

放下柳叶刀 走上篮球场 衢州六旬名医成球场上“超级明星”

见习记者 陆英健



七彩人生

随着裁判一声哨响,65岁的占蓓蕾走上球场,作为球场上年纪最大的球员,强悍的球风、精湛的球技,一下子就吸引了场边众多的目光。日前,衢州市“烛光杯”篮球比赛正式打响,衢州市中老年篮球队又开始了新赛季的征程。



占蓓蕾(右二)

外号“光头强” 球风强硬刚猛

占蓓蕾所在市中老年篮球队是市里平均年龄最大的一支队伍,球场上,他们的对手常是二三十岁的小伙子,而作为队里年纪最大的成员,占蓓蕾打起球来却丝毫不落下风。

在球场上,占蓓蕾与队友们一起来回奔跑不遗余力,控球、投篮、传球……四节的比赛跑下来他也游刃有余。他个子虽然不高,但体格健壮,球风强硬且刚猛,“最喜欢的打法就是突破后勾手投篮,还有抢下篮板后二次进攻。”占蓓蕾是队友眼中的不老神话、拼命三郎。“平时CBA、NBA都看,最喜欢的球星是乔丹。”

球场上他大胆自信,比赛中经常会主动请缨对位对方的箭头人物。有一次比赛,他主动要

求替换队内的外籍队员上场,防守对方的核心球员,但仅仅一节不到的时间就因犯规数达到五次被罚下场。即便如此,他的热情和斗志依旧深深感染了身边的每一位队友。球场下他为人风趣幽默,还喜欢给队友取外号,“熊大”“疯狗”等等绰号都出自他口。

“我们都叫他光头强,就是说他打起球来有一股狠劲。”队友陆路如此评价占蓓蕾,“别看他年纪最大,整个人透着一种自信,常自称超级巨星,每次抢到篮板球都要大喝一声:‘还想跟我抢篮板?’我们可一点也不敢小看他。”队友周亮就是占蓓蕾口中的“熊大”,提起他,周亮更加不吝赞美:“球场上,他什么都能干。”

身为骨科名医 经常抢了队医的活

球场下,占蓓蕾还有着更为人们熟知的一面:衢州市著名骨科专家,市级名医。

占蓓蕾告诉记者,中学时代,自己就渐渐喜欢上了篮球这项运动,考入浙江医科大学(现浙江大学医学院)后,他对于篮球的热爱有增无减,篮球成了他繁重学业之外为数不多的自留地,陪伴他度过了大部分的闲暇时光。

从学校毕业后,占蓓蕾被分配到衢州市人民医院,成为一名骨科医生。即使工作再忙,他也会抽空享受球场。他还经常与医院的伙伴组队,与驻衢部队、厂、省、市内各医院等等的球友交流球技。从起初的一名年轻的小医生,到主任医师、二级教授,再到一步步成长为衢州市人民医院骨科主任、省骨科学委员、全市名医。得益于骨科专家的身份,若队友在比赛中出现伤

病,占蓓蕾第一时间就能给出完美的治疗方案。队友纷纷调侃,有他在,队医的存在感都快降到谷底了。

由于老年队平时的队内训练赛需要分组进行,出于对年纪最大的占蓓蕾的尊重,队内还赋予他一项特权:可以任意激活一名已经达到犯规次数被罚下的队友,但要强的他很少动用这项特权,坚持公平比赛,一视同仁。

对篮球的热爱让占蓓蕾无论多累多忙总要抽出时间运动,有时甚至宁可调休,也绝不愿意错过比赛。2014年衢州市中老年篮球队成立,占蓓蕾二话不说当即就报名加入,7年来每场比赛从不缺席,成了球队的元老之一。占蓓蕾说,篮球运动带来的强健体魄一直是自己应对高强度学习和工作的本钱,之后自己还要一直打下去。

力争“十四五”末老年人体育健身人口达到70% 杭州富阳老体协绘制发展蓝图

本报讯 日前,杭州市富阳区老年人体育协会制定并实施《杭州市富阳区老年人体育事业“十四五”发展规划》(以下简称《规划》)。

据了解,截至2019年底,全区男60岁、女55岁以上老年人口常年经常性参加体育健身人口占比65%。《规划》提出目标:通过持续五年的努力,力争在“十四五”末,富阳区老年人体育健身人口占到老年人口的70%。

《规划》提出,在组织建设方面,富阳区老年人体育协会要健全完善各乡镇(街道)老年人体育协会,城区社区建立中老年体育辅导站,加快老年体育俱乐部建

设;在队伍建设方面,要积极推动和发展适合老年人体育活动的目,加强各项目教练员、裁判员队伍的建设;在设施建设方面充分利用、盘活用好高架桥(路)下的场地,规划建设门球场、地掷球场等老年人体育设施等。

同时,在活动建设方面要落实老年人体育年度培训、交流、展示、比赛活动计划,多渠道筹措老年人体育发展资金;在宣传推广方面,要重视加强基层老年人体育工作信息队伍建设,倡导引领科学健身,进一步重视扩大线上交流传播活动面及传播效果。

(通讯员 鲍学红)



日前,淳安老年体协老年人持杖健走培训交流活动在千岛湖秀水广场举行,来自千岛湖镇11个社区113名老年持杖健走爱好者参加了此次活动。

通讯员 陈达伟

仙居推广新式太极拳套路

本报讯 日前,仙居县老体协太极拳剑协会开展新28式太极拳竞赛套路培训活动,一百多名成员参加了此次培训活动。

据了解,这套新创编的28式太极拳是国家体育总局倡导推广的健身项目,以杨式太极拳为基础,继承吸收陈式、吴式、武式、孙式太极拳中有代表性、难度适中的动作,易学易练,丰富老年朋友健身,符合新时代老年人的健身需求。

现场,郑洪大介绍了太极拳的

基本常识及练习要领,就新28式太极拳详细阐述了每个动作的标准、手型、步法、眼神、注意事项等。对太极拳基本功教学,太极的功能、技法、学太极的意义与及怎么学好太极拳等做了详细的讲解,会员们学习十分认真,收获良多。

最后,会员们纷纷表示,希望能以此次培训为契机,继续好好练习,将新式太极拳动作招式练习透彻,并将健身知识传播给更多的人。

(通讯员 郭汝浩)