

浙江海洋大学拓展户外运动玩转浪尖体育 让户外和传统体育项目风靡校园

本报记者 薛原

11月28日,浙江海洋大学攀岩队传来捷报,该校大四学生张细聪在第十五届全国大学生攀岩锦标赛中收获1枚银牌。记者联系到张细聪时,他正在返回舟山途中,言语中透着掩饰不住的兴奋:“虽然错失冠军,但拿到第二名也不错,毕竟全国赛高手如云,能脱颖而出站上领奖台,我很满足。”

张细聪获奖的小项是甲A组攀岩石赛,需要在规定时间内攀越岩壁上设置的路线,非常考验综合能力,不仅需要过硬的肌肉力量和持久耐力,也需要良好的心理素质和临场反应。作为船舶机电工程学院电气专业的理科生,张细聪充分利用自己思维缜密、逻辑清晰、心态平稳的优势,提前分析赛道,规划合理路线,才能在比赛中瞬间做出正确的选择,在高强度消耗体力的同时,依然保持头脑冷静。他笑言,在收获亚军的同时,不忘在实战中“偷师”一把:“对手中有来自同济大学、澳

门大学等攀岩特色大学的高手,很多都特点鲜明,我‘疯狂’汲取他们的优良经验,受益匪浅。”练习攀岩运动3年多,张细聪的整个大学生涯都执着于这项运动。

海洋大学黄永良教授一直致力于学校体育工作的整体发展,攀岩也是重点之一。在他看来,攀岩动静若壁虎、矫似雄鹰、动静结合、刚柔相济,虽然是新兴崛起的小众运动,但近年来受到广大青少年的青睐,逐渐风靡起来:“这项极限户外运动看似有一定危险性,其实只要做好安全防护措施,适合各种年轻人参加,无论高矮胖瘦都能享受其中的乐趣。”他提到,攀岩已经成为海洋大学的强项,培养出不少优秀选手,已经毕业的杨松曾在全国大学生攀岩锦标赛(速度小项)中多次获得冠军。除了攀岩,该校还积极开展定向越野、海岛野外生存、跑酷等户外极限运动。“我们学校开展海岛野外生存课程,已经有十年,算

是走在全国前列,这项课程在2014年获得了浙江省教学成果一等奖。”黄永良说。

背靠舟山的地缘优势,依托海洋大学的专业化优势,“浪尖上的海洋体育”系列也成为学生们的最爱。“帆船、帆板、龙舟、皮划艇、皮艇球、海上救生、海陆空模型等,都是我们大学的优势项目,从健全人才培养机制、学生求职专业对口等角度,都让学生们的未来发展方向提供了‘阳关大道’。”黄永良介绍到,将海洋体育特色运用到社会实践、公益服务方面,也是新思路,“上个月,舟山雨灾期间,我们的学生,就活学活用海上救生技能,参与台风救灾,援助了不少受灾民众。在服务社会的同时检验教学成果。”

黄永良提到,帆船是海洋大学另一特色:“大三学生何振业,此前参加过在青岛举行城市俱乐部国际帆船精英赛(全年龄段),今年8月份在深圳全国大学生帆船锦标赛中,

他与队友合作,拿下乙组第7名的好成绩。他们利用周末和假期的时间在校内的揽月湖练习帆船,平时也在学校运动馆、健身房进行全方位的体能和力量训练,从零基础到游刃有余,队员们付出了不少艰辛。”何振业介绍,帆船项目除了选手的技术能力之外,还非常需要“天时地利”,风向、风速、海浪大小、水流方向、地形情况都是影响临场应战的关键因素,必须提前熟悉赛场、做好多套应急预案,才能“手中有粮、心中不慌”。

谈到今后的职业发展方向,何振业说到:“非常渴望成为专业帆船选手,这是我一直以来的梦想。”即使最终不能如愿,他也会努力往海洋体育产业方向发展,“除了坚持帆船运动,我也一直关注体育运营,例如亚太航海的模式,会员制俱乐部、帆船培训等方向也在我的选择之中,能把兴趣爱好与职业发展融合在一起,应该是人生一大幸事。”



赛场展风采

日前,宁波大学篮球3V3对抗赛落下帷幕。本次活动以各学院寝室为单位开展,历时一周,共计举行20余场比赛。队员们在赛场上默契配合,践行着大学生“走下网络、走出宿舍、走向操场”的三走运动精神。宁波大学体育学院学生工作品牌“体育文化节”始终紧随国家关于“全民健身”和“健康中国2030”的大形势,积极鼓励和组织大学生课外体育锻炼活动,帮助同学们形成健康体魄、培育团队意识和拼搏精神,带动了高校校园体育文化的持续发展。

(通讯员 钊娅 文/摄)

短消息

@绍兴

本报讯 11月28日,绍兴市第四届中小学生武术操比赛在柯桥区举行。来自全市3所中学、13所小学的16支代表队的320名学生参加了规定项目集体无口令武术操、自选项目集体拳术等两个项目的比赛和集体武术操《雏鹰展翅》、《英雄少年》的集中展示。最终,上虞外国语学校荣获中学组一等奖,上虞区华维文澜小学、绍兴市少儿艺术学校、诸暨市天马实验学校荣获小学组一等奖。

(通讯员 钱国良)

@舟山

本报讯 日前,为期五天的2017年舟山市第四届小学生阳光体育运动会校园足球比赛暨浙江省第九届小学生校园足球联赛(舟山赛区市级赛)正式收官。本次比赛共设2个赛区,共有25支队伍,近330名中小学运动员参加。经过激烈角逐,普陀小学、沈家门小学、普陀二中、普陀三中分别夺得了小学男子组、小学女子组、初中组、高中组冠军。

(通讯员 黄银凤)

@岱山

本报讯 日前,岱山县蓬山小学举行主题为“运动、快乐、成长”的第十届体育节。体育节活动不仅展示了学生积极向上的精神风采,更是考验同学们体能与心理的具体实践。

(通讯员 乐佳泉)

师生家长齐参与 共享“七彩阳光”体育盛宴 全员运动会“花样”多 尽展校园活力

本报讯 全校师生及家长代表多达2000余人一起参加的“校运会”你见过吗?1842名学生身着七彩服装齐练武术的震撼场面你体会过吗?日前,这样一场别开生面的运动会在宁波镇海区蛟川中心学校(以下简称川小)运动场举行。2000余名师生以及家长代表齐聚一堂,参加“七彩阳光”全员运动会。

伴着动感的音乐节奏,同学们组成七色彩虹方阵跑操入场。七种颜色,七个方阵,就像跳动的音符在川小的运动场激昂地回响,振奋人心。

在随后的开幕式表演环节中,丰富的体育活动方案展示更是将现

场的气氛推向了高潮:集体武术操动作整齐划一,气势恢宏;旗操表演整齐柔美,热情四射;武术南拳演练,行云流水,刚劲有力;抖空竹、跳竹竿舞、跳房子、滚铁环、打陀螺、踩高跷一系列传统体育游戏将同学们日常参与的大课间活动一一展示,精彩的表演赢得了在场嘉宾和家长的阵阵掌声。

开幕式结束后是集体项目和个人项目的比赛,随着一声哨令,15个集体项目分3个场地同时开始,全校学生人人参与足球绕杆、轻物投准、跳羊角球等项目。而个人项目则以游园形式进行,每个孩子在相应的5个体育项目中任选自己喜爱的3个

项目进行比赛。

据了解,“全员运动会”是指面向全体学生,组织大家共同参与的运动会,学生从“观众”变成“主角”,让各个年级同学之间成为队友,大家相互关心支持,运动会的气氛更热烈。运动会模式改变的背后,是体育教育理念和目标的改变。近年来,蛟川中心学校积极响应浙江省教育厅深化义务教育改革的要求,紧紧围绕“帮助学生树立健康意识,养成健身习惯”这一理念,扎实推进校园体育改革,效果明显,成效显著,先后荣获“全国体育工作示范学校”、“浙江省体育特色学校”等荣誉称号。

(通讯员 朱恒)