



普通学生登上全国舞台

“小众”运动地掷球走进申城

7月8日-15日,在河南理工大学举行的2023年全国大学生地掷球锦标赛上,上海市民地掷球集训队取得了小金属球女子准确抛击第三名、小金属球女子三人赛第五名、小金属球男子准确抛击第四名等优异成绩。从带队参加2021年首次进入全运会群众项目的地掷球比赛,到如今又取得亮眼成绩,最让上海市民地掷球集训队主教练娇皎开心的,并不是成绩上的进步,而是经过这几年的努力,申城正有越来越多的市民开始接触地掷球,开展地掷球运动。

专题撰稿 本报记者 李一平

小众“非奥”也能追梦

地掷球是一项集娱乐性与竞技性、脑力活动和身体锻炼于一体的运动项目,既适宜于青少年,又适合于中老年人,现已成为广大群众喜爱的时尚休闲健身运动。

娇皎曾是一名游泳项目的运动员,直到她进入西安体育学院学习后,她才接触到地掷球这项运动。“比起训练枯燥的游泳来说,地掷球对我来说有趣得多,有种‘一见钟情’的感觉。”随后娇皎便转项成为了一名地掷球运动员。

2002年毕业以后,娇皎来到上海,并开始地掷球的推广工作。2021年,地掷球首次成为全运会群众体育项目,让娇皎看到了地掷球在上海进一步普及的可能,如今她作为上海第二工业大学体育部的副教授,也积极

在校园中普及地掷球运动。

今年,她带队参与了2023年全国大学生地掷球锦标赛。队员由上海第二工业大学、上海海事大学、上海出版印刷高等专科学校三所高校共15名运动员组建。其中,来自上海第二工业大学的队员们大多是首次参赛,仅仅是在赛前集训了两个月的时间。在河南理工大学的户外赛场上,队员们顶着最高温度接近40摄氏度的天气与对手激烈竞技,让娇皎似乎也回到了20多年前自己参赛的时光。“虽然地掷球不像足球、篮球这些大项,是一个小众的‘非奥’项目,但我看到学生们追梦的样子,同样是最美的。”因为地掷球这项运动,这些学生有机会登上全国比赛的舞台,冲击一次“冠军梦”。



走进校园 走上街头

如今,地掷球虽然仍然属于小众项目,但正一点点走进申城的校园和街头,越来越多的市民有机会接触到这项运动。

在本次参赛的15名队员中,有一名队员罗光哲来自上海出版印刷高等专科学校,不同于许多从零开始训练的队友,他从高中就已经开始接触地掷球运动。

罗光哲的母校是位于上海市黄浦区的上海市市南中学。2019年,上海市市南中学开始引入塑质地掷球项

目,作为市南中学中意高中教育合作项目——中意班的专项体育课程。“在欧洲的意大利、法国等国家,地掷球就像是‘国球’一样的存在,学习地掷球,同样也是体验意大利的一种传统文化。”上海市市南中学的地掷球教练翁狄介绍,随着地掷球成为学校的特色体育项目,培养出了不少像罗光哲这样优秀的地掷球青少年运动员。

去年,在2022年上海城市业余联赛中,闵行区马桥镇举办了上海市首届地掷球联赛,共吸引了来自上海各区的

12个代表队集聚于此,以球会友,切磋技艺。首届上海市地掷球联赛的举办,促进了这项运动在上海的普及。

今年,地掷球成功入选2023年上海市体育项目推广推广活动。和地掷球相似,入选的其他不少项目都是小众的“非奥”项目,它们都有一个鲜明的特点,那就是比起很多传统的项目,它们的上手难度较低,不需要从小培养的专项能力也能参与比赛。对许多小时候遗憾没能成为运动员的市民来说,这些项目其实更能提升他们的运动参与感。上海建设全球著名体育城市,最重要的就是要让市民动起来,形成参与体育锻炼的习惯,这些小众项目,也许更能获得市民的喜爱。

过去两年,以飞盘和陆上冲浪板为代表的小众项目,带着“强社交属性”“养眼美图”“都市年轻一族的新潮玩”等标签,以前所未有之势,冲上了大众运动的聚焦中心位。然而,这份热度来得汹涌,退得也快,如今站在该中心位的运动已换成中文译名为“匹克球”或“皮卡球”的 pickleball。

专题撰稿 本报记者 章丽倩

多元产物精华集萃 优点更胜“网红前辈”

进入国内市场后被译名为“匹克球”或“皮卡球”的 pickleball,从最初诞生至今,它已走过了半个世纪,不过论起在国内新晋名号,却是近大半年里才有的事。正如一些早入门的爱好者所概括的那样,“拿着乒乓球拍在羽毛球场上打网球”,在这项潮运动的身上,人们能看到多项隔网相对的球类运动的影子。

世博源一区L2层,此处既看得见梅赛德斯奔驰文化中心,也望得着中华艺术宫,是实打实的黄金地段。申城第三片专业的匹克球固定场地正开在这里,而作为新球场的暖场活动,则是吸引到了来自多个体育项目的全国冠军和部分匹克球爱好者来共同参与和见证。

更快的上手时间,更轻松达成的多回合乐趣,更友好的体能门槛,更有



利的赛事组织前景,在活动主办方斯凯奇的中国运动市场总监徐喆看来,这些都是该潮流项目有别于以飞盘为代表的“网红前辈”且更被长期看好的底气所在。“预计等到今年10月,就会有一项面向大众的全国性赛事推出。”

当然,匹克球运动的履历中还有

闪闪发光的一条认证:它是2024年巴黎奥运会的表演项目,并且还在努力加入奥运正式项目的大家庭。美国是匹克球的发源地和大本营,根据该国匹克球协会的数据,从2021年初至2023年初,美国的匹克球爱好者人数从482万人飙升至3600万人,涨势惊人。

奥运表演项目匹克球 正成为潮运动新代表

集市上的打球热度 拥趸成分中西大不同

“小而轻”是匹克球的特色。“小”指的是场地大小,标准匹克球场约等于一个羽毛球场;“轻”指的是球体和球拍,匹克球打起来比网球省力,但又不像羽毛球那般忌惮刮风。如今,场地要求友好且便于展示和互动的匹克球,已成为商圈、集市、展会等活动中的热门之选。

近日,在上海凯田路分时段步行街上就启幕了以街头匹克球大赛为核心的街头运动集市。该活动兼顾了匹克球竞技和运动市集两大板块,组织了匹克球竞技互动、趣味匹克球体验和潮流运动专区三个部分。在照顾爱好者的同时,活动也向周边白领和居民张开了欢迎的怀抱,希望大家在走近了解这项运动的同时,也能激发出更多人的运动活力。

作为一名在美国生活时喜欢上匹克球且球龄已有五年的爱好者,黄伟在来到上海后的感受是,该运动在中美两国的传播轨迹有明显不同。“最早在美国是中老年人先接触匹克球,而国内却是年轻人先玩起来引领了潮流。”随着项目热度的升温,如今黄伟很高兴自己有了更多可以一起打球的伙伴。

世界防溺水日杨浦区这么做 安全培训守护市民安全游泳



先判断,再正体位、开气道、吹气、按压……世界防溺水日前夕,7月21日傍晚,由杨浦区体育活动中心主办的“珍爱生命 预防溺水”安全教育系列活动在源进游泳馆进行,救生员王海抱给孩子们上了一堂生动的游泳安全教育课。

当前,夏季游泳开放正在进行时,为进一步确保市民游泳安全,杨浦区体育活动中心、杨浦区游泳救生协会牵头开展了面向全区游泳场馆的“珍爱生命 预防溺水”安全教育系列活动,鼓励各游泳馆开展系列救生防溺水培训,帮助市民学会自救与互救。源进游泳馆就是杨浦区游泳救生协会定点的防溺水安全教育培训点之一。近期,游泳馆通过公众号进行培训班网上报名,并开展免费培训,得到了市民的广泛参与。截至目前,源进游泳馆已开展40期防溺水培训,参与者达到了500余人次。

东华大学教授、国家级游泳救生员夏正清认为,游泳救生防溺水要从娃娃抓起,“我们要让孩子从小就感知到要珍爱生命,学会在游泳的时候保护自己,同时在救别人前要先保护好自己,这将让孩子终生受益。”·丁·