



运动中快乐成长 临海这所乡村幼儿园的体育课不一般

本报记者 王宇怀

在临海有着这么一所乡村幼儿园,因为篮球,孩子们每天早晨的体育课变得特别有趣。

临海市杜桥镇定蕾幼儿园位于横岸村。幼儿园面积不大,操场只有150平方米。每天早晨,伴随着动感的音乐,孩子们人手抱着一个小篮球跟着老师的动作开始了每日的篮球操训练。这群孩子虽然年纪不大,但是打起篮球来却有模有样。“2016年11月份,我报名参加了浙江省幼儿篮球教练培训,回来以后就开始对孩子们进行篮球训练了。”幼儿园园长金敬科告诉记者。

两年以来,定蕾幼儿园坚持开展篮球特色教育,把小篮球项目引入体育课,不仅让孩子收获快乐,也让许多乡村孩子有了去大城市长见识的机会。

在全国、全省的幼儿篮球大赛中,他们曾获得十多个奖项,连篮协主席姚明也为他们的精彩表现点赞,孩子们拿出和偶像姚明叔叔亲切合影格外自豪。

除了集体篮球操表演,几个稍大的孩子还能表演花式篮球,定点投篮也十分精准。金芝悦小朋友是球队队长,她看起来灵气十足,喊着口号带领大家表演。在去年上虞举行的浙江省幼儿体育大会上,金芝悦和队友一起获得幼儿篮球10人互推前进一等奖。“我喜欢打篮球,每天除了这里的训练,在家里我也会练一会儿。”金芝悦高兴地说。

在幼儿园里进行篮球训练让孩子们的身体素质有了显著的提高。学生杜亦洋的妈妈告诉记者:“孩子

以前体质比较差,性格也很腼腆。自从打篮球以后体质好多了,人变开朗了,个子也长得快,回家吃饭都不用我们操心。”

金敬科在训练过程中还加入左右手运球、左右投篮来刺激孩子们左右脑平衡发展、培养孩子们手脚协调能力。园内的孩子们在经过一段时间的小篮球训练后,上其他课时显得更为专注。

金敬科表示,尽管这是一所乡村幼儿园,在硬件条件上并不如城市里的幼儿园那么完善,但对孩子们来说,在他们的童年里收获快乐和健康才更重要,“我最大的梦想就是通过训练篮球,培养孩子们的意志和品质,让他们德智体美劳全面发展,拥有一个精彩的童年。”

她是舞中精灵 能将舞蹈跳出心灵的声音 张蓉:让体育舞蹈走进千家万户

认识张蓉的人,都调侃她为“舞林高手”,更有人称她为“舞痴”。在舞台上,她有一种深不可测的魔力,一举一动,都犹如一道长虹划破天空。

张蓉是台州市体育舞蹈协会副会长、路桥国际体育舞蹈协会的创始人,同时还是一名乐于服务基层的文化志愿者。今年57岁的她依然享受着舞蹈给她带来的快乐。她说:“即使我离开舞台,也不意味着我会停止跳舞,我可以在大自然里继续跳。”

张蓉出生于离休干部家庭,6岁随母亲下乡到农村生活,之后在金清新市村待了十多个年头。现在,她在路桥区总商会大厦做财务工作。

2006年,一次偶然的机会,张蓉遇见台州学院专业舞蹈老师吴谊群。吴谊群在椒江教国标舞,张蓉自此开始学舞,经过培训和小课学习,她掌握了国标舞的基础知识。

初练舞时,艰辛是可想而知的。可张蓉一练就练上瘾了,早晚去练功房成了“家常便饭”,时间最长时,一天练舞达六七个小时。每次练舞后,她会汗流浹背、全身酸痛,刚开始不习惯,慢慢地,她就喜欢上了这种感觉。为了提升技艺,她还专门去北京、上海和深圳等地拜师学艺。

2014年11月,张蓉到上海参加全国体育舞蹈教师培训,幸运地成为世界职业摩登舞冠军米尔科的学生。米尔科来自意大利,他是舞蹈赛场上的常胜将军,曾在世界各大赛场上拿下无数个桂冠。张蓉在学习期间,还受到杨超和李伟平等国内知名舞者的点拨。在名师的耐心教导下,她的舞技突飞猛进。

“一个真正的舞者,就像一个‘武者’,除了不怕苦不怕累以外,还要有很大的毅力和坚持不懈的努力。这12个年头,在我的生命里,除了舞蹈,还是舞蹈。”张蓉说。

在位于路桥塑料城的路桥国际体育舞蹈协会,张蓉经常在宽敞明亮的舞蹈室里练舞,并免费教人跳舞。她还经常带领舞蹈老师,赴石浜公园乐园歌舞厅为路桥的舞蹈爱好者免费授课。

除了免费授课外,近年来,张蓉还热衷于推广体育舞蹈事业。路桥国际体育舞蹈协会成立后,张蓉先后组织了两届台州市体育舞蹈普及推广会,她还经常和会员们共同举办全市体育舞蹈爱好者联欢会。

“舞蹈进乡村的过程并不容易。刚开始,舞协的教练在广场上放音乐,自己练,很多村民来围观,但他们不好意思学。大概过了一个月,很多人就开始跟着一起跳舞了。这样的广场舞会活动,一直持续了两年多时间。”张蓉说。

经过推广普及,体育舞蹈现已深深根植于路桥群众之中。张蓉还通过教练驻点包干、培训辅导和入校培养等形式,培养了一大批各层次的体育舞蹈爱好者。这些学员上至七十岁老者,下至五岁孩童,来自路桥桐屿、峰江、路南等街道和蓬街、金清等乡镇,体育舞蹈给人们带来了快乐和健康的生活方式。

(通讯员 丁楚兰)

热情奔跑 快乐献血 献血者跑团与爱同行不止步

近日,2018台州国际马拉松圆满落幕。在选手中有支无偿献血者跑团格外引人注目——队员们着装统一,穿着红色马甲。跑团中的27人,来自各行各业,有公务员、企事业单位职工、医生以及自由职业者等。他们都是无偿献血的“忠实粉丝”,人均献血次数60次,人均献血量达21503毫升,其中有5人献血次数在100次以上。更难能可贵的是这些无偿献血者在3小时内全部跑完了“半马”。



“献血状元”第三次参加“台马”

今年45岁的杨仁志是黄岩人,目前是台州市的“献血状元”。他长年参与志愿者服务,是一名优秀的无偿献血志愿者。2000年10月23日,杨仁志在黄岩街头无意间看到一辆流动献血车,上去献出了人生中第一袋200毫升鲜血。这次献血后,杨仁志在献血这个公益事业上,一发不可收拾,从

一次200毫升到400毫升,从献全血再到献血小板。到目前为止,他共献血248次(包括机采成分血),献血92800毫升。

今年是杨仁志第三次参加“台马”。他三次跑的都是“半马”,今年的成绩比去年慢了4分多,杨仁志说主要是因为拿着队旗。杨仁志说前年

跑后有点累,去年感觉轻松多了,今年感觉更好了。

“献血是行善的一种形式,个人行善好比一滴水,融入大海才不会干涸。”杨仁志说,他会一直坚持献血,也要动员更多人加入进来。跑步是一件让人快乐、有益健康的事,他也会一直坚持下去。

献血和跑步都让人快乐

今年52岁的张云青是路桥人,自己做生意。她是一位资深献血者,坚持献血13年,共献血26次,献血10400毫升。

第一次参加献血的情景,张云青到现在都还记得。早在2005年的时

候,她在媒体上看到献血能挽救生命,想做好事的她就到处打听,问了好几天,终于打听到地方。之后,每半年她都献血一次。这成了她雷打不动的习惯,一坚持就是13年,她说,“我献血,我健康。”

血站工作人员的话来说,夫妻俩真正将“我献血我快乐,我运动我健康”的理念付诸实践了。

陈友康今年61岁,陈金凤今年56岁,夫妻俩在路桥开店卖排骨,已经近30年了。这次陈金凤跑出了90分钟

37秒的好成绩。陈友康成绩也不错,83分钟20秒跑完“半马”。夫妻俩说,献血和跑步不仅给他们带来了快乐,而且还带来了健康。他俩身体倍儿棒,很少感冒,会一直坚持下去。

(通讯员 赵虹)