

舞龙狮摇快船 动起来春意闹

每逢新春佳节,以年夜饭为始,家家户户的餐桌上都少不了各式美味佳肴,这既是应了辞旧迎新的节日气氛,也为家人相聚、温情叙旧提供了味蕾享受。正是在年复一年的习俗传承下,便有了“每逢春节胖三斤”这句话。不过,在从己亥年迈入到庚子年的这个新春佳节里,以各种方式“动起来”可能会成为更多申城市民的选择。

专题撰稿 本报记者 章丽倩

春节不打烊 提前做功课

上海是一座人口导入型的超大城市,似乎一年到头都轮转不歇,如果非要挑出一个“最冷清”时段的话,那就是农历春节了。不过,对申城的全民健身事业来说,却是早就进入了“春节不打烊”的状态。

位于肇嘉浜路上的卢湾体育场,它是上海市中心地段“最黄金”的几大公共体育场之一,在即将到来的这个春节里,它将继续向广大市民开放。与平时相比,唯一的小小不同是——在开放时段上略有调整。比如,在1月24日除夕那天,卢湾体育场体锻场地的开放时间是从早上6点到下午5点,足球场则是从上午9点开放到下午5点。而从1月25日年初一开始,那里的场地开放时间就基本恢复正常了,不论体锻还是踢球,场地都会开放到晚上10点。

既要努力做到“春节不打烊”,更好地服务市民,也要合情合理地编定

值班表,确保场地的有效使用,黄浦区体育局的相关工作人员告诉记者,这就是他们的工作出发点。而有部分场地,出于实际使用情况及场地维护方面的考虑,则会借着春节档稍事休整,不过时间也不会长,基本到年初四时就都恢复正常了。

在上海,从市属场馆到区一级的公共体育场馆、社区公共运动场、市民体质监测中心等,再到社区体育健身场地,在即将到来的这个春节里,它们中的大部分场地都会加入到这份“春节不打烊”的名单中。其中值得一提的是,部分场馆还与社区、街镇开展合作,举办迎新体育活动,为市民提供更贴心、更近在身旁的体育服务。

当然,说到具体场馆的详细开放情况的话,最可靠的查询途径还是各体育部门、各体育场地的官方公众号、微博号等。若有需求的话,建议大家还是先做了解、再行前往。



▲春节期间,上海的民俗体育吸引了众多市民和游客的关注

注:具体场馆的详细开放情况,最可靠的查询途径还是各体育部门、各体育场地的官方公众号、微博号等。

不用跋山涉水 也能民俗过节

每到春节话“年味”,这已成为一份很常见的情结。以往,为了亲近这份年味,不少人都搭飞机、乘高铁去往外处寻,但其实,哪怕不走出申城的地界,以民俗为纽带,大家一样有机会去走近、去感受——而民俗体育便是其中颇有代表性的一支。

“春节可以说是我们一年中表演最忙碌的时间段之一,从节前要一直忙到元宵,几乎每天都有表演,在初一迎新、初五接财神、十五闹元宵这几天就更热闹了。”上海三林舞龙队的队员赵文强向记者介绍道。“像舞龙舞狮这些民俗体育项目,在春节里确实会更应景,对我们这些爱好者来说,这也是一个很好的去对项目做推广的机会。”舞龙,亦称舞龙灯,根据现有记载,它是从民间祭祀求雨仪式中脱离出来,进而逐渐成型的一种传统体育运动形式。

除了平时较常见的舞龙舞狮外,在上海地界上,还有船拳、耍石担石锁、打花棍、摇快船等市级“非遗”项目,而它们大多也都会在春节期间组织活动进行展示推广。

以船拳为例,它就是一门极具江南水乡特色的武术,曾是朱家角船工赖以抵御水匪的自保之技,也是当地民俗节庆中必上的一道“大菜”,而今依托上海市级“非遗”的名衔,它更是在校园中觅得了新的传承方向。“上海的武术大多都是外地传入的,但船拳却属于本地拳系,当然更要好好珍惜。”船拳传承人丁裕春介绍道。农历春节期间,寒意浓重,因而水上的船拳展示较少,不过在当地人拉起的节庆队伍里,总有它的出镜。“像春节期间的迎财神,我们这里会有民俗表演,而船拳弟子就会跟着队伍,进行陆上的套路演示。”

无围墙体育场地 稳步增长前景好

无论体育公园,还是公共体育场、体育馆等,在它们交集有一点,那就是——都有门或者围墙这类隔离物的存在。所以,在谈到春节的开放情况时,大家会对那一个个时间段格外留意。不过,随着城市的发展与民生体育的“被划重点”,如今已有越来越多无围墙的体育场地来到市民朋友们的近身处。

近日,市政府发布了2019年度实事项目完成情况与2020年度实事项目立项情况。在2019年的这份总结表上,实事项目共分10方面、28项,均按照时间节点完成。其中与全民健身

息息相关的市民健身步道建设、市民益智健身苑点、智慧健康小屋在测评中名列前茅。在2019年中,上海新建改建市民健身步道112条,完成度为原计划的112%;新建改建76片市民球场,为原计划的126.7%;新建改建345个市民益智健身苑点,为原计划的115%。

市民健身步道,作为无围墙体育场地中的代表,在近几年中,它的势头一直很劲,每当年度总结时,总能在实事项目的测评中位居前列。而在已然到来的2020年,被市民们持续“点赞”的健身步道还将继续它的增员:目标

仍旧是新建改建100条。

虽有一圈护栏却做到了另一重“无围墙”意义的,便是沪上近几年新建改建市民球场中的热门代表——共享球场。

无需派驻现场工作人员;市民可用手机远程搜索场地并查看场地拥挤度,等到现场后用手机扫码即可由闸门入场;收费标准可精确到分钟;场内的球具租赁和饮料购买等,也都采用全自动化流程……虽仍有一圈护栏围着,但在智慧体育的作用下,共享球场其实也加入到了无围墙体育场地的大家庭中。

社会力量进校园普及冰雪运动 嘉定苏民滑雪队初级课程结业

本报记者 丁荣

1月13日,苏民学校滑雪队初级课程结业仪式在SHEERCOOL城市滑雪空间南翔店举行,12名7至8岁的学生组成的校园滑雪队进行了训练成果展示,得到了家长和老师们的喝彩。

目前,这支队伍负责单/双板教学的是雪酷体育的教练员,他们均为原国家队退役的运动员。苏民学校作为嘉定区冰雪运动进校园的首个试点学校,在训练期间队员们发扬了努力拼搏、不断进取的体育精神,充分展示了学校学生的精神面貌。

为更好地普及推广冰雪文化,激发全社会对冰雪运动的热情,进一步营造全民迎冬奥、参与冬奥的良好氛围,助力2022年冬奥会筹办,2019年9月,苏民学校携手上海雪酷体育发展

有限公司在嘉定区体育局的大力支持下,正式成立了苏民学校滑雪运动队,并通过一年的高山滑雪模拟机教学,完成了单板、双板两个分类的初中、高级训练。据雪酷滑雪创始人杨仁海介绍,经过12周、30节课程的强化训练,队员们从零基础到完成了滑雪初级的全部课程,未来也将代表学校和嘉定区参加市级乃至全国性的滑雪比赛。

嘉定区体育局副局长宣明华表示,多年来,嘉定区体育局和区教育局紧密携手,有效整合教育与体育资源,实施人才培养计划,使得体教两家深度融合。“经过为期半年多的试点尝试,嘉定苏民学校滑雪运动队建设初见成效,2020年我们将进一步加强合作,进一步打造更成熟的冰雪项目运动队。”



滑雪小将又酷又萌

名师大咖理论讲座+实操训练

上海体育传统学校教师“充电”

本报记者 丁荣

体育传统项目学校的体育课应当怎么上?怎么让学生在体育课上学会专项体育技能?1月13日,2019年度上海市体育传统项目学校体育师资培训班在上海体育学院图文信息楼举行,来自本市16个区体育传统学校的93名体育教师参与培训。

本次培训班由上海市体育局、上海市教育委员会主办,上海市青少年训练管理中心、上海体育学院体育教育训练学院承办。本次培训班的授课内容将理论讲座与实践讲座相结合,既设有公共课,也没有专项课,体现了很强的指导实践性。在培训项目设置上,本次培训班主要针对田径和冰壶两个项目来开展,培训课程包括了青少年动作学习与控制、青少年生长发

育特点及运动能力发展规律、青少年力量训练理论与方法、田径项目竞赛规则解读及应用、冰壶技术规则解读及应用、青少年运动员运动训练过程安排等。

为开展好本次培训,上海市青少年训练管理中心邀请了来自上海体育学院、上海竞技体育训练管理中心、上海市体育运动学校等单位的专业师资力量,共同为学员开展全方位培训。高炳宏、蔡玉军、蔡广、王丹、王红英、王然、马海峰等来自上海体育学院的教授专家,瞿一敏、王珏等田径、冰壶项目执教的教练员,盛茂武、孙鹏等具有丰富管理经验的管理者共同为学员开展了培训,诸位名师大咖通过自身丰富的理论知识讲座,以及专业的实操训练课,帮助所有学员学有所得,学有所获。