“星星的孩子”斩获全国跳绳挑战赛金牌

背后是一位母亲用运动的方式为其点灯

本报记者 洪 漩

孤独症孩子，犹如天上的星星，一人一世界，孤独地闪烁着微弱的光芒，他们因此被称为“星星的孩子”。13岁的匡匡，就是这样一个“星星的孩子”。而令人吃惊的是，如今的他不仅能够完成简单自理，甚至在2022年全国残疾人跳绳线上挑战赛中获得男子智力组个人花样跳绳金牌。

晴天霹雳，他与众不同

匡匡大约一岁左右，夫妻二人发现孩子的异样，后被被诊断为“自闭症谱系障碍倾向”并且伴随智力障碍和多动。“这个词汇很陌生，当时我们没有意识到问题的严重性。”妈妈许军梅回到家上网搜索后得知，自闭症又被称作孤独症，是一种终身的神经发育障碍。“终身不愈，一下子觉得晴天霹雳。”

许军梅的微信名叫做“牵着蜗牛去散步”。为了全职照顾匡匡，没有了经济来源的许军梅陷入了生活窘境，最难的时候卡里仅有300多元。于是，她求助了社区，嘉兴南湖区南湖新区（东栅街道）化东社区的工作人员施以援手，帮助申请低保补助。“很多好心人为我们提供了帮助，总算渡过了难关。”如今，许军梅也会做点手工活补贴家用。

独辟蹊径，运动中享受快乐

虽然生活勉强得以维系，但是康复机构的费用却再也无力承担。于是，许军梅自己当起了“特教老师”，为孩子定制了私人教学计划。这份计划中，包含了跳绳、踢毽子、羽毛球、乒乓球、轮滑、独轮车等多项运动项目。

“因为孩子是自闭症伴随多动症，所以睡眠不规律，甚至还会影响到邻居休息。于是，我萌生了带孩子运动锻炼的想法。白天玩累了，晚上能安静入睡。”鉴于康复训练时感统老师建议孩子多蹦跳，于是，家住一楼的许军梅入手了一张蹦床，每天陪着孩子适应弹跳。她很快发现，运动带给孩子的愉悦超乎想象。

这个发现令许军梅感到欣喜，于是，她逐渐带着匡匡解锁更多运动项目。许军梅直言，虽然她和儿子在生活上几乎没有过多物质需求，但是在运动器械上她十分舍得，“羽毛球拍、乒乓球拍都得好几百，但一想到孩子能从中不断收获快乐，值了！”

星星闪耀，“小蜗牛”获首金

对于大部分来说，跳绳运动几乎没有任何门槛。但对于自闭症孩子而言谈何容易。许军梅说：“在我心目中，匡匡也是个普通孩子，我想教会他。”于是，许军梅开始教匡匡跳绳。她递给匡匡一条毛巾，从单手甩毛巾开始。“先是右手，再左手，再双手，再甩一下，蹦一个……每天重复练习，直到大半年后，终于能跳一个。

考虑到学习的趣味性，许军梅让孩子变着花样跳绳。每解锁一个新动作，匡匡的快乐都溢于言表。而他的表现也吸引了南湖区残联工作人员陈珍的注意。正是在她的建议下，匡匡分别参加了2020年和2022年两届全国残疾人跳绳线上挑战赛并收获一银一金。

“与其说是坚持运动，不如说是享受运动。通过运动，匡匡变得自信，也逐渐更好地融入社会。”许军梅感慨，孩子在运动中找到了“自我”，与此同时，她也有个心愿：“如果相关机构能看到匡匡的运动强项，并且可以给他施展才能的空间，希望能够联系我们。”

舞动新时代

近日，玉环市龙溪公园里，玉环市龙溪镇蕲春党建工作站组织的外来务工人员身着节日盛装，随着动听婉转、民族风十足的旋律，跳起俏美、活泼、欢快的家乡民族舞蹈鼓盆舞，再现了一幅幅喜收丰收粮的美好情景，异乡展风采，喜庆党的二十大胜利召开。 通讯员 詹 智

湖州“运动加油站”家门口助力健康

本报记者 陈素琴

“大家先看我示范一遍，然后大家一起。”人群中，57岁的长兴县老年大学教师张爱萍，正在队伍前认真地摆着姿势。10月21日，长兴县首期“运动加油站”在台苑新村开班，中国武术五段位、国家二级裁判员、国家级社会体育指导员张爱萍为学员们授课。“除了每周在老年大学完成8课时教学外，我也利用课外空余时间热心指导学员和社会人士加强太极拳、太极剑和气功练习，与学员一起强身健体，带动身边老年人建立良好的养生健身习惯。”张爱萍说。

在张爱萍看来，在常态化防控疫情的当下，大家都更加重视健康，主动出来活动锻炼的老年人也越来越多。对于来参加“运动加油站”的老年人，张爱萍说：“关键是动起来，保持健康活力的状态就行。”

而这一幕，仅是湖州“运动加油站”的一个缩影。如何让百姓健身更专业、更丰富？从去年起，湖州市体育局就开始试点建设“运动加油站”，今年又新增100个，目前，全市共有200个“运动加油站”。每个站点配备10名社会体育指导员，只要通过微信小程序即可就近预约报班，免费上课并享受科学健身指导。

湖州市体育局有关负责人表示，通过培训，从全市11500多名社会体育指导员中选拔了2000名业务能力强、奉献精神佳的代表，他们持证上岗、定时驻点各个运动加油站，为群众开展公益性科学健身指导。同时，为确保教学质量，湖州市还建立了体育运动指导员动态调整机制，对表现优秀的指导员评优奖励，对表现欠佳的则调岗淘汰。“我们也在确定站长人选上花了心思，重视选拔过程，充分做好社会体育工作开展中‘人’的文章，有效联通湖州市46个乡镇916个行政村社会体育服务的通道。”

接下来，湖州市体育局将本着服务群众的宗旨，不断探索培训新模式，将全民健身活动落实到基层，走近群众身边。同时推出“社会体育指导员精英计划”，进一步激发全民健身的积极性，不断满足城乡百姓对优质公共服务的需求。

浙江大中小学将有体育教练员

本报记者 陈素琴

（上接1版）此外，《实施意见》打通学校教练员和体校教练员交流互通的通道，鼓励面向全国引进优秀教练员人才，高水平人才享受当地人才政策。“这也为浙江引进高水平体育人才打通了通道。”

这一政策的推出，有利于进一步深化体教融合、加强学校体育工作、提升学生运动技能水平，对于青少年体育人才的培养有很大帮助；有利于拓宽优秀运动员的就业安置途径，为优秀运动员进入学校执教畅通渠道。从长远看，有助于从小培养塑造青少年一代的体育观念和体育技能，从源头上促进全民健身意识得到提高，从而推动全面健身、体育产业的发展，为高水平现代化体育强省建设夯实群众基础和社会土壤。

广场舞跳出“文明范”！余姚降噪“神器”上岗

广场舞噪音扰民，怎么解？近日，余姚兰江派出所自创了一个定向隔音设备，专治广场舞噪音，目前，首批降噪“神器”上岗，派上了大用场。

在全民健身中心操场一侧，一群经络健身操爱好者正跟着音乐节奏翩翩起舞。队伍前方，摆着一个1米左右高的大箱子，它就是降噪“神器”——隔音箱。这款隔音箱是由木工板钉起来的，顶部、底部和三个侧面封闭，一个面开放，木箱内壁贴着三四厘米厚的隔音棉。音响设备就放在这个箱子里，可以让声音被聚拢到未封闭的一面，并定向传送到跳舞的人群中，起到了一定的降音作用。

“这个隔音箱是兰江派出所免费发放给我们用的，用上后，确实传向别的方向的声音很小了。”经络健身操爱好者龚秀娥说道。全民健身中心工作人员凡秀明也明显感受到了这个降噪“神器”的功效。

兰江街道辖区内广场众多又紧邻居民区，因夜间跳舞产生噪声的投诉事件偶有发生。今年以来，兰江街道办事处、兰江派出所在如何有效降低广场舞噪声方面进行探索，通过多次反复尝试和实验，制作出了一款隔音箱，这个隔音箱是兰江派出所辅警根据自己的木匠手艺专门定做的。

据悉，目前，已有10个广场舞团队在使用这款隔音箱，在不影响市民跳广场舞的同时，有效减少噪声扰民现象，娱乐休息两不误。

（通讯员 陈 醉 俞丽丹 徐珊珊 劳超杰）