

嘉兴这所高校的体育老师,来自中国男排

“孩子们,这么早就去训练呀!”本周三早晨6点,嘉兴南湖学院男生寝室的阿姨刚打开宿舍楼门,几名身穿红色队服的学生就冲了出去。他们是嘉兴南湖学院排球队的成员,无论春夏秋冬、阴晴雨雪,每逢周一、三、五、六都会准时出早操。

这支有活力、有斗志的队伍,出自嘉兴南湖学院的体育老师兼排球队教练——张祖源之手。

1997年出生的张祖源是山东人,2017年入选国家队,成为了当时那一批国家队成员中最年轻的一个。遗憾的是,2022年,25岁的他在一场比赛中受伤,迫于无奈结束了他的职业生涯。同年11月,重新振作起来的张祖源在爱人贺佳的鼓励下来到嘉兴南湖学院,成为了一名体育老师。

彼时,当时的嘉兴南湖学院没有开设室内排球课的经验,唯一一个综合性室内体育馆,也是

按照篮球场地进行设计的。张祖源在征得学校同意后,在体育馆的地面上,按专业的排球线画法,用钢尺量着,一段一段地拿白色胶带“贴”出了一块训练场。很快,他召集起了首批队员,嘉兴南湖学院也自此拥有了一支属于自己的排球队。

“贴好场地的那一天,队员们感到很兴奋,主动延长了训练时间,我也非常激动。”张祖源表示,“我的梦想就是培养具有‘排球精神’的年轻人。”

一年半的时间里,随着队伍的组建和高强度训练的常态化,学校越来越重视排球队的建设,在场地、器材、服装上都给予了一定的支持,排球队的成员也从5人增加到了15人。如今,在嘉兴南湖学院体育馆里,篮球线、排球线相互交织,每天的不同时段,都有学生们在此挥汗如雨。

对排球有着热血的张祖源,

带队时是怎样的?队员们有个统一的回答:排球爆改计划。所谓“排球爆改计划”,就是指通过严格的训练,让队员的精神面貌彻底“焕新”。比如,每周至少4次早上6点出早操,周内训练时间不少于25小时;再比如,“8个400米”项目中,要求每一圈都要在1分03秒内跑完,每圈间隔只有4分钟……

机电工程学院的大三学生马野,是如今嘉兴南湖学院的排球队队长,也是“爆改”成功的典型。刚入队时,马野的身体素质较弱,面对高强度训练非常不适应,甚至多次产生了想放弃的念头。张祖源发现这一点后,多次找到马野促膝长谈,“给他讲了许多中国排球的故事。如今,马野自信阳光,与师长侃侃而谈。

张祖源表示,嘉兴南湖学院排球起步晚、资源较少,在客观条件上有一定限制。为了随时准备

迎接比赛,张祖源对训练一刻也不敢松懈——没把握,就比别的学校练得更多;没经验,就多次研究往期比赛视频;怕怯场,就提前约强队“找一次虐”。大一的排球队员杜海宇表示:“一开始,面对一些如雷贯耳的队伍真的会紧张,但后来打得多了,就越战越勇。”

今年5月,嘉兴南湖学院排球队第一次参加浙江省大学生排球联赛,刚一亮相就在21支参赛队伍中拿到了并列第9名的成绩。

“成绩不是目的,努力的过程才最为珍贵。”张祖源说,“排球精神”能够帮助学生们塑造坚韧的品格,获得追逐梦想的力量,他希望“排球精神”能够在这一支“南湖红”上得以传承,也希望将这样的精神,传递给嘉兴南湖学院的每一位学生,让大家都能够向阳而生。

(通讯员 李世嘉 张梦婷)

余姚肖东二小八年七获省冠军

本报讯 5月22日,ZSFL浙江省第十五届中小学生校园足球联赛小学女子组总决赛在嘉兴落幕,余姚市肖东第二小学(以下简称“肖东二小”)校队荣膺桂冠,实现三连冠。

本届比赛共有来自浙江省各地市的16支球队参赛。肖东二小球队在比赛中展现了强大的实力,以六战六胜、进48球丢2球的成绩

拿下冠军。赛后,肖东二小队员李皓然被评为最佳球员,并同队员张滢滢一道入选最佳阵容。

自2017年以来,肖东二小8年内7次登上省校园足球联赛小学女子组总决赛的冠军领奖台。凭借今年的冠军,肖东二小继2019年之后再次取得三连冠。建队9年,肖东二小共计获得省级比赛冠军9次,并在宁波市校园足球

联赛揽下十余座冠军奖杯。

肖东二小校长周利红介绍,学校非常重视足球运动的发展,从二年级到六年级,每个班级都建有班级足球队,每年开展校园足球班级联赛和校园足球文化节。“校队外出比赛期间,会安排一名文化课老师跟队辅导功课;赛后,任课老师也会主动参与补习。”周利红说。

(通讯员 龚旭琪)

全国羽球少年7月挥拍江山

通讯员 毛武俊 本报记者 杨凯纯

本报讯 记者日前从江山市体育局获悉,2024年全国东西南北中羽毛球大赛青少年赛浙江江山分站赛将于7月5日-7日在虎山运动公园举行。目前,赛事的报名工作已正式开启。

据悉,全国东西南北中羽毛球大赛青少年赛自2018年创办以来,已成为一项具有广泛影响力的全国青少年羽毛球项目品牌赛事。2024年全国东西南北中羽毛球大赛青少年赛共设10站分站赛,江山站为第六站,获得各分站赛各单项冠军的选手或组合,将有资格参加2024年全国U系列南北赛区分区赛。

江山羽毛球产业发展于20世纪80年代,经过多年发展和培育,目前拥有羽毛球球生产及配套企业55家,从业人员2万多名,拥有全国65%的羽毛球市场份额。

多年来,为扩大江山羽毛球产业影响力,当地羽毛球企业先后赞助承办全国企业羽毛球赛、“浙闽赣皖”四省边际羽毛球邀请赛等赛事。去年,当地投资15亿元建设的虎山运动公园正式开园,既满足当地民众的健身需求,也为江山承办大型羽毛球赛事提供了硬件基础。

参赛选手可通过关注“中国羽毛球协会”官方微信公众号,在功能栏“协会动态”搜索“全民健身赛事报名”,即可报名赛事;报名截止日期为6月17日16:59分。

少年跑酷

5月19日,湖州城市运动街头系列赛迎来了青少年跑酷挑战赛决赛。这场赛事汇集了来自湖州、杭州、宁波、温州、金华、衢州等地的青少年跑酷选手,不仅考验参赛者的技巧和创意,也展现了跑酷作为一项街头极限运动的独特魅力。

通讯员 张欣



短讯

@绍兴

本报讯 近日,绍兴市教育局对全市2024年《国家学生体质健康标准》测试抽检复核情况进行通报。其中,柯桥区总平均分、优良率、合格率三项指标均位居全市榜首,这是柯桥区连续三年蝉

联初中、小学学生体质健康测试第一名。另外,上虞区以97.5%的优良率登顶全市第一,并取得了合格率100%的好成绩。

(通讯员 李振宇 成波 魏波)

@温州瓯海

本报讯 5月18日,全国青少年风筝制作放飞赛(浙江瓯海站)在温州大学附属南白象实验小学举行。此次大赛作为全国目前规模最大的青少年风筝大赛,共迎

来57支队伍、各地近200名风筝爱好者。

(通讯员 陈晓芳)

@乐清

本报讯 5月19日,2024乐清市中小学生体育武术套路锦标赛在乐清市育英寄宿学校落幕,全市65所中小学共377人秀出“武艺”,展现出乐清少年的活力与朝气。

(通讯员 戚梅丽)