

今
体育

全民健身·精彩有我



棒球队员在训练。



宁化县与MLB美职棒大联盟合作走进校园开展棒球活动。

棒球少年,棒棒的

●宁化记者站 雷露微 文/图

奇。”说起第一次接触棒球的情景,队员邱福涵记忆犹新。

针对发展棒球运动硬件和软件上的双重缺失,宁化县将足球场临时改造成棒球训练场地,有关部门向上争取补助资金300万元,用于棒球公园建设和学校购买专业棒球器材,以满足日常训练和比赛需求。“为了让孩子们尽快入门,县里还聘请了来自台湾的教练张介,常驻教学。”宁化县少体校校长罗艳萍介绍。

就这样,在憧憬与期待中,宁化县热爱棒球的少年们踏上了棒球逐梦之旅。

挥棒之间见成长

今年1月,2025年三明市闽台棒球区域发展中心青少年棒球冬令营在宁化县中小学综合实践基地开营,联动学校的100多名棒球员参加了为期10天的集训,课程包括棒球基本礼仪和基本功训练。

集训期间,每天清晨,天刚蒙蒙亮,队员们就已经在操场上集合,热身跑、体能训练一样都不少。“当时天气寒冷,除了早操,上午、下午练习接地球、弹跳球、传接球、握棒等基础技术练习,持续不断。”主教练张介说,像握棒、挥棒动作,有时需要反复练习上百下,但孩子们一点都不松懈,练得相当认真。

集训后,教练团队根据孩子们的报名和表现,选取了30名队员组成U12组,再从中择优挑选出18名队员,全力备战2026年福建省第十八届运动会。

棒球运动是考验脑力、脚力、手力、眼力、综合协调力的运动。张介说,刚开始,孩子们的表现并不尽如人意,传球时不是力度不够,就是方向偏差;击球时,也常常挥空,就算击中了,球的飞行轨迹也难以控制。更糟糕的是,由于缺乏经验,大家在训练中不时会出现碰撞的情况,但这些挫折并没有让孩子们退缩,反而激发了他们的斗志。

今年12岁的队员巫曹以璇曾因击球姿势不标准而情绪陷入低谷,“击球老是击不中,就感到气馁,回家后我对着天花板反复练习,经常练到手臂发抖。”巫曹以璇说,“现在动作规范了,每次都能精准击球,所有付出都是值得的。”

棒球是一项以“回家”为赛场目标的运动,比赛中,只有从本垒出发,再回到本垒,才能得分。因此,除个人技术的训练,团队协作也是训练的关键。张介

经常通过模拟比赛的方式,让队员们在实战中体会团队协作的重要性。每次训练结束后,大家会围坐在一起分析当日表现,有人主动承认跑垒失误,有人分享击球心得。“棒球是需要动脑筋的运动,我们不仅要练技术,更要培养场上的思考和判断能力。”张介翻开训练日志,上面记录着每个队员的技术短板与改进方案。

竞赛场上获喜悦

经过长时间的刻苦训练,宁化的棒球少年迎来了检验成果的时刻——外出比赛。上个月,宁化县棒球队前往漳州参加第一届“漳明杯”城际邀请赛,这是他们第一次参加投打组比赛,队员既充满期待,又难免紧张。

比赛现场,面对来自厦门附属实验小学、漳州台商小学等强劲对手,宁化的棒球少年们毫不畏惧。每场比赛,面对对手展开的猛烈进攻,宁化棒球队队员从容应对。他们在教练指挥下,稳扎稳打。比赛中投手精准地投出每一个球,捕手全神贯注地接球,内野手和外野手密切配合,成功地化解了对手一次次次的进攻。在进攻方面,宁化棒球队也毫不示弱。大家全力配合,跑垒,找准时机勇敢地跑向本垒,创造得分机会,展现出了实力和团队精神。

经过激烈角逐,宁化棒球队以四战全胜的成绩夺得U12组冠军。“这次比赛取得好成绩,大家都特别开心,平时的艰苦训练有了回报。”队员邱思琅赛后说。

去年12月,宁化县城南小学棒球队代表三明市赴龙岩市连城县征战2024年福建省青少年棒球联赛总决赛,击败南平市代表队,城南小学棒球队的张宇泽同学获“未来之星”称号。

“到目前,我们外出参加比赛5次,大家越战越勇,成绩一次比一次好。”张介和队员们对未来充满了信心和期待。

除外出比赛,县里今年4月成功举办了三明市闽台棒垒球区域发展中心青少年棒球联赛(U12),宁化县6所小学的102名球员组成参赛队伍展开激烈竞争,进一步推动了棒球运动在当地的普及。

“现在喜欢棒球运动的学生越来越多,有1000多名学生参加日常棒球训练。”宁化县教育局有关负责人说,“希望能够从中培养出更多品学兼优的棒球人才,让宁化棒球从县城走向更广阔的赛场。”

今
体育

快观察

6月15日是2025年世界泳联花样游泳世界杯总决赛收官日,中国队在集体技巧自选中以233.0430分将金牌收入囊中。最终,中国队收获7金3银1铜,位列奖牌榜榜首。集体技巧自选的比拼是总决赛的重头戏,中国队以一曲《秦俑魂》演绎了兵马俑的铁血与柔情跌宕,如在金戈铁马的史诗长河中,穿越千年时光,向世界展示兵马俑的文化魅力。

本套节目中单腿跳上并且保持住下沉的姿态,是中国队在巴黎奥运会之前申报的新的难度动作。主教练张晓欢说:“奥运会时,我觉得风险特别大没有使用,但当时已经公布了,所以现在所有队伍都可以用这个难度,但确实是中国队创造的难度,并且难度分被赋予了1.5分的高分。”

这套动作也得到裁判的满分认可。在花游项目规则里,有一个艺术印象分,裁判希望看到让人惊讶的瞬间。张晓欢表示:“我们的集体技巧自选获得了8个10分,是中国队迄今为止历史上获得最多的10分。”

此外,在女子单人自由自选角逐中,中国队徐汇妍表现出色,以226.5251分收获铜牌。中立运动员瓦西莉娜·汉多什卡以229.8476分获得金牌。德国运动员克拉拉·布莱尔以227.5688分获得银牌。教练涂俊认为,徐汇妍还要在难度系数和编排上提高,在艺术表现上要进一步揣摩裁判的评判标准。接下来教练组会针对徐汇妍本次比赛暴露出的问题,尤其是比赛后半段的问题集中力量解决。本次世界杯总决赛中,徐汇妍获得5金1铜,也是此次中国队的最大亮点。

本次世界杯总决赛混双项目竞争激烈,传统强队西班牙风头依旧,中国、英国、哥伦比亚队等新生力量崛起,让奖牌争夺更具悬念。郭牧也/刘津含这对全新组合在混双自由自选中收获一枚宝贵的银牌,这也标志着该组合已跻身世界一流选手行列。



中国队在比赛中 (新华社记者 邹竞一 摄)

今
体育

快言

门球运动从街巷到全运 实现价值跃升

●轶学超

当门球运动员手握球槌,在第十五届全运会的赛场上沉稳击球、精准布局时,这项扎根群众、浸润百姓生活的草根运动得以从市井街巷登上国家级综合性运动会的舞台。

门球的进阶之路不仅是运动项目的华丽转身,更是全民健身战略从量的积累迈向质的升华的生动体现。

门球运动的独特生命力,源自其对体育本质的诠释。在竞技体育追求“更快、更高、更强——更团结”的外显张力之外,门球以其轻对抗、重智慧的特性,构建起参与与体育的另一种维度——年龄与体能不再是壁垒,战术博弈与团队协作成为核心竞技要素。这种轻体化的竞技形态,打破了传统体育的年龄桎梏,使垂髫孩童与耄耋老者得以同场竞技,生动演绎着体育面前人人平等的场景。

作为全国最高水平的综合性运动会,全运会将全民健身活动纳入赛事体系,既是对群众体育蓬勃发展的制度性回应,也是以顶层设计激活基层体育活力的战略布局。

从全民健身的宏观叙事看,门球入全运,具有创新意义。在运动需求日趋多元化的当下,门球凭借其低门槛、高趣味性的特质,既满足了中老年群体对适度运动的刚性需求,又通过战术策略的魅力吸引年轻群体,有效弥合了不同代际间的运动鸿沟。更重要的是,门球赛事中以球会友的社交属性,将体育锻炼升华为情感联结的纽带,在都市生活快节奏的背景下,重新构建起温暖的社群关系网络,赋予全民健身更深层的社会治理价值。

三明迎来省运会赛季时间

志愿者培训陆续展开

●全媒体记者 黄宝琴 通讯员 童兰妹 文/图

“您好,内场入口请往这边走。”6月10晚,三明市体育馆门口,三明医学科技职业学院的志愿者,耐心地为首来参加活动的市民指引方向。

当天,由福建省第十八届运动会和第十二届



志愿者为市民指引方向。

老年人体育健身大会三明市筹备委员会主办的庆祝“发展体育运动 增强人民体质”题词73周年主题活动暨“全民动起来,省运更精彩”全民健身展示大会活动在这里举办。来自三明医学科技职业学院的30名志愿者成为活动中一道亮丽风景线。

一抹抹“志愿红”活跃在安检口、检票口、寄存处、内场等关键点位,为参与者提供路线指引、秩序维护、信息咨询等服务,确保人员流动顺畅,活动开展井然有序。在后勤保障环节,从物资准备、设备调试到场地布置,志愿者们以严谨的态度落实每一个细节,为赛事开展提供保障。

为确保志愿服务工作顺利进行,展现三明志愿者青春风采,根据筹委会部署,团市委组织了志愿者培训会,及时对接做好志愿者用餐、保险、交通、服装等保障工作。同时依托“志愿汇”平台,精准记录服务时长,以颁发志愿服务证书的形式,为志愿者们的辛勤付出与贡献给予肯定。

今
体育

迎省运·看精彩



飞镖竞技

6月14日,“全民健身与省运同行”2025三明市飞镖邀请赛举办,来自社会各界16支代表队同场竞技,以镖会友。本次比赛由市教育局指导,市飞镖运动协会主办,旨在进一步推广飞镖运动,迎接福建省第十八届运动会,丰富市民群众业余文体生活。

(全媒体记者 朱丹宇 摄)