

低温不减青少年体育周末营人气

让青少年在运动中感受温暖

上海逐渐进入寒冬,2021新年以来,气温持续走低。虽然今年上海受到寒潮的影响,让不少市民直呼“透心凉”,但低温却丝毫阻挡不了青少年体育锻炼的热情。近日,上海市青少年体育周末营正在如火如荼地开展中,青少年们在周末不畏寒冬,继续坚持参与体育活动的身影也正是体育精神的最好诠释。

专题撰稿 本报记者 李一平

带动公益体育培训
让更多的孩子享受运动

在松江区洞泾镇,由上海松江区羿麟旱地冰球俱乐部带来的旱地冰球项目周末营吸引了不少青少年和家长的参与。仅需一根球杆,十几个孩子就能在场地上围成一圈,一起追逐着小球奔跑竞技。

对于上海松江区羿麟旱地冰球俱乐部的创始人郭雷来说,这些孩子与其说是学员,不如说更像是她的“孩子”。“其实我也不是专业的体育人出生,最初接触旱地冰球,开始创办俱乐部,是因为女儿喜欢这个项目。”从女儿初学旱地冰球不久,为了让女儿玩得更加开心,也让更多像女儿一样的孩子能一起来参与旱地冰球,郭雷就开设了这样一家俱乐部。

从最初的五个创始人,到如今仅剩郭雷仍在坚持,上海松江区羿麟旱地冰球俱乐部的初心就是以公益的心态来办俱乐部,抛开盈利的目的让

更多青少年享受这个项目的快乐。

今年,本就以公益为初衷的上海松江区羿麟旱地冰球俱乐部从上海市青少年体育协会得到了举办2020-2021年全国青少年体育冬夏令营(上海站)暨上海市青少年体育周末营的资格,在郭雷看来,周末营一方面与俱乐部的理念相吻合,另一方面也可以借助协会的力量,让更多家长可以放心地把孩子送到俱乐部来。

在上海松江区羿麟旱地冰球俱乐部,孩子可以用市场上接近1/3的价格学习旱地冰球,甚至一些家庭条件不好的青少年可以免费参与训练。“从一个母亲的角度来说,我相信每个青少年都有参与体育运动的权利。”同时,郭雷也很感谢上海市体育局、上海市青少年体育协会为更多的青少年提供了接触体育、了解体育的机会,她也相信,体育会让青少年的成长更加美好。



旱地冰球



剑道

“面”、“手”、“腹”,伴随着一声声剑道口令的“气合”,20名身着剑道服的青少年整齐划一地练习着挥剑。随着周末营的开始,徐汇区乌鲁木齐路64号的上海市徐汇区第一少年业余体育学校内,每个周日都很热闹。

虽然大部分报名周末营的都是零基础的初学者,但一旦穿上剑道服,让原本稚嫩的脸庞也显得刚毅了几分。现场除了参与周末营的青少年,也能看到许多家长在一旁观摩训练。来自上海市剑道协会的周末营负责人陈强介绍,这也是为了让家长更加了解剑

启蒙青少年体育爱好
孩子主动提出要继续练

道教学。“剑道是一项比较注重礼仪和规范的运动,对小朋友来说可以养成比较好的纪律性,家长在一旁观摩的时候也能有直观的感受。”

和许多家长一样,从闵行把女儿送到场地后,郭雷也选择在旁边观看孩子的训练。“从小带着孩子学过很

多体育项目,足球、击剑等项目都尝试过,但没有一次像剑道能让他这么专心扑在上面的。”郭雷举了个例子,如果说叫女儿弹钢琴要追着在家跑三圈的话,一听到要练剑道,女儿却会乖乖站好主动完成每天教练布置的作业。

10次的剑道课程眨眼就要结束,但不少的营员都表示想要继续学习剑道,在20个报名周末营的青少年中,有12个都已经到上海市剑道协会进行了会员注册,将继续把剑道作为体育兴趣爱好坚持下去。

如果说青少年体育运动,学会体育技能是最终的果实,那么上海市青少年体育周末营就是一次创新播种的尝试,通过构建上海市青少年体育公共服务新体系,未来会有更多的青少年参与体育运动,增强身体素质。

上海体院发布
《2021年中国健身趋势》

2020年12月28日,上海体育学院发布《2021年中国健身趋势》。2021年排名前20位的中国健身趋势分别为减重运动、健康饮食、运动与健康从业人士培训与认证、青少年体育、有氧健身、核心训练、私人训练、功能性健身、健康指导、健身专业人士的许可、运动损伤预防与康复、自由负重力量训练、户外活动、运动即良医、雇用认证健身专业人士、自重训练、健身结果测量、生活方式医学、小团体私人训练、移动设备运动App。调查结果表明,不同人群的健身趋势存在共性与区别,相同的健身趋势为健康饮食、健康指导、私人训练、功能性健身、有氧健身和核心训练。“十四五”期间,上海体育学院将积极推进体教融合、体医融合、产教融合和交叉学科融合,在“健康中国”和“体育强国”建设过程中争取有更大贡献。

2020年“黄浦·我来赛”
分享会圆满召开

2020年12月30日,“群星聚黄浦,闪耀体育人”2020年“黄浦·我来赛”分享会在黄浦区体育社会组织共享空间大厅举行。

2020年,“黄浦·我来赛”全民健身活动在疫情防控常态化背景下,丰富实践“体育+”办赛模式,丰富品牌内涵,促进网络体育、夜间体育和节假日体育全方位发展,首推线上培训、线上赛事和夜间活动系列。注重区域内商旅文体联动,赋予黄浦全民健身新能量和新活力,努力满足广大市民多元化健身需求,全年举办全面健身赛事活动222场次,成功带动了线上线下近50万人次的积极参与,提升了活动品质,扩大了品牌效应。本次分享会上,《Talk体育人》一书重磅发布,30位为黄浦全民健身事业做出贡献的黄浦体育人的故事在书中跃动闪烁,他们是黄浦体育千万群星中的代表,虽然有着不同的身份,却秉承着相同的使命。

2021年上海城市业余联赛会让市民们有哪些升级体验和新期待呢?尽管本届赛事的招投标工作尚未正式启动,但通过推介会和其他采访机会,记者还是提前了解到了一些新气象。

专题撰稿 本报记者 章丽倩

跨场景跨省市 上海城市业余联赛悄然“升级”

让体育拥抱生活
更多场景“一举数得”

一个喜欢运动健身的市民,在双休日及其他业余时间,他或者她往往还扮演着多重角色。也许是负责接送孩子上兴趣班的家长,也许是喜欢跟朋友聚会娱乐的潇洒一族,总之角色越多,想要兼顾好的难度也就越大一些,有时还不得不做一点取舍。但是,去年第三届市民运动会对“体育+商业”、“体育+亲子”等跨场景模式的发掘,却是给申城全民健身事业的发展提供了更多灵感。

虽然今年上海城市业余联赛的招投标工作尚未正式启动,但不少想成为承办单位的社会体育组织和涉体企业都已经将跨场景模式纳入到计划方案中。“利用这种跨场景模式来办比赛和活动,明显的一点好处就是能给既想运动又得带娃的家长减负,进一步为欢迎他们来参赛减少了障碍。”一家涉体企业的负责人介绍道。

将比赛和活动办在商圈里,既能作为一部分在商圈儿童培训机构外“陪读”的家长提供参与便利,也能让他们很快地转到餐厅、购物场所等日常生活场景,达成一站式的体验——这就是“体育+亲子”、“体育+商业”所带来的便利。此外,这种跨场景模式还可被与更多元素结合起来,形成“1+1>2”的效应。

牵头长三角办赛
八仙过海各有招

与往届相比,今年上海城市业余联赛最显著的升级就是——项目设置由三大板块扩容至五大板块。除了原有的联赛项目、品牌赛事活动、系列赛外,还新增了线上赛事和长三角赛事。长三角一体化是国家战略,以体育的方式来联动长三角,这又会怎样开展呢?其实,上海在“内因”与“外因”两方面都具备了比较好的办赛条件。

先说“外因”,那就是地缘因素。被纳入长三角一体化示范区的青浦,即便是在受到疫情影响的2020年,也还

是举办了不少辐射长三角地区的体育赛事与活动。而位于城市西北角的上海市民体育公园·足球公园,在从新园到逐步上轨的这一年来,足球公园共计接待市民及体育爱好者超过12万人次,成功举办超过300场次的各类赛事——其中就包括不少来自于太仓、昆山等长三角地区的体育爱好者。

那么,只有与其他城市接壤的几个区才能参与到新一年城市业余联赛的长三角赛事中吗?答案并非如此。以地处市中心的黄浦区为例,由于辖区内有许多业务覆盖长三角的企业,所以即便在地缘因素上与外不接壤,但这些愿意积极参与到全民健身中的企业本就是一股天然助力。

业余积分受青睐
既有排名也实惠

从竞技体育中汲取灵感,然后化为自身所用,往往能收获不错的效果。比如,此前已在上海城市业余联赛中亮相的积分制,就有可能于今年迎来升级。

在之前城市业余联赛的项目联赛板块中,10个项目已基本形成了规范的赛事积分制和运动员积分制的联赛模式。不过,在做与城市业余联赛紧贴的积分制的同时,有没有可能也兼顾长期的业余积分呢?从上海市网球协会的办赛实例来看,这一点是可行的,并且受到了许多爱好者的肯定。而上海洛合体育发展有限公司首席执行官戴富祺提出的想法则是,希望之后有机会能将他们刚推出的业余篮球百强榜与城市业余联赛结合起来,让参赛者在得到更多体验感的同时,也可以通过好的排名享受到比如优惠预订场地等实惠。

当然,具体到推进与落实,组委会后续将编印《2021年上海城市业余联赛工作指南》,从项目承办办法、资金扶持办法、信息化平台使用指南、联赛绩效评估、赛事活动安全等方面对办赛单位给予指导,建立更加科学的机制,以求让城市业余联赛更规范、更亲民。



2021年上海城市业余联赛推介会现场