

“无球不欢 有球必应” 篮坛常青树云集长兴,过足篮球瘾

本报记者 马二龙 文/摄

连日来,为期四天的浙江省第二十六届中老年篮球邀请赛在湖州长兴激战正酣——这项颇受中老年球友喜爱的赛事,共吸引了来自江苏、上海、福建、安徽以及我省各地市的53支队伍前来参赛。一日三赛的密集赛程、各路高手云集的盛大场面,让球友们好好过了把球瘾。



寿斑皱纹 成了“老顽童”们特殊的军功章

可以想象,一帮上了年纪的篮球老顽童们同场竞技,比赛的场面肯定不会像二十郎当岁的小伙子那样激情四射——少了几分火爆,多了些许“套路”,少了几分华丽,多了几分质朴。耐心的传导球、超高的机会把握能力、默契的配合是他们的特色。额头上长年累月积攒的皱纹和脸上的

寿斑,成了这些篮坛常青树们特殊的军功章。

在男子松柏组的揭幕战上,义乌队轻取新昌后,有一位67岁的老人用令人咋舌的得分表演让观众深深记住了他,稳定如机器的投篮几乎可以用弹无虚发来形容。他叫郑小毛,是义乌篮球协会会长兼义乌队队员,同时

还是吉林中盛置业有限公司董事长。赛后他汗流浹背,一边擦拭着额头上的汗珠,一边对记者说道:“感觉很不错,比赛给了我们几位老球友增进友谊的机会,打完后心情很愉悦。自己本身也爱好运动,每天会坚持健身,不只是篮球,像游泳等其他项目,也会经常去尝试。”

一天双赛 高强度“背靠背”不喊累

4天的比赛时间,53支队伍,90场激烈对抗,密集的赛程在四支队伍一个小组的单循环赛制下,不少队伍不可避免地要面临着一天双赛的巨大考验,这对于大部分年过半百的中老年球友来说,无论从体能和身心来说都是不小的挑战。

打球品茶 运动休闲两不误

特别值得一提的是,这也是长兴县第三次举办该项赛事,在比赛之余,赛事组委会还不忘把体育运动和休闲旅游结合起来。

据长兴县体育局局长曾善赐介

绍,比赛期间,赛事组委会还为各个球队的球员们,尤其是省外的朋友们,免费提供了长兴知名景点游览,特别是早已名声在外的茶文化的发源地——大唐贡茶院。在球馆酣畅淋

漓地出一身汗,跟随“茶圣”陆羽一起,感受深厚的茶文化醇香和唐风唐韵,也未尝不是一件美事,同时也给广大篮球爱好者们,提供一个美好的品茶享受,体会长兴茶文化的博大精深。

每天推出100分钟“男篮女舞” 常山这所小学为孩子茁壮成长保驾护航

“运球时眼睛看向前方,身体要压低,把握好篮球弹动的节奏。”每天下午“四点钟学校”时间,在常山县育才小学操场上,不少男同学在老师的带领下练习运球。篮球在他们的小手间弹跳,不时挣脱手掌往一旁的草坪滚去。“大部分男孩对篮球很感兴趣,女孩偏爱舞蹈,学校便顺势推出了《男篮女舞》课程。”常山县育才小学校长姜正德介绍,为强健学生体魄,培养学生终身运动的习惯,学校在“四点钟学校”时间开展《男篮女舞》校本课程,让孩子们享受运动,在运动中快乐成长。

常山县育才小学成立于2015年,建校之初校长姜正德便思考:学校应该给孩子们一个怎样的小学生涯?“学生要有聪慧的头脑,也需要强健的体魄,更要有坚毅的品质。什么可以磨砺学生的头脑?海量的阅读。什么可

以强健学生的身体?充足的运动。”为了让学生有自主阅读、终身运动的习惯,学校在2015年9月推出了“两个100分钟”活动,鼓励孩子们每天阅读100分钟,运动100分钟。

“家长们对阅读的热情也很高,每天放学后都会陪着孩子一起阅读并在自己的朋友圈中打卡。但部分家长在运动方面不怎么擅长,不知道怎么陪孩子一起运动。”姜正德介绍,为此学校便推出“男篮女舞”课程,男生练习篮球操,女生学习江南舞。“每天的大课间、体育课和‘四点钟学校’时间,都是孩子们的运动课,这样在学校就能完成‘每天运动100分钟’的任务了。”

育才小学的体育教师严造斌是负责篮球操教学的老师之一,当初他与体育组、音乐组的老师们花费一个多月时间编排出了一套篮球操和一套江南舞,

并在9月开学时投入教学,“篮球操中加入了花样篮球的元素,动作酷炫,孩子们都很喜欢。”严造斌介绍,由于篮球操和江南舞十分有趣易学,孩子们学习的热情也很高,不少家长反映孩子在家也会表演给他们看。2016年11月,《男篮女舞》课程在常山县第四十九届中小学生田径运动会中荣获特色项目展示奖;2017年,以篮球操教学为主的《与“篮”共舞》课程还被评为常山县精品课程。

如今,在每天的“四点钟学校”时间里,育才小学的男生们在操场上与篮球共舞,女生在舞蹈房里舒展身姿,整个校园沉浸在或激情欢快或优雅柔美的音乐声中,孩子们随着音乐律动,乐在其中。“学生的成长不仅需要积累知识,更需要一个健康的身体保驾护航。”姜正德说。(通讯员 徐佩)

椒江“找茬定向赛” 边跑边“挑刺”

前不久,台州椒江葭沱街道学院社区举行了“妈妈式”服务年活动启动仪式,提出每个月都会为社区居民举行不同主题的活动。这不,日前,学院社区就火热开展了第二届找茬定向赛活动。

“社区是居民的‘妈妈’,永远想着要提供更优质的服务给居民。”学院社区主任丁丹萍笑着说,为此,他们举办了这次活动,组织社区内的住户,以及管辖小区内的各所院校学生、教师开展找茬定向赛。

当天,将近200名参赛选手参加了活动,他们从蓝庭花园小区出发,沿着规定路线跑步,在学院社区服务的各个小区内穿梭,将路上的所见所闻所感都一一记录下来。跑完一圈,绕回到起点后,再去服务台找小纸条写下自己对社区服务的建议,投到“金点子箱”里面。

这种融入找茬形式的定向赛受到了很多参赛选手的称赞,东山育英职业学校的学生小杨就是其中之一,他也是最先跑回到终点的选手。他说当自己跑出靠近蓝庭花园的乌龟山隧道时,发现左侧的区域相较于路线的其他地方,稍显空旷,建议增加建设,打造出更好的居住环境。

住户李女士则直言,一路跑来,看到了不少垃圾,还散发着古怪的味道。此外,有些路况也很不理想,有大大小小的水坑,会对居民的出行造成不便,希望社区能对这两方面进行改进。

参赛选手们对社区服务指出的不足和建议,丁丹萍表示会虚心接受并加以改进。同时,她也很欣慰,许多小纸条上的内容,都对社区的绿化环境表示了肯定,这让社区工作人员都有了继续前行,提供更好的社区服务的动力。(通讯员 陈俊)



“龙舟”接力 预热六一

在六一国际儿童节即将来临之际,浦江县治平中心小学组织全体学生开展了“龙舟”接力比赛。通过比赛加强了同学之间的交流,给孩子们留下一份欢乐的童年记忆。

通讯员 沈建中 文/摄