跑法。起跑加速跑25~30米,速度达到最快,然后肌肉停止主动用力而被动惯性跑15~20米。

(4) 波浪跑。在直道上加速跑30米后,做20~30米的放松惯性跑,然后转入慢跑。当跑至第二个直道的相应位置时,再做同样距离的快跑、惯性跑、慢跑。

2. 重视三关节的技术与力量训练

笔者认为短跑是人体四个关节协调运动过程。由于教师对专项技术的认识和理解不同,对人体四关节的运动普遍重视膝关节的训练,忽视了肩关节、髋关节和踝关节的训练,造成许多运动员成绩停滞不前。肩、髋、踝三关节的技术与力量训练的方法有:

(1) 发展上肢摆动力量。以肩关节为轴的上肢摆是短跑摆动中十分重要的环节,摆臂的方向、速度,将直接影响跑的速度和跑的整体运动效果。以肩为轴与比赛动作接近训练方法有负重摆臂、牵引摆臂、上肢其它形式的力量训练等。

(2) 改善伸髋、摆腿的技术训练。在短跑技术训练中,如果把快速伸髋与摆腿的技术训练相结合,增加练习难度,这种技术训练

• 396 •

就接近短跑的肌肉用力特点。其具体方法有仰卧两腿交替伸髋摆腿。(背对肋木、体前放跨栏架)、支撑伸髋抬腿、伸髋弓步走、体前倾高抬腿、多级跳深等。

(3) 发展踝关节力量。在短跑运动中,踝关节肌肉做离心方式收缩,在高速运动状态中,以前脚掌瞬间完成着地和蹬伸的。所以发展踝关节力量必须在快速情况下完成。其方法有各种快速跳深练习,站立负重提踵、坐姿负重提踵、各种快速直膝跳、各种单足跳等。

3. 改变传统训练方法

当运动员具备了初步的动作技能后再要提高成绩,就必须改变传统的训练方法,一旦这种改变没有跟上,动作技能和成绩将会停滞不前。改变传统的训练有:

(1) 顺风跑。在训练时,利用风力,减小外界的自然阻力,有利于提高运动员高速跑的感觉能力。

(2) 下坡跑(2'~3')。下坡跑的积极效果是基于缩短步幅,提高步频,在普通条件下也能突破已成定型的极限速度的跑速。

(3) 机械牵引跑。通过摩托车、汽车等机械牵引训练,可以使运动员形成高频率、高速度的感觉,然后运动员可以在常规条件下做出来,并提高其成绩。

(4) 提高加速跑的能力。加速跑的距离不应是传统的30米,它是从30米处直到最大速度前50~60米的加速跑。巴尔莱希的研究表明,它对百米成绩的相关系数 r 高达0.86。其主要的训练方法与手段有各种最大力量的练习,跳深、推举跑、跑道上逐渐减小阻力跑、平整后的下坡跑、上坡跑后的平距或下坡跑等。

由于学生的体育基础,训练水平、接受能力、生理、心理的差异,教师对短跑技术的认识和理解不同,运动员产生速度障碍的原因也不尽一致。所以,教师只有弄清这些原因,对症下药,才能取得理想效果。

• 397 •

灵丹妙药都见效,本人亲自对一名10岁初学者进行减体重试验,原体重44.5千克,结果训练11次课后体重减少3.5千克。并要求她冬季坚持冷水浴锻炼,效果良好。更有趣的是本人在办老年、儿童游泳班时,无意中做一次浮泳示范动作,就各有一名10岁、55岁的学员学会了蛙泳,同时也学会了浮泳。随着全民健身计划的实施,高校学生应该学会游泳,才能更有效地激发学生的积极性和乐趣。

预测浮泳的未来,将像中国象棋国际化一样。广泛开展浮泳国际化,把教学、自学、互学与辅导相结合的方法不断地推广,使游泳向着更高级阶段发展。

中师一年级体育课分组循环教学实验

甘肃靖远师范学院 金成川

摘要:为了贯彻和落实中师体育教学目的,解决由诸多因素造成的中师生体育基础差、个体差异较大等问题,本文提出运用分组循环教学法的优点,解决上述问题。经一年级课堂教学实验,学生素质,技评和达标成绩用取均数比较的双侧t检验,均在 $P < 0.01$,具有非常显著性意义。因此,中师一年级体育课分组循环教学实验的课题,不仅能在较短的时间内解决师范生体育基础普遍差、个体差异较大的问题,而且发展了学生的身体素质,为更高级的体育教学打下了坚实基础,提高了中师体育教学质量,更好地贯彻和落实了中师体育教学目的。

关键词:分组循环教学 实验 解决 基础普遍差 个体差异大 教学目的

• 572 •

1. 问题提示

中师体育教学的目的是通过体育教学,向学生进行体育理论与方法的教学和身体锻炼的实践;增进学生健康,增强体质,促进身心发展,培养学生热爱小学教育事业并初步具有担任小学教育工作的知识和能力,成为德、智、体全面发展的小学教师。但是,在中师体育教学初期,诸多因素造成中师生体育基础差、个体差异大等问题,给中师体育教学带来许多困难,为了解决上述问题,提高中师体育教学质量。教学实践中,我采用分组循环教学的实验。

2. 实验方法与实验过程

2.1 实验方法

主要是通过两个教学班实验效果的对比,参考有关资料,进行分析研究,找出理论依据,得出较为科学的结论。实验对象为我校普师一、五班(对照班),一六班(实验班),共计87人。

2.2 实验过程

2.2.1 根据中师体育教学要求,针对各个技术教学的特点,在教学过程中,附加辅助性素质内容,编写教学程序。

2.2.2 将实验班的学生按性别分为男女两组。(因女生人数多,故把少数素质较好的女生编入男生组)。

2.2.3 在同一单位时间里,一组由教师传授技术要领、练习方法,重点使学生掌握运动技术。另一组针对技术教学的特点,进行简易性的素质练习,为学生掌握、提高运动技术打下良好的素质基础。两组循环练习,等时交换。

3. 统计检验与分析

近年来,我对90级、93级、95级三届学生进行这项实验,均获得明显效果。现以95级两个教学班为例,进行分析。

对照班和实验班的原始情况基本相同,实验过程中,对照班采用传统教学方法,实验班采用分组循环教法,教学内容、教时、教学条件

• 573 •

完全相同,素质技评也在同一条件下进行,经过一学年教学实验,将素质(50米、铅球、立定跳远)、技评和达标(第二学期末测试)成绩的数据用两均比较的双侧t检验,均 $p < 0.01$,都有非常显著性意义。故可认定实验班的教学效果明显,运动技能增和幅度大。见下表:

两班素质、技评、达标成绩的数据比较表

班 组	素 质				技 评				达 标			
	n	x	s	t	n	x	s	t	n	x	s	t
实验班(95.6)	44	86.2	7.62	4.73	44	79.9	9.8	3.49	44	84.7	10.1	4.01
对照班(95.5)	43	77	10.54	4.73	43	70.3	15.2	3.49	43	75	12.3	4.01

导致实验班成绩明显高于对照班的根本原因是:实验班在技术教学的单位时间内,增加了练习密度,加大了运动强度,辅助性素质练习发展了学生身体素质,为学生掌握运动技术奠定了基础。运用分组循环教学,技术组人数相应减少,教师可根据学生的不同情况区别对待,有针对性地对学生进行个别辅导,帮助学生掌握正确的动作要领。在整个教学过程中,对照班只按照常规方法进行教学,没有附加辅助性素质练习。加之学生素质参差不齐,基础好的得不到充分发挥,素质差的又由于练习人数多而无法得到教师的个别辅导,因而使得教学效果受到影响。

4. 结论

4.1 根据中师体育教学的目的、要求和学生特点确定教学内容,设计教学程序,经实验证明是可行的。

4.2 本文提供的教学手段,可供中师体育教学使用,此研究法,可供教学研究参考。

4.3 运用分组循环教学法的优点,充分发挥了教师的主导性和学生的积极主动性,不仅在较短时间内解决了师范生体育基础普遍差、个体差异大的问题,而且发展了学生的身体素质,为中师高年級的体育教学打下了坚实基础,提高了中师体育教学质量,更好地贯彻和落实了中师体育教学目的。

• 574 •

“自我拍击按摩操” 在体育教学中的应用

江西上饶医学院分院 张 筠 秦 钢

为了发扬传统体育保健对健身益智、陶冶性情、防病治病的作用,补充现代运动项目之不足,同时与现代项目上取长补短。我们在移植我国的传统自我保健按摩功法的基础上,编制了“自我拍击按摩操”,且在教学和训练中广泛应用,普遍反应有效果,有特点,值得进一步推广。

1. 方法介绍

此操分为原地和行进间两种形式。行进间练习按口令节拍边走边做动作,原地练习以站桩姿势原地进行,拍击按摩的动作与行进间操相同。

全操共分八节,按从头到脚顺序进行。下面介绍行进间“自我拍击按摩操”。

第一节:梳头摩颈(四个八拍)

第二拍一步,四拍完成一次梳头摩颈动作。1~2拍将双手五指分开,以指尖触前额发际开始,向后梳头皮至枕骨下发际;3~4拍在颈后双手五指交叉向前施力压颈椎,头后仰,再将双手分别向前摩至喉头,双手对掌合拢。5~8同1~4;第二、三、四个八拍同第一个八拍。

要求:梳头时,五指分开,指尖用力,紧贴头皮,尤其双手拇指经太阳穴沿耳后发际达风池穴时应多用力,手在颈椎左右两旁少用力。整个动作时,舌尖轻抵上腭前方,呼吸自然。

第二节:摩目弹耳(四个八拍)

每二拍一步,四拍完成一次动作。1~2拍双手五指并拢,以手

• 575 •

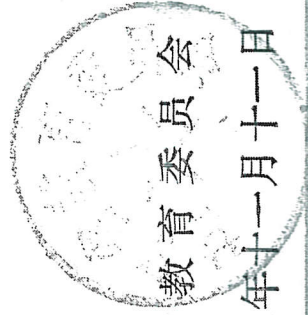
获奖证书

金成川同志的教学论文《从实际出发进行短跑教学》在
一九九二至一九九三年度甘肃省中等
师范学校青年教师教学论文评比中荣
获一等奖。

特发此证

甘肃省教育委员会

一九九三年十一月十一日

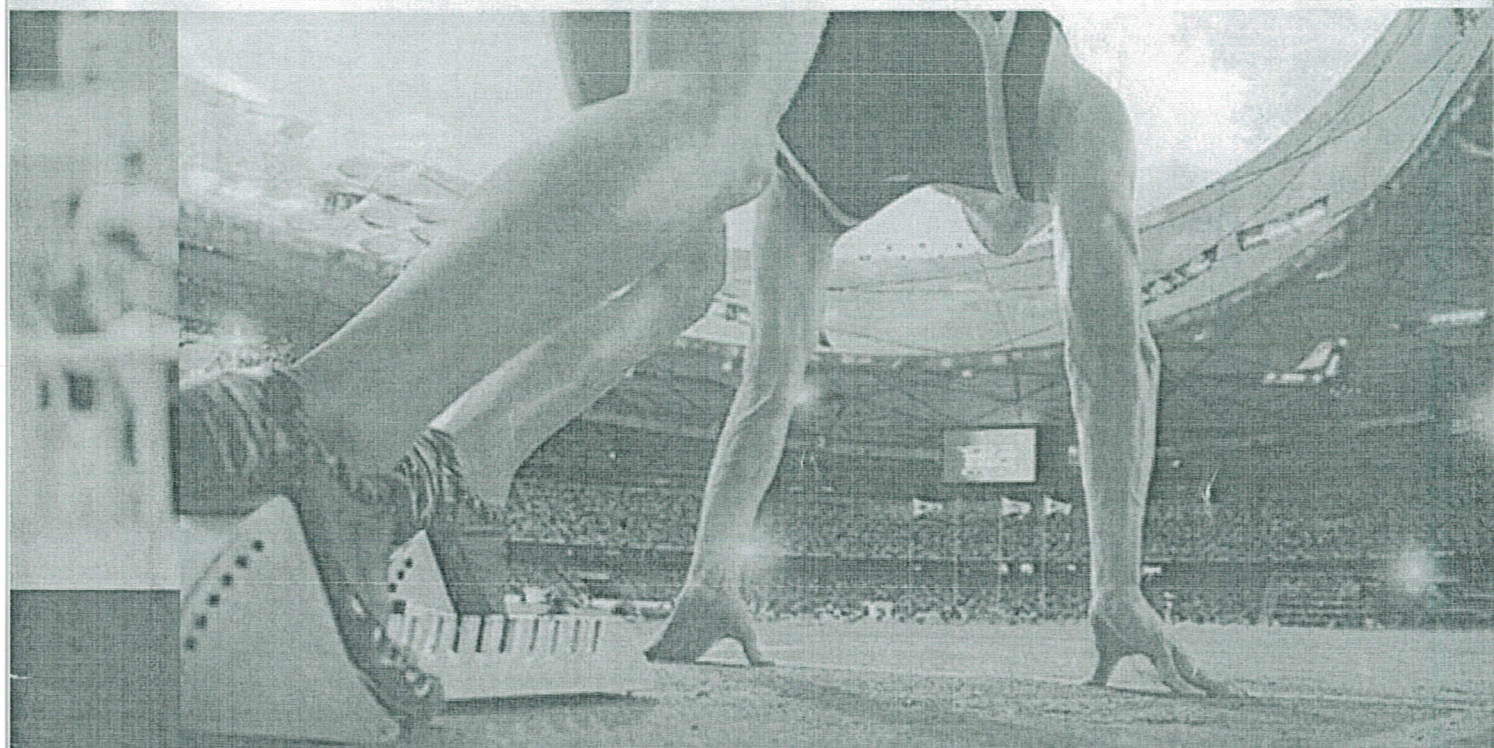


2020 年甘肃省青少年田径锦标赛



秩序册

PROGRAM



主办单位：甘肃省体育局

承办单位：甘肃省田径 曲棍球运动管理中心

协办单位：国家甘肃临洮体育训练基地

甘肃 · 临洮

二〇二〇年 九月

领队: 李述刚

教练: 崔强年、薛 虎、李生祥

青年男子组:	0401 张文樞	0402 孙 龙	0403 吴俊达	0404 赵永壤	0405 张 露
	0406 戴宗杰	0407 管维睿	0408 王俊哲		
青年女子组:	0409 王纹静				
少年男子组:	0410 王志凯	0411 许自强	0412 简紫元	0413 范永成	0414 苗盛田
	0415 李灿宇	0416 李 鹏	0417 孔祥辉	0418 唐吉鹏	0419 侯兴源
	0420 孙 瑜				
少年女子组:	0421 张星雨	0422 董懿琳	0423 李梓涵	0424 周金琳	0425 赵雪薇

金昌市代表队

领队: 温效萍(女)

教练: 孙文德

青年男子组:	0201 王云博	0202 崔明晓	0203 李法建
少年男子组:	0204 张皓学	0205 孙 涛	0206 陈子豪
少年女子组:	0207 高紫玲		

武威市代表队

领队: 高泽华

教练: 董长虎、张生海、张平生、刘 程、王 飞

青年男子组:	0501 朱 瀚	0502 杨 科	0503 张玉国	0504 张治浩	0505 董殿昌
	0506 张 扬	0507 张 杰	0508 张生延		
青年女子组:	0509 张婷婷	0510 王莲庭	0511 李晓雪	0512 刘 娜	
少年男子组:	0513 赵瀚琳	0514 王孜斫	0515 陈锦睿	0516 张泽年	0517 张 琦
	0518 沈政晨	0519 于凡业	0520 王 枕	0521 骆寿鹏	0522 王志远
	0523 张生奇	0524 王才让栋	0525 陈 儒	0526 马文杰	0527 韩瑞元
少年女子组:	0528 贾丽样	0529 冯晓霞	0530 陈 睿	0531 张 璇	0532 王佳慧
	0533 杨 茹	0534 冯晓梅	0535 陈艳玲	0536 吴雪莹	0537 李玉婷
	0538 杨晓悦	0539 何亦雯	0540 汪佳慧	0541 支国岚	0542 梁 嫣
	0543 陈文琴	0544 韩雯静	0545 沈玉桐	0546 李 萍	0547 赵钰婷
	0548 张海红	0549 郭 嘉	0550 赵晓婷		

白银市代表队

领队: 梁 俊

教练: 寇宗模、裴丽芳(女)、金成川、张明辉

青年男子组:	0601 魏泽博	0602 吕晓勇	0603 景万江	0604 武权博	0605 白仲玉
	0606 王国华	0607 杨文浩	0608 王 佗	0609 张 磊	0610 苟 强
	0611 陈 昊	0612 高云鹏			
青年女子组:	0613 魏金萍	0614 魏学苗	0615 牛晓彤	0616 陈引军	0617 赵 彤
少年男子组:	0618 李佑安	0619 王 宝	0620 董力玮	0621 雷明星	0622 朱 森
	0623 滕海东	0624 江有龙	0625 刘育江	0626 马明扬	0627 李彦积
	0628 温 馨	0629 李 幸	0630 谭引秋	0631 杜知美	0632 高雨欣
	0633 武 琰				

女子青年组 400 米 预赛

第1组					
道次:	1	2	3	4	5
号码:		0313	0617	0409	1420
姓名:		周睿颖	赵彤	王纹静	田苗苗
单位:		酒泉市	白银市	张掖市	省体校

第2组					
道次:	1	2	3	4	5
号码:		0017	0815	0315	0026
姓名:		王晨霞	李小艳	曹莹	王肃
单位:		兰州市	平凉市	酒泉市	兰州市

女子青年组 800 米 决赛

第1组						
道次:	1	2	3	4	5	6
号码:	0814	0027	0313	0815	1420	1511
姓名:	王盼盼	吴海婷	周睿颖	李小艳	田苗苗	许红梅
单位:	平凉市	兰州市	酒泉市	平凉市	省体校	兰州新区

女子青年组 1500 米 决赛

第1组				
序号:	1	2	3	4
号码:	0814	0716	0510	1511
姓名:	王盼盼	周桃红	王莲庭	许红梅
单位:	平凉市	定西市	武威市	兰州新区

女子青年组 3000 米 决赛

第1组			
序号:	1	2	3
号码:	0510	1419	0314
姓名:	王莲庭	马哈麦	邓书佳
单位:	武威市	省体校	酒泉市

女子青年组 100 米栏 决赛

第1组					
道次:	1	2	3	4	5
号码:			0021	0713	0114
姓名:			苏文慧	唐阳阳	张琪颖
单位:			兰州市	定西市	嘉峪关市

女子青年组 10000 米竞走个人 决赛

第1组						
序号:	1	2	3	4	5	6
号码:	1423	0916	0509	1422	0019	1421
姓名:	李敏	马铭萱	张婷婷	刘海燕	谢婷	宋瑞和
单位:	省体校	天水市	武威市	省体校	兰州市	省体校

男子少年组 4×100 米接力 预赛

第1组	1	2	3	4	5	6
道次:						
单位:		张掖市	庆阳市	兰州市	临夏州	白银市

第2组	1	2	3	4	5	6
道次:						
单位:		嘉峪关市	武威市	省体校	平凉市	陇南市

男子少年组 4×400 米接力 预赛

第1组	1	2	3	4	5	6	7
道次:							
单位:		庆阳市	酒泉市	兰州新区	武威市	天水市	兰州市

第2组	1	2	3	4	5	6	7
道次:							
单位:		嘉峪关市	张掖市	平凉市	定西市	临夏州	省体校

男子少年组 跳高 决赛

第1组	1	2	3	4	5	6	7	8
序号:								
号码:	1018	0034	1440	1518	1217	1010	1438	1218
姓名:	袁保琦	秦浩文	孙贵晨	赵栋炜	马剑泽	李佳翰	金 桥	周启明
单位:	庆阳市	兰州市	省体校	兰州新区	临夏州	庆阳市	省体校	临夏州

男子少年组 跳远 决赛

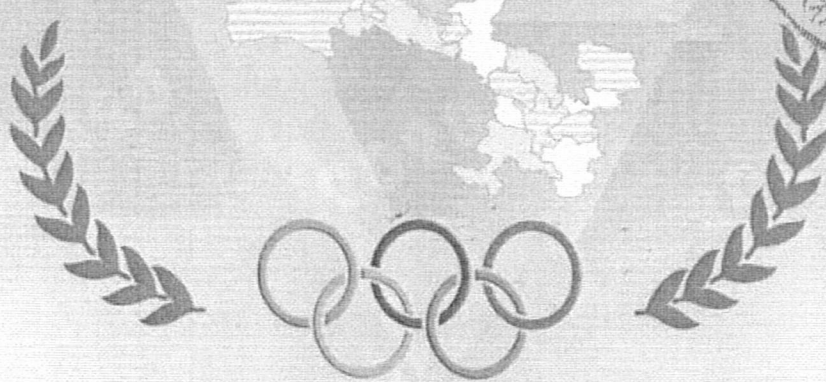
第1组	1	2	3	4	5	6	7	8
序号:								
号码:	1218	0118	0204	0618	0826	1019	1111	0127
姓名:	周启明	吴梓轩	张皓学	李佑安	刘国强	张浩玺	刘 源	李雨帆
单位:	临夏州	嘉峪关市	金昌市	白银市	平凉市	庆阳市	陇南市	嘉峪关市

序号:	9	10	11	12	13	14	15	16
号码:	1217	1438	1518	1437	1221	1018	1011	0938
姓名:	马剑泽	金 桥	赵栋炜	马玉贤	张智涵	袁保琦	李佳兴	董政通
单位:	临夏州	省体校	兰州新区	省体校	临夏州	庆阳市	庆阳市	天水市

序号:	17	18	19
号码:	0205	0517	0034
姓名:	孙 涛	张 琦	秦浩文
单位:	金昌市	武威市	兰州市

男子少年组 三级跳远 决赛

第1组	1	2	3	4	5	6	7	8
序号:								
号码:	0205	1011	0938	0826	1111	1437	0204	0127
姓名:	孙 涛	李佳兴	董政通	刘国强	刘 源	马玉贤	张皓学	李雨帆
单位:	金昌市	庆阳市	天水市	平凉市	陇南市	省体校	金昌市	嘉峪关市



甘肃省体育竞赛 获奖证书

竞赛名称 2020年甘肃省青少年田径锦标赛

运动员姓名 李佑安

名次与成绩 男子少年组跳远第二名(6.33米)

时间地点 9月29日 定西临洮

组织委员会
任签名 刘新年

甘肃省体育局
二〇二〇年 月 日



甘肃省体育竞赛 获奖证书

竞赛名称 2020年甘肃省青少年田径锦标赛

运动员姓名 魏金萍

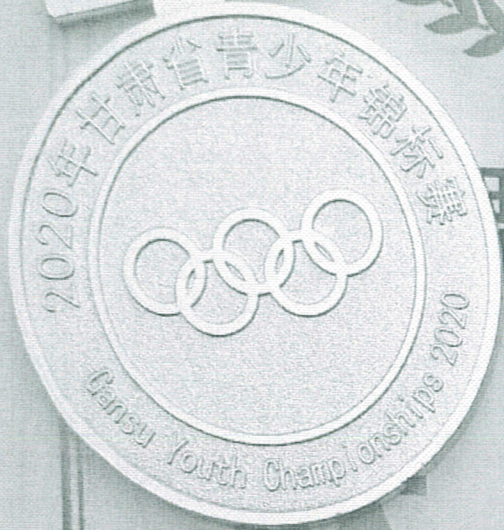
名次与成绩 女子青年组 400m 第二名 (1:00.15)

时间地点 9月29日 定西临洮

组织委员会
任签名

刘新平

甘肃省体育局
二〇二〇年 月 日



甘肃省体育竞赛 奖状证书

竞赛名称 2020年甘肃省青少年田径锦标赛

运动员姓名 牛晓彤

名次与成绩 女子青年组200m 第一名(27.23)

时间地点 9月29日 定西临洮

组织委员会主任
主任签名

刘新年

甘肃省体育局
二〇二〇年 月 日



甘肃省体育竞赛

获奖证书



2020年甘肃省青少年田径锦标赛

高雨欣

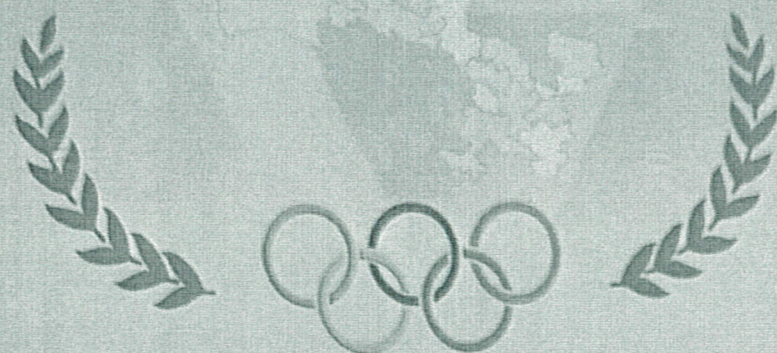
名次与成绩 女少年组三级跳远第三名(1.59m)

时间地点 9月29日 定西临洮

组织委员会
主任签名

刘新平

甘肃省体育局
二〇二〇年 月 日



甘肃省体育竞赛 获奖证书

竞赛名称 2020年甘肃省青少年田径锦标赛

运动员姓名 王佗

名次与成绩 男子青年组400m 第三名(51.22)

时间地点 8月29日 肃西临洮

组织委员会
主任签名

刘新平

甘肃省体
二〇二〇年 月



甘肃 竞赛 获奖证书

竞赛名称 2020年甘肃省青少年田径锦标赛

运动员姓名 苟强

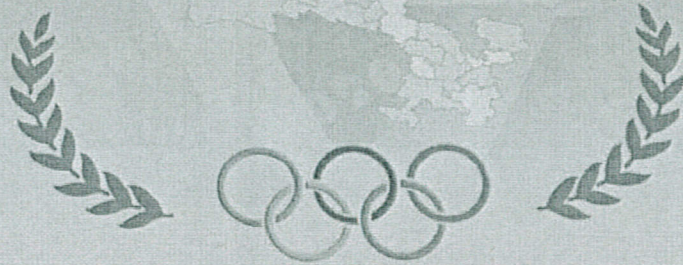
名次与成绩 男子青年组铅球第三名(13.28)

时间地点 9月29日 定西临洮

组委会
主任签名

刘新平

甘肃省体育局
二〇二〇年 月 日



甘肃省体育竞赛 获奖证书

竞赛名称 2020年甘肃省青少年田径锦标赛

运动员姓名 谭弘秋

名次与成绩 女子少年组跳高第三名(1.39米)

时间地点 9月29日 定西临洮

组织委员会
主任签名

刘新平

甘肃省体育局
二〇二〇年 月 日



甘肃省第十四届运动会

THE 14th GAMES OF GANSU PROVINCE

获奖证书

竞赛项目：男子甲组三级跳远

运动员姓名：邢成森

成绩与名次：第一名 13米64

时间地点：2018年8月18日 • 临夏





甘肃省第十四届运动会

THE 14th GAMES OF GANSU PROVINCE

获奖证书

竞赛项目：男子甲组跳高

运动员姓名：杨少冰

成绩与名次：第二名 1米80

时间地点：2018年8月20日 • 临夏

甘肃省第十四届运动会组织委员会

二〇一八年八月二十日

