

她们努力训练,期待和舟山排球一起成长

7月5日,舟山市全民健身中心三楼的排球训练馆,此起彼伏的排球敲击声响彻着——20多名舟山女排队员正在教练罗瑜、傅红斌的带领下进行日常训练。跑位、拦网、扣杀、接球……每个队员身上的T恤都已经深一块浅一块,头发也都被汗湿成一缕一缕的了。

在外人看来高强度的训练却是这些十几岁姑娘们的日常,从这些教练和姑娘身上也能看到舟山排球一步步前进的身影。



A 排球想要出成绩,好苗子很重要

一走进训练馆,就被队员们的身高震慑了,二十多个人高马大的姑娘在球场上尽情释放着青春活力,但罗瑜还是摇摇头:“我们队伍平均身高才一米七,远远不够,其他地市队伍的平均身高都有一米七八。”

在两位教练看来,排球想要出成绩,好苗子很重要,而身高就是排球

苗子的一大考量标准。手长脚长的身体条件在排球这项运动上占据了一定的先天优势。

除此之外,协调性、跑跳能力等也是考量孩子是否适合打排球的标准。“选人的时候,会看孩子的跟腱,如果跟腱细长,不是扁平足,这样弹跳能力会比较好。”罗瑜表示。

B 学习兼顾训练,辛苦但别有乐趣

叶玲萍是队伍里一名刚结束中考的学生,从初一进入排球队,这已经是她在队里的第3个年头了。作为一名初中生,每天训练结束后,叶玲萍还要完成学校作业,常常要奋战到晚上12点。“我这人记性比较差,如果要背书的话,时间还要晚,有时要背到凌晨两三点。”

目前,排球队里大多都是像叶玲萍这样的初中生,平时除了训练还要兼顾学习。“我们几乎每天都要训练。

周一到周五,如果5点30分放学,那么5点30分一到,我们就等在训练场地,一直训练到7点25分左右。”

在这些姑娘的生活中,节假日三个字也都被日常训练所代替了。看着同龄的小伙伴能够享受节假日,队员们心里也不止一次地羡慕过。

“参加比赛取胜的时候,就会觉得特别开心。”但一提起喜欢的排球,叶玲萍的语调都开始上扬了。

C 氛围不浓,好苗子少,是舟山排球最大的困境

虽说舟山排球正在稳步向前发展,但相比其他地市,排球在舟山的基础氛围还不是很浓。在舟山,除了几所小学之外,其他学校的排球普及度不高,直接导致孩子对于排球的认知度不高,许多学生甚至不了解这项运动,喜欢也就无从谈起。

好苗子难招更是舟山排球目前面临的一大困境。在选拔过程中,罗瑜、傅红斌经常能看到让人眼前一亮的苗子,但很多因为家长不支持的关系而无奈错过。“今年我就看中好几个学生,小学六年级毕业身高就达到了175厘米,

这样的学生有四五个,但一个也没招进来。”

究其原因,大多是因为家长怕孩子学了排球之后影响学习。“其实从事排球等运动也是多一个选择,也能考上好的大学。”罗瑜说。

(通讯员 张莉莉)

棋艺切磋中跨界打篮球玩跳绳 浙江省幼儿象棋大赛下了一盘大棋

本报讯 7月6日-8日,“2018年浙江省幼儿体育大会暨浙江省第十二届幼儿中国象棋表演大赛”在新昌县顺利举行。据了解,本届幼儿象棋大赛为期3天,来自全省各地200余名中国象棋幼儿选手,共23支参赛队伍参加了本次大赛。

作为一项集智力、技巧和体力的棋类活动,对阵双方横马跳卒,车攻炮轰,你来我往,难解难分,小选手们一个个都托腮细思、沉着落子,双方在激烈的较量过程中也充满了“以棋会友、其乐融融”的友好竞争气氛。

作为浙江省幼儿体育大会的品牌项目,幼儿中国象棋表演大赛设有个人、团体、幼儿园组和俱乐部组,并特别加设身体素质测试项目,所有参赛队员除了进行7轮的棋艺PK外,还都必须参加一分钟篮球运球(计次)和闭眼单腿站(计时)两项的身体素质检测,最终成绩由专项成绩(占80%)与身体素质得分(占20%)之和决定。

杭州市西湖区三墩镇中心幼儿园陈芳老师表示,这次比赛无论是

棋艺切磋还是身体素质测试,小棋手们都表现得沉着冷静、果断自信,发扬“胜不骄、败不馁”的精神。“在棋类比赛中,穿插了篮球运球和闭眼单脚跳,真是一个有趣的创新玩法,能有效激励了幼儿锻炼的积极性,也很好地启发了教学,以后要更加重视棋类和体育结合。”

新昌县教育体育局副局长张晓

霞说,省幼儿象棋表演大赛将象棋比赛与体育运动相结合,亦静亦动,让人大开眼界,充分体现了浙江幼儿体育敢于创新的开拓精神。大赛集开发智力、锻炼意志、塑造品格等多项益处,帮助众多小棋手锻炼胆量、开阔视野和增进友谊,对推进棋类运动普及发展有极大地促进作用。

(通讯员 叶宏军)



只要体育情怀还在 这位老师要带孩子一起奔跑

今年38岁,高级教师,先后在三所农村小学任教,如今是三年级的一名体育老师;他多次放弃去市区工作的机会,坚持在农村小学任教。他就是海宁郭店小学的体育老师朱春江。多年坚持,源于一份体育情怀。朱春江总是说:“教体育,就是要能吃苦!”

忆当年,在丁桥小学带足球队,他带领老师们“白手起家”:没有球门,先用标枪顶替,再亲自量尺寸,请机械厂的师傅做球门;没有标志,就到汽车修理厂拉了一车废旧轮胎代替……

冬天的早晨,天蒙蒙亮,草地上还都是白白的霜花,朱春江却已经到场,等着学生来训练。足球在草地上滚动,他与队员们一起哈出热气,尽情奔跑。“当时只觉得是快乐。”朱春江说,那时的几位“足球队员”现在也加入到了体育老师的队伍中。

而后的丰士小学,那里设施条件比较艰苦,他克服了硬件上的困难,组建了学校历史上第一支女子篮球队。针对农村孩子普遍耐力条件好,但力量差的问题,他又开动脑筋,将一间仓库改造成体能训练房,让孩子们在雨天也能照常训练。第二年,球队便捧回了冠军。2013年,一腔热血的他又组建了学校“光华”足球队,2014年球队在海宁市全运会上获得第一名,继续书写学校体育历史……

“散点多动,精讲多练,评价多层,快乐多趣。”他的教学风格,也得到了省教研员的积极评价:在跳高课中像这样的散点组织形式,同时运用“音乐+游戏”的尝试,值得借鉴。

“奔跑”注定是艰辛的,但朱春江劲头十足。

(通讯员 许涛)

短消息

@建德

本报讯 建德市杨村桥中心小学足球夏令营于日前正式开营。据悉,该校利用暑假生活时间,组织一批爱足球、有基础的少年加入到足球夏令营活动中,既强身健体,又提高技艺。

(通讯员 宁文武)

@海盐

本报讯 日前,为期2天的海盐县中小學生羽毛球比赛落幕。来自海盐各地的24支中学代表队共有133名运动员报名参加,创下了近几年来参赛人数新高。

(通讯员 徐会珍)