

牛！余姚学生把纸飞机扔出48.2米 破了全国纪录

近日,第11届宁波市纸折飞机大奖赛暨第7届中国宁波纸折飞机挑战赛在市老年体育活动中心举行,共有4000余人次参赛,比赛设置有留空时间、直线距离、直线射靶、冲浪滑翔四个项目。其中,在纸折飞机直线距离项目上,来自余姚第五职业学校的毛科炜以48.2米的成绩刷新全国纪录,原纪录为45.43米。

破全国纪录 余姚选手成全场焦点

毛科炜无疑成为当日比赛中的明星,“我是高三学生,因为学习紧张,差点不来参赛了,是在班主任老师的鼓励下才来的。”最终毛科炜以48.2米的优异成绩打破纸折飞机直线距离项目全国纪录,并获得了价值14000元的奖励,成为全场焦点。班主任章郑浙一直认为课余让学生玩玩纸飞机可以放松心情,所以每周二中午学校组织纸飞机训练时他都鼓励学生参加。

纸飞机直线距离项目上,美国纸飞机大师约翰·柯林斯曾以妻子名字

“苏珊”命名自己设计的纸飞机,并由橄榄球运动员Joe Ayooob在2012年投掷出了69.14米的距离,这一成绩申请了吉尼斯世界纪录。不过“苏珊”号使用了透明胶带,而宁波的纸飞机挑战赛不允许使用任何辅助材料。

留空时间、直线距离、冲浪滑翔三个项目除了全场冠军之外,每项还分设中学男、女和小学男、女组别冠军奖,结果余姚学生成为最大赢家——余姚市第五职业学校的毛科炜、牟山镇初级中学的罗智喻、牟山镇青港小学的相东俊、余姚低塘小学的严



安琪,包揽直线距离所有组别冠军;黄家埠镇中学的覃高、杨佳意,黄家埠镇横塘小学的李琛,黄家埠镇中心小学的陈泓名,包揽冲浪滑翔所有组别冠军。留空时间项目,余姚市第五职业学校的汪夏琳夺得中学女子组

冠军,中学男子组冠军是李嘉楠,小学男、女组冠军分别是镇海蛟川中心学校的祝保康和江北第二实验小学的夏萌萌。另外,纸折飞机直线射靶项目的冠军是余姚市第五职业学校的老师章郑浙。

首次参赛 镇海中学“空中之王”技压群雄

留空时间项目的冠军是来自镇海中学的高一学生李嘉楠,成绩是13.88秒。“我是第一次参加这个比赛。以前小学和初中的时候都喜欢玩纸飞机。这次我们学校选拔了10

个人来参加比赛。”李嘉楠说,自己平时在室外玩的时候,成绩最好的留空时间可达十七八秒,“不过室外玩一般都有风,和室内比赛不一样。”在他看来,玩纸飞机是课余怡情助兴的活

动,“经常是做完作业玩一会儿,不影响学习,折飞机还能锻炼自己的耐心和细心。”

李嘉楠参赛折成的纸飞机样式叫“空中之王”,在整个过程不使用胶

水和剪子的情况下,日本纸折飞机协会主席户田拓夫(音译)曾在2009年用“空中之王”创造了纸飞机空中飞行时间的世界纪录27.9秒。

(通讯员 戴 斌)

青春对撞 擂台展风采



10月7日,“东成杯”金华市青少年散打比赛暨第二届全国青少儿散打精英邀请赛开幕,共有来自上海、江西、江苏、贵州、安徽、浙江等省市的36支代表队,380多名运动员参加。

本次散打比赛设团体赛和男女个人赛,采用单败淘汰制。男女选手将在两天的时间里,参加十四个组别,48个级别的比赛。

(通讯员 徐 斌)

点赞！杭高学子 公益服务全民健身

本报讯 国庆期间,省全民健身中心场馆向市民免费开放,杭州高级中学团委的同学们也没有闲着,他们主动来到体育场馆,用志愿者服务的方式度过了一个别样的假期。

场馆免费开放期间,杭高的八位同学一大早就来到了全民健身中心,在细致分工之后,八人分别去篮球馆、羽毛球馆和乒乓球馆进行工作。同学们从自己力所能及的事情做起,为前来锻炼的市民担任引导员,并维护现场秩序,确保场馆的安全,当看到有吸烟等不文明现象时,他们会第一时间上前劝说。

同学们还见缝插针,在服务他人的同时进行了义务劳动,擦去场馆长椅和物品摆放柜上的积灰,清扫走廊过道上的纸屑,让市民能在更加舒适的环境中快乐健身。

在志愿服务中,八名同学都十分投入,不仅得到了场馆工作人员的赞扬,更是得到了健身锻炼市民的一致好评。其中,一位前来健身的大爷碰巧是杭高1962年毕业于的老校友,看到后辈们的无私奉献,还和同学们说起了当年“杭一中”的故事,对八位同学来说,无疑是意外收获。

(通讯员 陈 璐)

公益力量让瑜伽走进山区校园 新“选修课”每月4学时,一学期共20学时

近日,“青春护童‘瑜’你同行”公益活动在天台县举行,志愿者为山区学生提供瑜伽公益课程。

“屈右膝,左腿伸直,双臂打开……”雷峰中学运动场上,几十名学子坐在瑜伽垫上,聚精凝神,气定神闲。

“呼吸,深呼吸!”瑜伽教练陈赞赞喊着口令,优雅地做着示范动作。伴随着舒缓的音乐,同学们一丝不苟地跟着教练做瑜伽动作,感悟瑜伽带来的身体与心灵的契合。在45分钟时间里,同学们随着教练不同的口令变化,练习着瑜伽基本动作,尽情舒展肢体的同时也放松了紧张的神经。

陈赞赞是一名80后创业青年,也

是一名热衷公益事业的青年志愿者,具有全国健身瑜伽高级教练资质的陈赞赞在天台县城经营着三家瑜伽体验馆。在一次公益活动中,共青团天台县委书记庞静和陈赞赞商量是否愿意为山区儿童提供公益瑜伽课程,丰富学生的校园生活。

热衷公益的陈赞赞觉得瑜伽课程进校园非常有意,便一口答应了。在雷峰中学的积极配合下,陈赞赞根据当地学生的身体素质及学习时长,专门编排了难易程度适中的瑜伽课程。

“很多人都误以为瑜伽是成年人的运动,其实青少年也适合做瑜伽。练习瑜伽不仅可以矫正青少年弯腰、

驼背等一些不良习惯,舒缓青少年压力,还能帮助青少年集中注意力、提升耐力。”陈赞赞说。

按照课程计划,雷峰中学的全体七、八年级学生可以在正常的体育教学课程中,自愿报名参加瑜伽“选修课”。课时安排为每月4学时,一学期共20学时。

雷峰中学校长余昌慧介绍,在正常的体育教学中引入瑜伽“选修课”是雷峰中学贯彻素质教育,促进健康教育的一次探索。学生在瑜伽运动中,放松身心的同时也展现了雷峰中学学生的独特魅力和青春活力。

(通讯员 戴君帅)