

组队3个月拿下全国赛季军,海宁小伢儿何以成黑马?

本报记者 洪 漩

组队短短3个月,却能在全国赛登上领奖台?这不是什么热血漫画的剧情,在前不久结束的全国青少年软式曲棍球锦标赛中,海宁经济开发区实验小学U8“灵心战队”在来自全国的参赛队伍中脱颖而出,一举夺下该组别季军,成为最大的黑马。

成立全市首支队伍

“原本只是抱着带孩子见见世面,借助比赛进行拉练的心态参赛的,没想到孩子们比我想象中的更有拼劲。”提到孩子们赛场上的表现,教练陈怡涛说,“速成”不是偶然,而是依靠背后每个孩子的刻苦训练与家长的大力支持。

目前,软式曲棍球尚属一种时新的运动项目,浙江省内开展此项运动的学校不多。在海宁经济开发区实验小学内,可选的体育运动不少,除了足篮排等普及度较高的常规运动外,也不乏橄榄球等小众项目,而软式曲棍球则是刚刚开设的项目。今年9月,学校组建了全嘉兴首支软式曲棍球队,成员则均选拔自小学一至二年级。

“项目很新颖,孩子们很快来了兴趣。”陈怡涛介绍,软式曲棍球入门简单,对训练场地的要求少,又是一项安全有趣的团队运动,深受孩子们喜爱。

教练和队员一起成长

为了让孩子们接受专业训练,学校从杭州聘请了专业教练。“我也是和孩子们一起成长的,我们边学边练边教。”陈怡涛告诉记者,队伍每周训练三次,分别在周三、四课后以及周六上午。训练主要是对球感的培养,内容包括带球绕筒、射门等。软式曲棍球球速非常快,射门的稳定性对赢得比赛至关重要。其次就是实战演练,队内常会组织小组对抗赛。也会外出与其他校队进行交流切磋。“孩子们在对抗和碰撞中培养了默契,提高了技战术水平,更懂得了团队协作的重要性。”



值得一提的是,孩子们在家也不忘加练。“父母也会主动将孩子们的训练视频发到家长群里,家校联合,孩子们的进步才会如此迅速。”

2023年全国青少年U系列软式曲棍球锦标赛开赛几周,队伍进行了集训。每次长达两小时的训练课对这群7、8岁孩子的体能是一个巨大考验。纵然如此,孩子们依然热情高涨、情绪饱满,直到训练课的最后一分钟都手握球杆奋力跑动。勤奋地训练也为这支初出茅庐的球队取得佳绩奠定下坚实的基础。

海宁经济开发区实验小学软式曲棍球项目负责老师朱钢告诉记者,下一步学校将布局梯队建设,着力打造一支后备力量可观的强队。

桐乡濮新学校特色跳绳跳出新花样

一名小运动员单脚踩住绞得像麻花一样的跳绳,然后又快又稳地起跳,极富观赏性。日前,浙江省第二届花样跳绳运动汇总决赛在桐乡举行,让大家见识到了花样跳绳的有趣之处。而在桐乡市濮新学校,花样跳绳也已成为学校的体育特色。

说起与花样跳绳的缘分,该校体育老师钱春英告诉记者,三年前,学校引入了跳绳这项运动。“随后我们发现跳绳也有多种形式,于是一边外出学习,一边邀请专业人士来到学校。我们将花样跳绳融入学校的日常活动中,在体育课、大课间等时间开展,并成立花样跳绳队,最终成为了学校的一个体育特色。”钱春英说。

上午9点多,濮新学校大课间开始,学生做完广播体操后,便拿出绳子跳了起来,交互绳,车轮跳,一字跳,八字跳,双摇,单摇……动作或快或慢,技巧却无比娴熟。501班张旭跳花样跳绳已经好几年了,还曾代表学校参加过嘉兴市级比赛。张旭觉得,跳绳让自己收获了快乐。这段时间,他正在参加线上的省级跳绳比赛,每天放学后跳1500次,雷打不动,很有成就感。

今年5月的嘉兴市第三届中小学生跳绳锦标赛中,濮新学校与来自各地的26支代表队展开角逐,最后获得小学组团体总分第四名的佳绩。在个人项目中,学校学生还获得了男子1分钟双摇冠军、30秒单摇季军等好成绩。

作为体育特色项目,濮新学校每学期还会举行校园“跳绳吉尼斯”大赛、跳长绳团体赛、挑战赛等。校长沈惠清表示,濮新学校以“人手一绳,以绳育人”为宗旨,目的是让运动成为学生们的习惯,帮助他们强健自己的体魄,促进身心的和谐发展。

(通讯员 朱方红)

2023嘉兴市八人制足球冠军赛鸣金收兵

本报讯 12月3日下午,嘉兴市城东足球场人头攒动、格外热闹。伴随着比赛结束哨声的吹响,2023嘉兴市八人制足球冠军赛圆满落幕。

本次比赛分为青年组和中年组两个组别,共13支队伍百余名选手参赛。自11月4日比赛开幕

以来,一个月时间里,共进行了五轮激战,为观众奉献了30场精彩比赛。

“举办本次比赛,旨在为广大足球爱好者提供了一个展示自身技术的平台。虽然大家都是业余选手,但每个人在这片绿茵场上都有属于自己的光荣与梦想,这是足

球的魅力,也是体育运动的魅力。”市足协相关负责人介绍,作为城市业余足球竞技活动的重要组成部分,该项赛事不仅提升了市民的体育运动参与度,也促进了城市足球文化的发展和交流,为推广全民健身注入了新的活力与动力。

(通讯员 戴瑞雪 刘鸣晓)

这场运动会让禾城老年朋友找回青春

投篮、飞镖、气排球……12月3日,嘉兴老年大学第三十一届体育运动会开幕,近千名学员参加了12项比赛,大家在轻松、愉快的氛围中感受到了运动带来的健康和友谊。

简短的开幕式后,运动会的各个项目正式鸣锣开赛。飞镖是比赛当天的热门项目,几个镖盘前排起了等待参赛的“长龙”。“哇,十

环,太牛了!”赛场边围满了观赛的学员,每当出现十环的佳绩时,现场就会齐声叫好。“我今天8镖打了54环,看看能不能得个名次。”门球班学员陈师傅告诉记者,20多年前他就在工作单位里玩过掷飞镖,如今“重操旧业”,手感不免有些生疏。

“虽然今天的比赛成绩不是太理想,但快乐最重要,我和姐妹们

都玩得很嗨,好像找回了青春的感觉。”门球班学员马淑香说。

今年72岁的倪桂花也是门球班的学员,学习打门球5年多,参加过好几次社区举办的门球比赛,门球给她的晚年生活注入了无限的活力。“健康和快乐永远都是第一位的,能结识那么多兴趣相投的老姐妹,则是更幸福的事。”倪桂花说。

(通讯员 韩瑜超)