



射弩

战国传来的运动

多数人对于奥运会中的射击、射箭等项目并不陌生，但并不清楚什么是射弩。射弩在我国西南少数民族地区有着悠久的历史，使用者以苗族居多。



苗族狩猎防身

弩起源于战国时期的楚国，也叫做土弩，当时的人们用它作为狩猎的工具，既可以用来射鱼，也可以作为防身的武器，苗族的男子几乎人人都会备弩箭，自幼习射，还常常进行比试，后期广泛用于军队征战。苗族男子一般在10岁左右练“娃娃弩”，可射10米远的目标。现在的苗族地区在春节期间还会进行射弩比赛，射得最准的人会得到奖励，与此同时也会受到苗族姑娘的青睐。相传海南苗族的箭弩是由大陆的先人作为作战武器传入的，在箭上涂有毒药，射中即

死，所谓“见血封喉”，故在苗族地区，又称“药弩”。

渐成体育运动

射弩运动不仅在苗族人民中十分盛行，傣族、苦聪人、黎族人也都有射弩的传统，已经逐渐成为云南、贵州、海南、湖南、广西等少数民族地区一项喜闻乐见的民族体育活动。

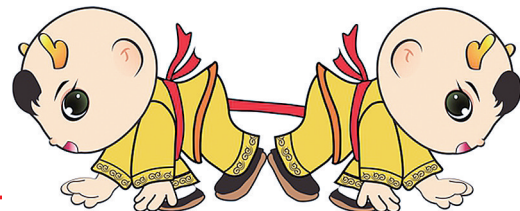
随着射弩运动的发展，射弩比赛中出现了用金属制成的弩，也就是现在的民族标准弩。2007年第八届全国少数民族传统体育运动会时，开始将民族传统弩和民族标准弩分为两个组，分别竞赛。

比赛场馆：郑州市第十一中学体育馆(经南五路11号)
比赛时间：9月9日、10日 8:30~11:30 15:00~18:00

押加

“趴着”的拔河比赛

说到拔河，大家并不陌生，但很多人并没有听说过押加，押加其实是一种趴着拔河的体育项目，就是两名比赛者分别趴在场地两端，二人的脖子上套上同一根长绸布，分别向相反的方向拉爬，拉过指定区域者即为胜出。



“藏式拔河”

押加在藏族地区最为流行，因此也叫做“藏式拔河”。藏族人民因为受佛教文化的影响，将大象视为吉祥之物，崇拜大象的力量，加之这项运动拉爬的动作形如大象，因此这项特殊的拔河运动也叫做“大象拔河”。

藏族地区广为流传的押加比赛有着上百年的历史，来源于牛拉犁时奋力向前的劳作过程。据说藏族英雄格萨尔王在攻打达惹、罗宗国后返回途中，发现上千头的牦牛，便采取这样的拔河方式对其进行分配。他下令百姓每人能拉多

少就得多少，从而使许多贫苦百姓有了生计。为了纪念格萨尔王，草原上兴起了这项体育活动。

胜负易辨

现在的藏族地区，押加比赛的开展仍然很普遍，节假日时各地都会进行。农闲时，在牧场或田间，人们把背带或腰带连在一起，以游戏的形式练习或进行比赛。因为押加比赛的规则、设备较为简单，较好实现，加之又没有年龄和性别的限制，使得这项活动有广泛的群众基础，成为一项易于开展的民族体育项目。

比赛场馆：郑州大学室外排球场(科学大道100号)
比赛时间：9月9日、10日 8:30~11:30 15:00~18:00

乐学英语来联大 听说读写全拿下

联大IU英语品牌着眼中国放眼世界

联大教育 UNITED BETTER EDUCATION 专注中小学文化课辅导19年

联大小洋人

IU英语课程体系 · 5~15岁一站式英语

5折 三人同行 5~7岁零基础

报名GP享优惠 送

优惠截止 2019.09.22 | 秋季招生热线 0371-63378208

联大IU英语品牌中心

2019年，联大IU英语课程体系正式升级为联大IU英语品牌中心，进一步精进、完善课程体系；联大IU英语品牌中心的理念是：一站式英语，着眼中国，放眼世界。从Fly up课程5岁入门，一直到孩子中考阶段，IU英语课程体系可以持续满足孩子学习成长过程中，对英语知识和语言能力的系列要求。课程体系给予孩子的语言基本功(听、说、读、写)的支持，同时满足孩子们国内升学、国外留学两个发展方向。

新的课程体系在重视阅读和听力训练的基础上，加强学生写作和口语语言输出能力的培养，听说读写齐头并进，真正提升学生的综合素养。深耕教育培训行业19载的联大，始终把培养全面发展的学生放在首位。

爱拓少儿英语

联大小洋人作为联大教育集团的老牌传统项目，在幼儿英语教学中融入了多元智能教育理念，多方位提升幼儿的语言、音乐、肢体运动、视觉空间、人际关系等多元智能。结合有趣的互动游戏、精彩的情景剧场、丰富的户外课堂等，培养学生在真实生活场景中运用英语思维，在轻松快乐的气氛中学习。

致力于5~10岁少儿英语教育工作，注重激发孩子爱英语、学英语、用英语的兴趣。

优拓高阶英语

致力于10~15岁青少年英语教育工作，课程内容与国家《课标》对英语知识与技能的要求相呼应，知识点的充分复现，有助于提高英语学习应用能力，为学生语言学习

长远规划提供参考，力求使学生成长为一个知识厚重、文化多元、视野开阔的人。

全面培养学生综合素养

2019年，联大IU英语课程体系全课程链从教学教研全线贯通、知识梯度螺旋上升、听说读写兼容并举、统一评价实时对标、教学教务双管齐下、成长路径清晰可查共七大模块全面落实升级；贯通爱拓·优拓两个课程阶段实现“七统一”，即统一培训、统一测评、统一教研、统一排课、统一考核、统一管理、统一目标。让学生学习更有效率、评价更及时、衔接更紧密、学习轨迹更连贯。

从严打造师资队伍，所有老师必须经过专业考核、培训、说课、过课、定位等环节。每周定时参与教研会、做教学反思，课堂上老师的英语教学量达90%以上，为学生创设更佳的英语学习环境和母语氛围。

作为中国首批获得国家外国专家局批准具有聘请外教资格的外国语学校，“外教”授课是联大受到学生和家长们青睐的因素之一。学生和老外面对面“听说”，感受不一样的学习氛围，快速成为“小洋人”。

剑桥英语五级证书考试中的入门级考试KET，是全球具有高度国际认可度的自成体系的水平考试，由英国剑桥大学考试委员会颁发的成绩合格证书，含金量高，可作为素质报告简历中决定学生优秀程度的有效说明，很多学校十分重视KET考试，通过国际化的考试让学员打开视野面向国际，IU英语课程体系优拓高阶英语的教材编写具有国际思维，贴近KET考试题型，同时兼具国内课标大纲的教学目标。

来联大享盛惠好礼

1.入学测评，科学分班，联大IU英语给孩子一站式学习平台；
2.9月22日前，报名爱拓启蒙5~7岁课程，享五折优惠；3.启动人工智能测评学习平台，为学生减负，学习效率提高10倍，查缺补漏更有针对性，让学习更轻松。4.更多课程联大十九校区同步热招中。
课程咨询：0371-63378208 联大教育网：www.ununedu.com

