

看体育表演,做体质测试,学体育知识面面俱到 这场体育盛宴让常山、开化两地百姓畅享健康

本报记者 王品燊

“破难题、促发展、惠民生”
体育“服务企业、服务群众、服务基层”专项活动

想要现场感受省队队员的风采?想要快速检测身体素质?想要接受专业级的运动指导?这次可以一网打尽。日前,91名来自浙江体育职业技术学院的专业运动员、教练员、省体育科学研究所的专家以及全国排舞广场舞推广中心的老师赶赴衢州的常山、开化两地,为两地百姓带去了一场丰富的体育盛宴,不管是喜欢羽毛球还是足球,不论是年长或年幼,都可以找到适合自己的内容。

“从握拍到击球发力点,从走位到临场心态调整,王琳教练和省羽毛球队的队员都给了我们十分到位的讲解。”谭茹桂一直围在几名省队队员身边,直到教导时间结束了还

依依不舍。他告诉记者,以前他自认为技术还算不错,但是在这短短的时间里,他的想法却有了大变化:“细节不到位,很多路数都是野路子,他们的指导对我今后打球很有帮助。”

除了能看到专业运动员和世界冠军,最受老百姓关注的莫过于国民体质测试。在开化占旭刚体育馆内,省体科所的专家照例将设备摆放好,等待市民来参加体成分、骨密度、握力、坐位体前屈、肺活量五个项目的身体测试。开化的张珍和显得很好奇,在测试完所有的项目,她兴冲冲地将检测结果交到省体科所全民健身研究中心主任薛亮的手里。“你要管住嘴,体内脂肪含量过

高导致体重上升,长此以往对身体很不好,对膝关节等位置也会造成很大压力。”面对这样的结果,张珍和显得很惊奇:“我只是在机器上站了下,就知道我身体哪里有问题,比一些医院的体检还要方便、还要到位,我要喊我的小姐妹也来试试这些‘黑科技’。”

薛亮表示,国民体质测试不仅能让基层百姓享受到科技进步带来的福祉,还能够通过数据采集来分析我省近年来体质的变化情况。“实际上这是对‘三服务’活动进行的延伸,我们通过扎根基层,让老百姓感受到体育带来的红利,活跃人们的文化生活。”薛亮告诉记者,在老百姓体质测试完之后,他们还会送上一个“健身大礼包”,包括如何教人如何进行健康运动的教材、一个可以测BMI(标准体重指数)的卷尺和方便白领在办公间就能进行锻炼的

拉伸带,“尽我们所能来帮助大家,让大家能保持健康身体。”此外,各类科学讲座和体育训练指导也让老百姓大呼过瘾。

此外,在开化根缘小镇的广场上,原本计划15人次的小班,根本容纳不下广大百姓的热情,不得不将人数增加。虽然如此,可教练员们却还是一丝不苟地完成了教学任务。“你按掌的角度不对,太极手势讲究圆融通达,就像水管,折了,就容易堵。”中国武术段位七段、省直机关太极拳总教练刘月兰手把手教学,为学员纠正错误姿势。她告诉记者,服务基层对于她来说是最有意义的一件事:“我能感受到他们的求知欲,我也愿意尽我所能地去帮助这些爱武术的人。”

记者了解到,本次活动涉及6个大项目以及15个小项目,直接受益群众人数达5670人。



一“鼓”作气

近日,2019年温州市第六届龙舟系列赛暨高校龙舟嘉年华在温州医科大学龙舟基地激情开赛。本次比赛为今年系列赛的第一站,以各大专院校为单位组队参赛,共有22支队伍参赛,比赛项目为12人龙舟200米直道竞速。

通讯员 陈 晓

世界冠军助阵讲述体育故事 嘉兴这场科学健身大讲堂干货满满

本报讯 5月26日,嘉兴市全民健身十万人公益大培训——科学健身大讲堂在嘉兴学院开讲,共有来自市体育局、市少体校教练员、运动员和嘉兴学院师生共400余名学员前来听讲。值得一提的是,嘉兴籍皮划艇世界冠军钟红燕回到家乡,以亲身经历和切身体会,为大家诠释了“体育运动”的内涵:体育运动,绝非输赢与强身健体那么简单。

在你的印象里,体育是什么?是竞技?拼搏?抑或健康?这是钟红燕向在场观众提的一个问题。钟红燕是嘉兴桐乡人,从一名皮划艇运动员变成博士,再成为首都体育学院运动训练与竞赛学教研室的主

任,这个过程,辛苦自知。

这么多年来,钟红燕始终用持久的恒心与饱满的热情,投入到生活、比赛、工作中去,并在讲台上为中国体育培养专业人才。钟红燕这种不惧挑战的精神深深感动了在场观众。她是目前国内第一个也是唯一一个水上运动员博士,她说,这背后,得益于体育运动带给她的勇气。

钟红燕表示,自己最大的遗憾是没有获得奥运会冠军,但她觉得,享受过程比结果更为重要,这其中的快乐比金牌更重要。通过体育教育,可以培养自我意识,而不断发展的自我意识培养、不断加强的自我管理,能让人学会正确认识自己,为

将来自己在其他方面取得成功埋下种子。

“我希望将自己的经验,结合到理论课中,分享给不同的人,给人们带来一些生活的启发。”在钟红燕看来,“教练”不单指体育项目的教练,日常生活中,很多角色都是“教练”,每个人都应该审视自己、审视人生,让自己活得更坦然。”

据了解,此次科学健身大讲堂是嘉兴市体育科学协会的其中一项活动,今年,他们还将联合相关单位开展国民体质监测、电子制作大赛等活动。

(通讯员 朱 雷)

< 订阅号

@金华

本报讯 5月28日,2019年浙江省训练管理干部培训班暨第二届全国青少年运动会备战参赛动员会在金华召开。全省11个地级市,89个县级行政区体育部门分管领导参加会议。

(金体)

@衢州

本报讯 近日,浙江省学校“大手拉小手防溺水不松手”防溺水安全教育公益活动启动仪式在衢州举行。仪式上,现场开展了预防学生溺水应急救援演练,增强了青少年学生的安全意识,学习了防溺水技能。

(通讯员 石延海)

@温州瓯海

本报讯 日前,瓯海区发布《关于加强民间划龙舟活动安全管理的通告》,确定今年民间划龙舟的时间为6月1日至6月5日,11个街道的划龙舟活动规定水域也同时出炉。根据规定,市区水上巴士暂停运营,私人游艇、摩托艇禁止在民间划龙舟活动规定的水域内行驶。

(通讯员 胡思怡)

@龙游

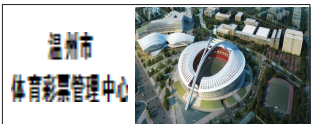
本报讯 日前,龙游县接连举办石佛乡文化旅游节暨第一届登山节、“秀水溪底杜,好礼划龙舟”首届溪底杜民俗文化节、“亲水溯源.源起源头”社阳乡乡村旅游节等文旅体活动,吸引了众多群众和游客参与。为打开乡村旅游新局面注入了活力。

(通讯员 邵银建 方梦媛)

战略合作伙伴



合作伙伴



■浙江《体坛报》社有限责任公司

本报地址:杭州市体育场路212号
浙江体育大厦裙楼
邮政编码:310004
发行热线:0571-85103334
广告热线:0571-85069545
新闻热线:0571-85178608
本报员工新闻道德监督电话:
0571-85061223