

# 全省“头一回” 青少年化身小勇士激战冰场

本报记者 洪漩文/摄

9月16日晚,一群拖着巨大冰球护具包的少年聚集在杭州城西银泰内的喜悦真冰滑冰场,当他们换上帅气的冰球服并且佩戴好护具时,瞬间收获了商场内不少往来行人的注意。冰球少年们依次进场,冰刀划过冰面,带起一道冰渣……“中顺杯”2017-2018浙江省青少年冰球联赛揭幕战在宁波甬龙之星队和杭州喜悦天猫队之间正式打响,这是我省头一回举办青少年冰球联赛。比赛将持续至2018年1月14日,共有9支球队、100名球员参与角逐。

冰球也被称作“冰上勇敢者的游戏”。戴着头盔、护具的冰球小将们手持球杆,飞快地穿梭在冰面之上,别看他们年龄不大,但打起冰球来的用心、专注却不输成年人。高速的滑行、激烈的冲撞、快速的攻防转换,让人几乎不敢相信,他们中有的才学了一年时间。

虽说身处冒着寒气的滑冰场,不过冰球少年在场上的那份生猛劲儿让围观的观众也跟着热血沸腾起来。不少家长全程手持手机,唯恐错过孩子挥杆的精彩瞬间。有几位爸爸甚至手舞足蹈,恨不得亲自上场,加入孩子们的比赛。

宁波甬龙之星队的11岁小将汪歆晟在场上不住拼抢,而他的父亲汪浩则在场边一块踏板上占据有利地形,居高观战,不时发出阵阵欢呼。休息时间,汪歆晟下了冰场,汪浩立马上前,拍拍儿子肩膀夸奖道:“今天表现不错!”汪浩告诉记者,儿子17个月就已经穿上轮滑鞋,“几乎是一学会走路,我们就让他学习轮滑,所以打小平衡感就杠杠的。”汪浩说,自己在北方念的大学,大学时代就对冰雪

项目十分热衷,有了孩子后就带他到宁波的滑冰场去玩,起初,一直是自己手把手教孩子滑冰。一次偶然机会,看到冰场内有助教在教学员冰球,6岁的汪歆晟被吸引了,全神贯注地看着教练教学。“当时综合考虑了一些项目的安全性、平衡性、协调性以及激烈程度,决定让孩子学习冰球,培养他小小男子汉的气概。”

“起初,宁波学习冰球的孩子寥寥,不过,自从北京冬奥会申办成功以来,越来越多的孩子对这个在南方有些冷门的项目逐渐熟悉起来。这次,我们来比赛的家庭可是组了一支车队来杭州,作为家长,我们很支持孩子玩冰球。”汪浩说。

杭州喜悦天猫队的吕智涵走出冰场,坐在场边的他一边喝水,一边不忘腾出手来为队友们加油。他摘下头盔,抹了一把汗说道:“队友太给力了,看到那个戴眼镜的没,他叫张庭嘉,一个人进了两球,太漂亮了!”

张庭嘉妈妈高兴地告诉记者,儿子从小就爱运动,已经当了四年的体育委员,算得上班里的运动健将。“自



从练习冰球后,接触到更多校外的小伙伴,沟通协作能力也得到了提高。”

杭州喜悦天猫队的教练任旭杰对当天队员们在赛场上的表现很满意,肯定的同时,他也总结道:“只是他们毕竟还小,缺乏比赛经验,还比较随性。其中几名队员的速度、体力都不行,回去需要多加强体能和爆发

力的训练。”

本次比赛的主办方表示:“比赛不仅填补了省内没有青少年冰球联赛的空白,对于冰球小将来说,以赛代练,更是提供一个展现自我的舞台。同时,让原本远离冰雪的南方地区有更多的氛围,带动和促进群众性冰雪运动的发展。”

# 有的孩子三四岁就练跆拳道了! 省大众跆拳道公开赛嘉兴分区赛举行

2017-2018年度浙江省第十二届大众跆拳道公开赛嘉兴分区赛日前开赛,比赛以儿童、少儿、少年、青年和成年进行编组,全市28个跆拳道俱乐部和道馆的500多名选手将在品势、跆拳道、竞技和团体等比赛中展开角逐。

别看参加比赛的一些小朋友年龄不大,练跆拳道的时间可不短。今年11岁的曹伊涵已经练跆拳道七八年了,也就是在她三四岁的时候就已经开练了。从小时候的懵懵懂懂,到越练越喜欢跆拳道,曹伊涵说,自己也有觉得辛苦的时候,但想到可以锻炼身体,可以保护自己,就坚持下来了。其实曹伊涵学习跆拳道和她的妈妈分不开,因为妈妈李萍从小就是少体校的跆拳道科班生,现在是一名跆拳道教练。

“现在越来越多的家长和小朋友喜欢上了跆拳道,因为这项运动不仅可以增强孩子们的自信心,也可以提高他们的身体素质。”李萍说,一般他们会建议孩子5岁左右开始学习跆拳道,因为如果太小的话会对一些指令无法理解。

浙江省大众跆拳道公开赛,是检阅我省竞技体育水平和全民健身运动开展情况的重要平台。嘉兴市曾

多次承办过省级跆拳道赛事,引导并推动了嘉兴市竞技与业余跆拳道运动取得进步。

目前,除嘉兴市少体校建有跆拳道专业运动队,该市各地拥有跆拳道俱乐部60多家,包括道馆和学校在内的训练点常年参加业余训练人数超过1万人次,仅南湖区跆拳道协会就拥有注册团体会员30多家、5000多人、专职教练100多名、社会体育指导员30多名,许多学校与南湖区跆协或各家俱乐部建立了校园体育合作关系。(通讯员 王燕)



# 体育锻炼取代“王者荣耀” “青春跑团”吹响健身集结号

本报记者 薛原

“青春无限、跑者无敌……”初秋的清晨,一阵阵响亮的呐喊声,响彻磐安的山林间。那是磐安二中将近60位学生组成的“青春跑团”,最近经常出现在文溪、盘龙广场一带,组团跑步锻炼。

“青春跑团”的陈队长告诉记者,跑团成员涵盖了高一到高三每个年级,从最初的“铁三角”发展到如今的几十人,但过程却并非一帆风顺。“我们学校的跑团,最先只有我和另外两个‘元老’坚持每周锻炼,利用清晨、放学和周末的时间,在操场或绿道练习跑步。”陈队长直言,原本很多学生业余时间都沉迷于手机游戏“王者荣耀”,一玩几个小时。

一次校运动会,让部分学生观念上出现初步的改变。陈队长说,“我记得那次运动会,在长跑项目上只有5位选手参赛,最终只有两人完成比赛——可能大家都有点惭愧吧,觉得不应该这么忽视体育锻炼。”在陈队长号召下,越来越多同学加入了跑团,高三的王欢就是其中的一员。

刚开始练长跑时,王欢有些不适应,没跑多少路就开始喘气。在陈队长帮助下,王欢循序渐进地加长跑步的距离,从慢跑跑到加速跑,每天都有进步。如今的王欢,已经可以一口气跑10公里:“以前经常沉

迷玩游戏,算是‘低头一族’,现在爱上跑步,一边锻炼,一边抬着头看看外面的风景。”从“低头族”到“抬头族”,王欢不仅身体更健康,心情也更愉悦。

另一位跑团成员张军华,被同学们昵称为“球形闪电”,圆滚滚的身材憨态可掬。他加入跑团的初衷是想要减肥:“以前爬个楼都费劲,大汗淋漓,参加长跑锻炼后,体力上去了。别看我表面上没有瘦,但实际上我的体重已经减了不少,只要我坚持下去,相信一定能够减肥成功。”

“青春跑团”的成员在练习长跑时,互相鼓劲,也互相交流经验。陈队长认为,大家在一起很有凝聚力,浓厚的锻炼氛围感染着每一个同学:“跑团成立至今,人数有增无减,大家在坚持锻炼的路上没有一个放弃。”9月中旬,青春跑团参加了磐安越野赛的集体跑特色项目,获得了观众与全国乃至国际跑友交口称赞。陈队长说,接下来跑团将计划“跑出浙江、跑向全国”,用跑出的每一步脚印,致敬美好的青春。