

免费学游泳,“小候鸟”还收到惊喜礼物

本报记者 孔乐佳 潘笑坤

本报讯 近日,2025年浙江省黄龙体育中心第十届“浙样运动·小候鸟”公益游泳培训火热进行中。该项目专为来自全国各地的“小候鸟”们设立——他们的父母在杭州工作,暑假是他们与父母团聚的珍贵时光。

据了解,首期培训名额一经推出便“秒光”。为让更多孩子掌握必备的自救技能、体验游泳乐趣,黄龙体育中心特别增设了一期培训。今年共有120名8-15岁的“小候鸟”参加,每期培训为期8天。

包玉刚游泳场内,第一期“小候鸟”们正进行竞速赛,作为他们学习成果的展示。泳池里,孩子们奋力划手、蹬腿,水花飞溅。即使速度不快,他们也牢记动作要领,拼尽全力向前游去。最终,比赛前三名获得了奥运冠军汪顺亲笔签名的礼物。

来自江苏苏州的9岁男孩王

晨曦夺得第一名,他惊喜地说:“来之前没想到免费学游泳还能得到汪顺的签名照和泳帽!”经过培训,他已掌握了蛙泳和自由泳,技术动作和速度都有明显提升。为了丰富暑假生活,父母还为他报了篮球班,但他更偏爱游泳:“因为在泳池里能够消暑。”

“我第一次拥有奥运冠军的签名泳帽,要带回家收藏起来!”林嘉佑兴奋地说道。他随父母从安徽宿州来杭,学过游泳,但如今已有些生疏。林嘉佑妈妈是游泳爱好者,她希望通过这次公益培训让孩子接受专业教练的指导,“他之前学得比较散,这次进步神速。现在他还会指导我游泳。”

今年是黄龙体育中心坚持举办“小候鸟”公益游泳培训的第十个年头。十年来,已有五百余名外来务工人员子女在这里学会了游泳。值此十周年之际,培训进

行了人性化升级:时长调整为8天;报名对象范围扩大至消防员、辅警、环卫工人、公交车司机、快递员等工作者子女以及残疾人子女,惠及更多群体。省黄龙体育中心游泳健身部工作人员薛家乐介绍,今年有不少孩子是经邻居或朋友推荐前来学习的。

据悉,培训内容涵盖防溺水教育和游泳技能。往年仅有防溺水理论课,今年首次增设了实操环节。教练们在泳池中模拟落水者与施救者,演示正确施救方法,将安全意识的种子深深植入孩子们心中。“防溺水最好的方法是远离危险水域,并学会游泳,”薛家乐强调,“‘小候鸟’公益培训的初衷,就是希望通过知识普及与实操训练,提升孩子们的防溺水意识和自救能力,减少溺水事故,让孩子们度过一个安全、快乐的夏天。”

“小飞行员”逐梦德清

通讯员 林世熙 本报记者 郑润森

本报讯 近日,在湖州德清莫干山通用机场上空,一场“云端对决”激情上演——2025年全国青少年模拟飞行挑战赛(浙江站)暨浙江省青少年模拟飞行锦标赛在此举行。来自全省29所中小学及航校的165名“小飞行员”戴着耳机、握着操纵杆,在虚拟跑道上演“速度与激情”。

检录区里,杭州市余杭区良渚第一中学初三学生关迪正和队友们做最后的热身:左手微调油门,右手压杆俯冲,眼睛紧盯屏幕上的跑道标线。这个15岁的男孩说,自己从10岁起就迷上了模拟飞行,“每次练完,脑子里全是‘怎么过弯更稳’‘失速临界点在哪’。”他的小目标很明确——17岁考飞行驾照,“这场家门口的比赛,算是我离梦想最近的一次。”

和他一样,德清县春晖小学五年级学生樊子辰把这次比赛当成了“主场作战”。这个把模拟飞行当“课间操”的男孩,赛前甩了甩手腕:“奖牌?我当然想拿!但更开心的是能和全省高手过招。”

记者看到,选手们面前的模拟舱与真机驾驶舱近乎1:1还原:仪表盘上的高度计、姿态仪实时跳动,窗外是3D建模的逼真云层。浙江省航空运动协会会长范建钢解释,模拟飞行融合了空气动力学、气象学、机械原理等多学科知识,“比如Y-特技竞速赛,选手得在3分钟内完成筋斗、横滚等动作,误差超过0.5秒就可能出局——这比考科目二难多了。”

此次赛事的优胜者,将直接晋级8月全国总决赛。而德清通用机场也被授牌“浙江省模拟飞行青少年训练基地”。范建钢透露,德清正计划联动本地无人机、航空零部件企业,打造“从小学到大学”的航空人才孵化链,“说不定今天的小选手,就是明天的C919机长。”

据介绍,此次赛事的顺利举办将进一步打响德清长三角“低空智城”品牌,通过深化“低空+体育赛事”等民生服务应用场景,加快培育新兴消费业态,有力推动当地航空人才培养、推进航空科技产业发展。



短讯

@余杭

本报讯 近日,2025年浙江省青少年网球巡回赛(首站)在良渚开拍,本次比赛设U10、U12、U14男女组6个组别,吸引全省240名小运动员参赛。

(通讯员 裴文海)

@江山

本报讯 日前,2025年全国东西北中羽羽毛球大赛青少年赛(浙江江山分站赛)在江山虎山运动公园落下帷幕。赛事4个组别15个单项冠军全部产生。吸引了来自全国各地的400余名运动员参赛。(通讯员 张杏灵 毛武俊)

网聚青春

7月15日,温州市第十八届运动会(青少年部)网球、短式网球比赛(CTJ-C400)开幕式在温州国际网球中心火热开赛。本次赛事吸引温州市7个县(市、区)的224名青少年网球选手参赛。

通讯员 刘 芬

杭州这个小区打造少年暑期运动“加油站”

本报记者 洪 漩

随着孩子们进入暑假,杭城各小区里随处可见孩子们的身影。作为杭州西湖区小有名气的“运动小区”——三墩德泽家园小区,跳绳、跑步、拔河、乒乓球、游泳……社区业主自发组织起晨练、晚训,甚至还包括外训,为孩子们带来别样的“动感”暑假。

“我从小学四年级到现在,一直跟着锻炼,身体素质不断提高。”马上要小升初的李紫嫣和刚刚上一年级的妹妹在不同组别里练得起劲。

“一般是6:15到7:30,孩子们得到充分锻炼,参与组织的业主也不耽误上班。”宋刘杭告诉记者,当孩子们打卡满一周或者半个月,便会组织一次户外活动,“换场地多点新鲜感,也激励大家打卡热情。”也正因

如此,李紫嫣对这个暑假多了一份期待。“最近教练说有可能带大家去漂流,我们打卡更加积极了。”

早在几年前,宋刘杭就自发成立了“奔跑吧无所畏惧少年团”跑团,每周固定时间组织孩子集合刷圈已成惯例。运动项目也逐步扩展到拔河、跳绳、乒乓球等。“就连寒暑假也不耽误孩子们聚在一起训练。”此外,家长们也纷纷加入进来,兼顾后勤的同时还众筹物资,为坚持打卡的孩子提供奖励,就连小区里的乒乓球桌都是一位家长主动提供的。

为了让孩子们过一个充实健康的暑期,业主们花心思设计主题活动,除了晨练,还有夜训和外训。值得一提的是,参与活动的业主中有运动达人、医生等,携手

为孩子们的科学运动护航。宋刘杭告诉记者,今年甚至还组织了20多个家庭去舟山开展徒步探险活动。

谢雨航和谢雨宸是一对11岁的双胞胎,下半年马上就读五年级。父亲谢幸廷表示,暑假体育活动“圈粉”了全家人,“明显感觉身体素质变强了,团队协作能力提高了,两个慢热的孩子变得更开朗也更有韧劲。”

在部分家长看来,这不仅是一个运动社群,也是舒压地带,“带着孩子们运动促进了亲子关系,家长之间也有能相互交流,学习工作的压力在锻炼中无形地被化解。”宋刘杭笑着说,周边小区的不少家庭也被吸引过来,自己也乐于见到更多孩子在运动中收获快乐。