

健身

红土地上篮球热

●本报宁化记者站 刘博文 文/图

运球、过人、传球,一个远距离投射入篮筐,3分!6月5日,在宁化县体育馆第二届“客家平安杯”男子篮球联赛的比赛现场,随着翠江镇代表队球员投入最后一球,比分最终定格在54:45。

场内,没有开放空调的球馆座无虚席,现场气氛热烈。场外,工作人员还应在市民的要求,对比赛进行了全程直播……

随着宁化县篮球场等基础设施的完善,精品体育赛事竞相涌现,全民篮球运动氛围愈发浓厚,“篮球热”在当地已然显现。



红色城市联盟篮球邀请赛现场

篮球特色教育

6月6日上午10点,室外气温升至32℃,宁化县第二实验小学的篮球场上热得很,一场由五六年级学生参加的篮球赛正在激烈进行。虽然场边只有不到30人的观众,但“气氛组”的热情和加油声丝毫不减。

周二至周五上午大课间篮球活动,周三下午有篮球拓展课,课后延时服务篮球课程……球场上,篮球运动课程大纲围绕基本功训练、团队战术训练、体能训练等内容展开。篮球队指导老师巫元华为学生们讲解运球、传球、投篮等动作要领。学生们认真地听他讲授篮球运动技术,练好每一个动作。

与体育课程匹配的,是学校的各项配套服务。搭建新篮球场、挑选专业篮球队指导老师,定期举办校内各级篮球赛。“这学期我们举办10余场比赛,筛选出一批好苗子组建了校篮球队。”巫元华老师说。前不久,校队在全县首届小学生校园篮球赛中拿到了小学组一等奖。

县第二实验小学工会主席张小红说,丰富多彩的篮球课程设置不仅推动了校园篮球文化建设,也充

实了学生课余时间,培养学生篮球方面的兴趣。

篮球运动在校园中越来越火,得益于宁化县全力打造校园特色体育品牌。近年来,全县各中小学开齐开足体育课程,通过体育课教学、课外体育活动和课后延时服务,推进学校体育特色品牌培育,打造出了一批篮球特色学校。

社区运动平台

每当夜幕降临,北山公园篮球场就格外热闹。吆喝声、喝彩声与篮球撞击声此起彼伏,跑动的身影、运球投篮的身姿随处可见。

现场不少市民携家带口一同参与观看。赛场上,大人们激战正酣,赛场外“萌娃”们则兴高采烈地为家人加油助威。

北山社区居民王先生就是这里的常客。每到周末晚上,王先生常常会带着孩子早早出门到北山公园球场占位。去年儿子刚接触篮球,只能简单地运球跑场,今年稍微长高了一些,已经可以将球投进篮筐内了。

“我是篮球爱好者,从小就注重培养孩子对篮球运动以及体育的兴趣。如今看到越来越多小朋友加入篮球运动特别高兴,期待早日看到孩子们在球场上拼搏的英姿。”王先生说。

除了居民日常篮球运动锻炼,几乎每个月,县篮球协会都会组织成员在社区或篮球馆打友谊赛。“喜欢篮球的爱好者聚在一起切磋交流,不仅能够让大家通过实战打磨提升球技,也能让队员通过‘篮球社交’结识到更多新朋友。”在县篮球协会组织相关活动已有四年的巫达鑫介绍。目前协会成员已有500多人,来自各行各业,小至10多岁的青少年学生,大到50多岁的中年爱好者。

“以前篮球爱好者想打球常常找不着地,现在篮球馆升级了,一些社区公园也建了篮球场,成了大家打球的好去处。”巫达鑫说。

如今在宁化,全县已建有超40个篮球场(馆),为宁化篮球事业的可持续发展奠定了基础。

篮球赛事品牌

5月21日至6月18日,宁化县“客家平安杯”男子篮球联赛举行。在为期28天的比赛里,来自全县的42个单位的29支队伍进行了激烈角逐。赛事通过邀请省篮球协会会长、中国篮球名将刘玉栋出席,进一步打响宁化体育赛事品牌,激发了广大市民参与篮球运动的热情。

无独有偶。今年4月,宁化县首届红色城市联盟篮球邀请赛在县体育馆篮球馆成功举办,吸引来自闽赣边界的福建宁化、长汀、连城和江西瑞金、于都、宁都、石城、广昌等两省四市八县的120名运动员,通过一系列的体育文化活动展开互动交流。

“我们也开展覆盖面更广、参与人群更多的群众篮球赛事,希望各个年龄段、各个层级的篮球运动爱好者都可以找到适合自己的赛事。”巫达鑫说。今年8月份计划举办全县第5届全民健身日篮球赛,吸引各个年龄段的篮球爱好者参与进来。

精品赛事的接连举办离不开日益夯实的体育基础设施建设。今年初,宁化县投入25万元更新县体育馆篮球馆基础设施,新购置了一批篮球架、积分系统等配套设备,为全县筹备各项赛事做足准备。

“篮球在宁化普及程度高,影响力大,有良好的发展前景。”宁化县文体和旅游局相关负责人说。随着县里篮球设施的改善,宁化开始打造本土篮球赛事品牌,创立了全民健身日篮球赛、客家平安杯等备受当地关注的赛事,并将继续擦亮体育赛事品牌,提供更加丰富多彩、贴近群众的体育服务。

视窗

林德伟：让更多人圆梦赛车梦

5月,太平洋的海风拂过宝岛小城。

赛车手林德伟收拾好行囊,期待向数千公里外的塔克拉玛干沙漠进发。在那里,他迎来了自己的第二次中国环塔(国际)拉力赛之旅。

林德伟成长在台湾地区花莲市。浩瀚的大海,似乎难以萌生浓厚的汽车文化。

然而,他的父亲曾是一名赛车手。耳濡目染下,林德伟从小就迷上了汽车。13岁时,他就开始参加台湾当地大大小小的赛车比赛。“很多家长会更在意子女的学业,但我的父亲非常支持我,我认为自己很幸福。”

疾驰赛场背后,个中心血付出只有自己知道。

年少时,每当朋友们结伴出游,林德伟总是无法同行,因为训练占据了全部的空闲时间。他说,从小学到大学毕业,自己甚至没有赶上一次毕业典礼。

“从13岁起,我就决心要成为一名真正的车手。”林德伟说,“我的童年没有漫画和动画片,一有时间,我就会去训练。”

在林德伟看来,家乡特有的慢节奏与包容,造就了他沉稳的性格。遇事不慌、勤于思考的个人特质与赛车运动完美适配。

2007年,林德伟将目光投向大陆,在兼顾学业之余开始频繁往返两岸,在上海、广东等地接受更为系统专业的训练,并着手准备场地赛、拉力赛等一系列赛事。

“中国拥有世界顶尖的赛车资源,这是一个更大的舞台。”林德伟说,“我们的赛车、车手实力,目前来看在亚洲都是数一数二的。”

从千里冰封的东北漠河,到风沙漫天的西北大漠,林德伟的驰骋轨迹遍布全国。

中国首位亚拉力锦标赛年度总冠军、中国汽车拉力锦标赛年度冠军……十余年间,林德伟最美好的时光与赛车相伴。他亲身见证了国内赛车行业的崛起,也随之攀上属于自己的一座又一座高峰。

赛场之外,林德伟也十分在意拓宽人生经历,珍视人与人之间的温度。时隔11年重返新疆参加环塔拉力赛,林德伟依旧兴奋。自称是十足“吃货”的他,每天都会向朋友分享当地馕坑肉、拌面等美食。

在完成第二个特殊赛段(SS2)角逐后,他在终点戴上了当地柯尔克孜族特有的白毡帽,与大伙儿拍照留念。“大陆每个地区都有不同的文化和自然特色,在当地遇到的所有人都很乐于帮助我。”他说,“如果我只是在台湾地区生活,就不可能有这么多见识。”

已过而立之年,林德伟对赛车运动有了更深的领悟。他想要跳出赛车手的单一角色,在更大范围内传播推广这项运动。

即使正在进行的环塔拉力赛格外艰苦,他依旧坚持在社交平台每日更新视频,向更多赛车爱好者普及知识和所见所闻。他认为,国内未来势必会涌现出更多顶尖车手,自己为此肩负着一份责任。

“我希望通过这种方式,让拥有赛车梦的所有人有更多渠道了解这项运动。”他说,“因为越早接触,你未来的潜力就越大,我们要做的就是当好这道桥梁。”

(来源:新华网)



5月23日,赛车手林德伟在2023年环塔拉力赛第三特殊赛段的比赛后。(新华社记者 胡虎虎 摄)

体讯

市直机关首届五人制足球联赛落幕

6月11日,随着主裁判两短一长的终场哨声响起,“丰润”杯三明市市直机关第一届五人制足球联赛在市经济开发区足球场落下帷幕。

本届赛事由三明市足球协会主办、三明市经开区管委会承办、三明市丰润化工协办。比赛旨在促进市直机关全民健身运动的开展,丰富机关业余文体生活。

比赛于5月27日正式开始,共有来自市直机关的6支代表队参与。经过多轮激战,参赛球员们充分感受到了足球运动带来的快乐!决赛中,莘口龙舟古镇队以3比1的比分力克三明人保财险队,一举夺魁,三明人保财险队、机关麒麟队分获亚军、季军。

(林德平)



张俊:游出精彩人生

●本报乐记者站 黄言亮

尽管比赛已经过去两个多月,但张俊对当时的场景依然记忆犹新。4月7日至10日,福建省第九届残疾人运动会暨第七届特殊奥林匹克运动会在福州举办,来自将乐县的残疾人运动员张俊代表三明市残联参赛。面对激烈的竞争,张俊发扬敢拼会赢的精神,在男子S10级50米自由泳、100米自由泳、400米自由泳、100米仰泳、SB9级100米蛙泳5个项目中斩获金牌。

比赛结束后,张俊给母亲张新风打了视频电话,分享了他的喜悦。虽然这已经不是张俊第一次分享,但电话那头传来的消息还是让张新风高兴了很久。“没想到,孩子能取得今天的成绩,不容易!”张新风十分感慨。在她看来,张俊能有今天的成绩,付出了很多,吃了许多苦。

张俊今年26岁,出生在将乐县万安镇寺许村,天生的左手手掌缺失。但在母亲张新风的眼里,“别人上学读书,你也可以,别人能照顾好自己,你也办得到。”小时候,张俊问妈妈为什么和别人不一样的时候,妈妈总是这样安慰他。

命运在关闭一扇门的同时,也为张俊打开了另一扇窗。16岁那年,张俊的身高已经达到1.75米,将乐县残联在选拔运动员时一眼就相中了坐在班级最后一排的他。经过测试,张俊

的身体条件很适合练习游泳。从县里到市里再到省里,经过层层选拔,2013年张俊进入省残疾人运动员队伍,正式开始他的游泳生涯。

怀着忐忑的心情,张俊第一次远离父母,到几百公里外的福州训练。要强的他心里暗暗发誓,一定要游出一番成绩,证明自己不会比别人差。“当时认为,只要加强训练,就能游出好成绩。”然而,现实却给了他当头一棒。一般来说,专业的游泳运动员五六岁就开始练习游泳,随着年龄的增长,韧带的韧性和水感都会下降。那时已16岁的张俊显然已经错过了练习游泳的最佳年龄,想要取得成绩,无疑要付出超越常人的努力。“我记得第一次压韧带时就哭了,太疼了,真的太疼了。”第一次压韧带的场景张俊仍印象深刻,然而这只是艰苦训练的开端。

到省队之前,张俊从来没有接触过游泳,什么都不会,第一次训练,队友们相继下水后,他就不敢,最后在教练的鼓励下,才跳下了水。“头两天的训练,没干别的,就是呛水,喝水喝到饱。”想要快速提高成绩,没有别的办法,只有多练。“起步比人家慢,那就只能通过多练习来弥补。”张俊说。每个星期只有一天的休息时间,这天,他基本都是待在泳池内,那段时间,除了吃饭睡觉就是训练。

比起训练的累,最苦的还是对家人的想念。“那时候每天最期待的就是快点到晚上,因为晚上能和爸爸妈妈打电话,电话里,妈妈经常鼓励我‘要努力!要坚持!要听教练的话。’”张俊说,“后来慢慢就适应了队里的生活,教练和队友都对我很好,每天过得很充实,因为我相信,别人能做到的,我也能做到。”

凭借艰苦的训练和良好的身体条件,张俊很快就游出了成绩。2014年,张俊参加福建省第七届残疾人运动会,第一次参赛就获得了50米自由泳、100米自由泳、100米仰泳、100米蛙泳4个项目的金牌。“我到现在都记得,当时感觉像做梦一样,感受到了付出就会有收获。”那一次,张俊第一时间把这个喜讯告诉了母亲,张新风至今仍记得那次张俊在电话里哭着告诉她获奖消息的情景。

此后,荣誉接踵而至,连续3届省残奥会金牌、全国残疾人游泳锦标赛100米仰泳银牌……对于张俊来说,比赛拿奖所代表的不仅是一块金牌,更是对自己的激励和肯定。“就像妈妈说的,别人能做到的,我也做到了。”

如今,张俊成为了一名专业的游泳教练。在某些学员游不动要放弃的时候,张俊时常鼓励他们,别人能做到的,你们也可以做到。

(图片由受访者提供)