

普陀区全民健身中心6月底完工 东港树起新地标 打球不再抢地盘

□本报记者 王振恺

日前,记者来到普陀区全民健身中心,施工现场一派热火朝天的景象,多个场馆的建造已进入尾声,正在进行最后的内部装修和配套设施的建设。今年6月底,这里将全部完工,预计8月正式对外开放。

“全民健身中心将成为东港一座新的地标,老百姓打球健身不用再抢地盘了。”普陀区文体广电新闻出版局副局长赵东盛介绍说,全民健身中心建成后,共有羽毛球、篮球、网球、游泳等多项活动场地70余片(个),此外还配套有1700多个机动车和非机动车泊位,可基本解决东港西北片的停车问题。这座普陀规模最大、档次最高的健身场所正式开放后将实行低收费政策,特殊的节假日还将免费对老百姓开放。

全民健身中心附近有不少楼盘,是人群居住比较聚集的区域。“以前‘僧多粥少’,周围群众想找个场地游泳、打球不太容易,选择点不多。”赵东盛表示,这一情况将在今后得到极大改善。综合健身馆不仅有室内羽毛球、篮球、网球场,还有乒乓球、台球、棋类、跆拳道馆以及全民体质监测室,基本涵盖了目前较热门的健身项目。为了充分利用场地,综合健身馆顶楼还有3个笼式足球场和6个室外篮球场,以满足市民日益增长的健身需求。“现在全国足球氛围都很浓,舟山也一样。身边有不少喜欢踢球的朋友,早就和我打听这里的场地情况,以后肯定很受欢迎。”赵东盛笑着说。

虽然靠海,但舟山游泳馆并不多,普

陀全民健身中心里就将迎来当地最大的游泳馆,包含一个8条50米赛道的标准游泳池、25米的运动池和一个戏水池。泳池使用控温技术,一年四季都可供市民游泳。“舟山以前还没有标准的游泳池,我们填补了这个空白。”赵东盛表示,游泳馆今后不仅可供全民健身使用,也可承办各类各级赛事。

近年来,普陀全民健身设施日渐成熟,等不及的朋友还可以去东港体育健身公园,那里的室外门球场、篮球场、羽毛球场全部免费对外开放,甚至是标准的天然草足球场也不收费,这在舟山乃至浙江都是打着灯笼也难找。而且经过去年改造后,足球场周边还增设了健身路径,是市民散步、跑步的好去处。

近日,笔者从嵊泗县教育局了解到,“一分钟仰卧起坐”已被列入今年县体育中考选考项目,将于5月中上旬进行考试。

根据规定,一分钟仰卧起坐最高分为5分,需达到48次及以上,42次到47次为4分,35次到41次为3分,35次以下为2分。

据县初级中学的一位体育老师介绍,仰卧起坐第一次作为中考体育选考项目,考验学生的爆发力、耐力和毅力,以及腰腹肌肉力量和身体的协调性。学生们一般从小学阶段起就开始接触,为了提高初三学生该项目中考成绩,学校目前已经制订了详细的锻炼提高计划。县初级中学体育教师王艳君说:“这学期主要是加强初三学生技术动作的教学,以及体能训练,提高学生的腰腹肌力量和完成质量,并利用体育课期间将中考项目循环、有序地进行教学。”

『一分钟仰卧起坐』列入其中
嵊泗县体育中考项目添『新丁』

体彩专管员孟劲松:用行动诠释敬业奉献真谛

在舟山定海的各个体彩网点里,大家都对一个人印象深刻,他总是骑着一辆摩托车行驶在定海大街小巷里,蓝色头盔是他的标志。他步伐轻快,行动敏捷,永远在忙碌着。要问他是谁?体彩店的业主都会告诉你,他是我们的“管家”——孟劲松。

2009年以前,孟劲松在杭州的一家家纺公司做招商经理,有着广阔的上升空间。同年7月,在亲朋好友劝说下他毅然辞职回到家乡舟山。刚好赶上舟山市体彩中心招聘,通过了层层选拔顺利地成为专管员队伍中的一员。从此,他的工作性质发生了巨大改变。“一切影响网点销售的问题必须第一时间解决。”这是他从事体彩工作以来一直奉行的精神主张。

术业有专攻,行行出状元。凡到定海片区从事体彩工作的专管员,都会有一段时间跟着他学习体彩相关知识。他熟记体彩网点各种终端类型,可以准确地说出每家网点机型标配的零件,装

位置,功能原理,就好比一个强大的数据库。谈技术,他是第一。

驽马十驾,功在不舍。成为一名合格的专管员,既要熟知终端机操作,又要掌握基本投注技巧,还要学会营销宣传,甚至面对网点某些宽带网络电视电脑等问题也要说得上来。学会这些技能对于从未接触体彩的人有些吃力,而孟劲松却靠着持之以恒地学习,掌握了身为专管员的十八般武艺。面对不断增加的网点数量,没有熟练的技能是不行的。他除了熟记每种终端机的构造,还时常将每家网点优势劣势进行统计,总结差异。又利用空闲时间和业主销售人员沟通交流,将经验归纳总结。论学习,他是第一。

用心服务,缔造价值。“以前网点规范做得欠缺,例如大乐透五个一、即开五要素都没有规范起来,客户的购彩体验无疑会下降很多。如果销售人员不熟知专业知识,促销活动又一问三不知,客户心里肯定会有疑问,久而久之会给整个

体彩行业造成不小的影响。”在孟劲松看来,网点规范问题需要较真才能做好,他凭着对工作强烈的责任心和出色处理问题能力服务网点规范网点。爱较真,他是第一。

2015年7月,强台风“灿鸿”携狂风暴雨而来登入舟山,横扫浙江,而孟劲松和体彩工作站的同志依旧坚守岗位。当天早上9点,位于定海北蝉的网点突发状况,终端机一早就连不上网,这可急坏了网点业主。

孟劲松接到求助电话不顾风雨险阻,毅然带上工具装备赶赴现场。“虽然那时台风已发布红色预警,但是我不立刻赶到乡镇去,网点打不出票那得多急!”到现在他回忆起当时的情况还一脸急切的神情。作为一名基层的体彩专管员,他在用自己的毅力,对抗着酷热大风对身体的考验;他在用自己的行动,表达着一个体彩人对体彩事业的热爱;他在用自己的事迹,向我们展示着一位平凡岗位不平凡的人。(通讯员 胡洁琪)

除了“一分钟仰卧起坐”外,今年体育中考还有两项必考项目——女生800米,男生1000米长跑以及游泳,满分各10分,其中游泳已在去年暑期测试完毕。另外学生还需要在3大球项目中选考一项,此项满分为5分。

王艳君表示:“希望家长配合教师做好学生体育锻炼计划,学校还会适当地为学生布置一些体育家庭作业,让学生利用家里的条件,做一些简单的、利于身体健康的活动”。

(通讯员 王斌)

信息速递

@洋山镇

本报讯 日前,嵊泗县洋山镇圣港社区在圣大路一圣姑码头路段(靠近镇政府)安装了一组健身路径共五件,为居民健身锻炼带来了方便。

据了解,社区于2015年初对该路段进行了硬化,路灯等设施也随之完善。社区工作人员在走访中了解到,居民们反映最大的就是没地方锻炼,也没有健身器材。为此,社区根据实际情况与工作人员前往该处进行实地测量,并进行了安装。

(通讯员 毛三军)

@黄龙乡

本报讯 近日,嵊泗县黄龙乡举行了“登赤膊山”趣味户外活动。此次户外活动以“友谊第一、比赛第二”为宗旨,以社区辖区内的中青年骨干妇女为主要参加对象,开展了包括三人抱成团、接力赛跑、跳绳、纸杯接水等多种趣味运动项目。

(通讯员 邱烨)



近日,岱山实验学校迎来了一年一度的“春季越野赛”,全校600余名学生参加了比赛。此次比赛锻炼了大家的体魄,也进一步激发了师生的体育热情。
岱体