

足球、击剑、篮球玩不够,体坛民星来助力 从早到晚的黄龙体育课“含金量满满”

本报记者 洪漩

乐“学”在黄龙

本报讯 7月6日,上线一月有余的黄龙体育课又迎来一批运动少年的加入。尽管杭城骄阳似火,但也难以阻挡分别报名参加足球、击剑、篮球课程学员们的热情,他们以运动的方式为自己的暑期生活添彩。

足球小将活力十足

带球、射门……一大早,黄龙体育馆室外篮球场上,第四届“黄龙绿鹰联盟杯”青少年足球邀请赛赛事课激战正酣。烈日下,被晒得黝黑的孩子们就像一条条灵活的小泥鳅,在场地上窜来窜去。浙江黄龙绿鹰足球俱乐部教学督导林晗告诉记者,本次赛事课共有来自全杭城各小学的600余位小将,按照年龄段分为甲、乙、丙三个组别40支队伍,进行为期两天的激烈角逐,这场火热的足球赛事课简直是一场“少年版世界杯”。

赛事之余,教练们针对低年龄段的小朋友还专门设置了理论课,进行赛事规则、比赛阵型、配合套路等内容的讲解。只见教练一声令下,前一

分钟还“刹不住车”的孩子们,迅速听从指令集合。林晗表示,通过授课将足球文化更好地融入到孩子们当中,调动孩子积极性,培养他们对足球的热爱。

金牌教练传授剑术

足球课还未结束,另一边击剑馆内,一群萌娃正跟着教练有模有样地比划着。为了能给孩子们带来尽善尽美的上课体验,原国家击剑队队员、一级运动员、现任黄龙击剑馆馆长的“金牌教练”周雪峰可是做足了功课。

“一开始是跑跳热身,观察孩子们的协调能力,还设计了很多趣味游戏,并准备了一些击剑小故事来进行分享。调动起孩子们的兴趣后,再进行握剑、实战姿势、模拟刺靶、两两对决的进阶课程。”周雪峰表示,黄龙体育课击剑课为了让孩子们深刻感受到体育的魅力,希望能更多地让孩子们动起来,而不是单纯在击剑项目的技巧练习上。

“黄龙体育课在我们家长圈内反响很好,我女儿一看到有击剑项目就积极地报名了。小孩子不仅仅接受

到了专业的体育技能培训,同时也交到了很多好朋友。”看着7岁的女儿卓卓在教练指导下练得认真,章云在场边忍不住为黄龙体育课卖力“吆喝”起来,“这样好的体验课,我们会一直关注下去,下周的游泳课我们已经报上名了。”

广厦男篮带来纯正篮球味

夜幕降临,一群篮坛高手现身黄龙体育馆,他们是来自浙江广厦篮球俱乐部的教练员和运动员们,专程为学员带来一场专业性趣味性共融的篮球课。值得一提的是,浙江广厦篮球俱乐部主教练李春江也惊喜现身,为篮球少年们做开训动员。这也让一旁热爱篮球项目的家长们忍不住“尖叫”,直言课程“含金量太高了”。

“我觉得这帮孩子挺可爱的,虽然只相处了这一小会儿,但他们的兴奋劲和投入劲儿,非常难得。希望通过这次篮球课对孩子们有很好的启发。”李春江表示。看着在球场上玩得尽兴的女儿,家长曾红在场边也非常兴奋,这是女儿上的第三次公益课,她高兴地说:“把孩子交给黄龙体育课,只有放心。”

老年人爱的门球 小学生也摸得“门清”

本报记者 华雨晨

本报讯 上周末,2019年杭州市青少年门球锦标赛在杭州门球馆举行。随着暑假的到来,原本老年人唱主角的杭州门球场迎来了小客人。为期两天的比赛分为夏令营集训和正式比赛两部分,来自杭州市青少年门球训练基地、各地区门球协会和团体会员单位的近200名学员和五所学校八支青少年门球队参加了本次活动。选拔出来的优胜队伍将参加随后举行的浙江省青少年门球锦标赛。

来自杭州市良渚三小的梅啸今年12岁,接触门球已经有两个学期。他说:“我很喜欢这个运动,每次击球和撞球看似简单,其实都需要技巧。”在他的学校,还有5位同学和他一起练门球,而且有个专门成立的门球社团,一周有两节课的练习时间。

据了解,赛前杭州市门球协会的成员就开展了“亚运在杭州——门球进学校”系列活动,分别为杭州市青少年门球训练基地的五所学校送去了球场草坪、球棒、门球号码、不记分牌等门球器材。

据杭州市门球协会副主席兼秘书长虞雅琴介绍,全市共有7个青少年门球训练基地,多所小学开设了门球相应的课程,其中杭州春芽实验小学还将门球作为其学校特色体育项目来建设。

新手上场

进入暑假,体育运动成了不少孩子们的乐趣。7月4日,在建德市体育馆乒乓球训练中心,众多孩子在教练指导下,正认真地练习握拍方法、打球基本步法等乒乓球运动技能知识。

通讯员 宁文武



了不得! 这位宁波女孩打着篮球上北大

见习记者 易龙吟

过完这个暑假,张烨瑶就将正式成为北京大学新闻系的一名大一新生,但事实上,她的大学生活已经开始了。7月5日,张烨瑶来到了北京大学,开始训练,为即将到来的篮球比赛做准备。

从一名业余篮球运动员,到浙江省篮球队再到清华附中、北京大学,张烨瑶说,成功背后就是比别人更多的付出和努力。

2011年,宁波体校到各个学校选材,一眼就看中了身体条件出众的张烨瑶,短短两年时间,张烨瑶进步神速,2013年,正式进入省队。

张烨瑶的教练林伟透露,其实,张烨瑶的父母一开始不想让女儿走体育的路子,怕耽误学习,但在教练、学校和体育局的多方努力下,父母还是把张烨瑶送到了宁波体校。张烨瑶说,她要感谢篮球、感谢体育,不仅为自己的人生插上了一双翅膀,更让

她多了一个进名校的机会。

在宁波体校,张烨瑶和学弟学妹们分享了自己的心得,她说,考试就好比投篮命中,一击得手。但是背后离不开长期的训练,篮球让自己练就了不怕吃苦,持之以恒的韧劲,更教会她自律。

对于这个打着篮球进北大的女孩来说,篮球不仅伴随着她长大,更教会了她成长。

张烨瑶说,“以前自己性格有点急躁,难免会在球场上跟队友甚至对手发生一些小矛盾,但慢慢的,我知道了队友都是我的家人,是一起为目标奋斗的小伙伴。”

2012年、2013年全国U13冠军、2014年第15届省运会女篮乙组冠军、2016年省青少年锦标赛冠军……凭借着在省队的优异表现,2016年,张烨瑶来到了清华附中,开始了她的高中生活。

高一开始,张烨瑶发现自己在文化课上和同学们的差距非常大,特别是英语和数学,老师上课教的她几乎都听不懂。这时,她打篮球时那股不服输的劲头上来了。

白天在学校时,除了日常的学习和训练,张烨瑶还要比别的同学花更多的时间和精力在学习上,张烨瑶说:“就是‘死皮赖脸’地向同学、向老师请教,幸好从小就参与集体运动的我,人缘还不错。”课后,她还自己请了补习老师,从基础开始抓起,把以前遗漏的知识都补上。回想起那段时光,张烨瑶说,“虽然很辛苦,但是也让她学会了如何更高效地管理和利用自己的时间。”

对于即将到来的大学生活,张烨瑶充满期待,她希望自己能能在篮球生涯上有更大的突破,同时,选择了新闻专业的她希望以后能成为一名新闻工作者。

短消息

@文成

本报讯 日前,2019年浙江省第五届青少年学生阳光体育运动会羽毛球比赛在文成落幕,来自全省各地的15支代表队伍,共计209名运动员参赛。最终,温州市马鞍池小学代表队分别夺得本次比赛甲组男子团体和女子团体项目双料冠军。

(文体)

@龙游

本报讯 从7月1日开始,龙游县少体校组织开展2019年暑期短期集训活动,集训将重点聚焦田径项目,为7月至8月举行的省阳光体育运动会中学生田径比赛、省田径冠军赛及市青少年田径锦标赛积极备战。

(通讯员 邵银建 刘晓杰)