

因爱好而习武,为责任而授业

杨初放:让全民健身之风席卷兰江之畔

本报记者 马二龙



在伟岸的横山东麓、秀美的兰江之畔,矗立着这样一所学校,它是整个兰溪个体投资最大的民办学校,曾被评金华市社会力量办学先进学校的它,名叫兰溪市江南职业技术学校。本次十佳社会体育指导员的杨初放,就是这所学校的创办者。

自幼习武的杨初放1993年考入西安理工大学,因醉心于神秘的少林武术,远赴河南嵩山少林寺习武。三年后,21岁的杨初放学成归

来,以一颗坚韧不拔,知难而上的开拓之心,创办了兰溪市少林武术学校。21年来,杨初放善于吸收国内的职业教育信息,结合兰溪本地实情,艰苦创业,大胆创新,从办学之初仅有十余名学生的窘境,经过二十余年的不懈努力,发展成如今的近2000人。学校在专业建设方面,也由过去单一的武术、影视表演拓展为现在综合性的八大专业设置,先后与数省十几所学校建立了

联合办学关系,成为国家教育部支援中西部教育顾问单位,积极开展面向社会劳动力和企业职工的职业培训,让学校成为了兰溪市重要的职业培训基地。十余年来,学校经历了跨越式发展,软硬件建设位列兰溪市职业教育前茅,民办教育的首位。

随着全民健身运动热潮一浪高过一浪,作为“老资格”的社会体育指导员,杨初放深刻地认识到,体育锻炼不仅仅是提高自己的技术水平,更重要地是与其它兄弟姐妹、社会群众一起共同提高,让中老年朋友、社区居民、学生、群众们的身体普遍得到锻炼。“这对于我来说,才是有所作为、有所快乐、有所成就!”杨初放说。从13年前被评为国家一级社会体育指导员以来,杨初放举办了十期社会体育指导员的培训,先后多次被评为市级优秀社会体育指导员,市级武术先进工作者,省农村体育工作积极分子……

群众活动的组织者、体育场地的维护者、健康生活的引领者、科学健身的指导者、全民健身活动的宣传者,对于这些优秀社会体育指导员的定位,杨初放再清楚不过了。从2014年起,杨初放每年培训100余名三级

社会体育指导员,共计400余名,还选派教师参加金华市级社会体育指导员培训,与此同时邀请了体育界、武术界知名人士到学校开设健身操、跆拳道、武术、卡丁车、围棋等培训,壮大了学校社会体育指导员队伍,完善了队伍结构,提升了整体素质。目前,学校102名教师中,共有86名教师拥有体育指导员证书,比例达84.3%。通过学校的平台,在校外有4个长期的体育培训基地,包括羽毛球基地,卡丁车基地和武术、跆拳道培训基地。杨初放说:“近三年来,我们每年组织一次送教下乡(送教进社区)的社会体育培训活动,老师们分成五个组,分别开展太极拳,体育健身器材培训,健身操、广场舞、武术等培训。培训及参与人数达2000余名,取得了良好的社会效益。”

对于个人荣誉,杨初放自己看得很淡,他说:“十佳社会体育指导员,是肯定更是责任,体育运动不是为了自己,积极组织学员参与健身活动,是社会体育指导员的一项重要工作,也是一项光荣使命,将来我依然会坚持不懈地做好社会体育指导员工作,带动兰溪的社会群众、社区居民共同强身健体,为促进社会和谐进步和发展社会体育事业做出应有的贡献。”

用体育传递温暖,让更多人健康快乐
邱芳:永远奉行炙热的“两颗心”原则

本报记者 薛原



说起衢州体育圈的“芬芳姐妹”,在当地群众中是有口皆碑。这对42岁的双胞胎,同样能歌善舞、擅长各种体育项目,妹妹邱芳更是在不久前荣膺由浙江省体育总会颁发的2013-2017年浙江省“十佳社会体育指导员”称号。

身为衢州市柯城区荷花街道养老服务体育中心主任、三级社会体育指导员、社区文体活动带头人,邱芳无论是在工作还是生活中,总是充满

了活力,她的脸上也总是保持着灿烂的笑容:“在42岁活出24岁的精气神,我认为只要不断奉献,传递正能量,就能永远保持青春的激情。”

多年来,邱芳身兼多职、任劳任怨,为社区文化、体育活动的普及推广做出自己的一份贡献。为了让更多居民投入到全民健身活动,提高居民的身体素质和文化素质,她先后组建了气排球队、健身气功队、中老年

晨练队、广场舞队,并组织气排球、乒乓球、象棋、围棋等各种赛事。

“开始,参加锻炼的人没有那么多,特别是一些上了年纪的老人,本身擅长的体育项目不多,我就决定手把手地教他们。”邱芳从气排球着手,垫球、击球、弹跳、扣杀、步伐移动、传切配合……她事无巨细,为这些气排球“新人”耐心地讲解、示范每一个动作技术,不放过任何小细节。老人们在邱芳的感染下,逐渐爱上了气排球,从零基础,到打得有模有样,进步飞速。邱芳笑言:“我自己从小开始积累的体育素养,终于派上用场了,这不,名师出高徒。”

邱芳良好的体育基础,得益于她从小养成的锻炼习惯。在学生时代,她就是校排球队员,郎平、陈招娣、孙晋芳、周晓兰等昔日名将都是她的偶像,“我是在‘老女排精神’的熏陶下成长的,体育就是我的精神寄托。”邱芳回忆起自己的少女时代,显得非常激动。她告诉记者,自己曾经还是衢州一中田径校队的健将,主攻1500米和3000米,工作后,也一直坚持长跑锻炼,体力上保有持久力,在精神层面也要“永葆青春”。

此外,邱芳还曾是学校舞蹈队成

员,练习包括印度舞、体育舞蹈在内的多项舞种。“所谓文体不分家嘛,我在柯城区里担任文艺汇演、文明城市宣传,以及体育嘉年华的主持人。”带领街坊邻居参加周末文化广场丰富多彩的文体活动,老中青三代在邱芳的组织下,都其乐融融地参与全民健身,尤其是让原本孤单寂寞的空巢老人,变得健康、快乐。由她组织构建的居家养老体育俱乐部,更是有针对性地设计适宜老年朋友开展的体育趣味活动,“我和大伙儿一起发挥想象力,创新项目,循序渐进地让老人开展锻炼,他们不仅体力好了、颈椎病缓解了,更是每天都乐呵呵的。”

在同事和朋友眼中,邱芳是工作上的“万金油”、生活中的“千面女侠”,常常用实际行动诠释助人为乐的雷锋精神。邱芳常常说的一句口头禅就是“我是一块砖,哪里需要哪里搬。”而为自己定下的“两颗心”原则,也时常提醒她坚持不懈地进取:“事业上我要做到‘问心无愧’,做到极致,生活中,我也力求让每一个人都‘开心、健康’。”邱芳表示,今后会一直捧着两颗诚挚的“心”,再接再厉、更加热情地为群众做好社会体育指导工作,不辜负获奖的这份荣耀。