



滴水湖畔体验户外体育风情

大众体育节引领体育生活

10月21日,盛康集团·第十五届上海国际大众体育节在临港滴水湖畔举行。近8000名体育运动爱好者汇聚于此,共同感受体育与传统文化、潮流科技、健康生活的碰撞与融合。

专题撰稿 本报记者 李一平

“特别喜欢小狮子,我还扮了一次小狮子!”四岁的周瑾年在妈妈的带领下,在活动中感受了飞镖运动,也第一次知道了“舞狮”这项中国传统非遗项目。回家前妈妈还特意给他买了一个小狮子,周瑾年操控着竹棍,让小狮子像她看到的那样飞腾跳跃,一天的活动在她心中留下了美好的回忆。

为深入践行“人民城市”理念,加快推进本市体育领域向“五个新城”导入功能,本届体育节以“让热爱,更未来”为主题,首次引入南汇新城。开幕式上,本届体育节形象大使、杭州亚运会场地自行车男子凯林赛冠军周瑜发出全民健身倡议,号召大家共同争当健康生活的践行者、全民健身的宣传者和全球著名体育城市的推动者,用健康的体魄和心态为加快建设体育强国做出积极贡献。咏春拳和八卦掌项目传承人吴俊辉、王天灏,以及飞镖、跳绳、板球、橄榄球、桨板、航空模拟六个项目的运动达人刘昱琦、张籍、王萌、韩浩然、Myles Rogers、陈宛锁成为体育节项目推广之星。



“体育+X”运动集市全体验

清晨,10km逐日环湖跑和5km健康欢乐跑率先发枪起跑。10km参赛选手自滴水湖北岛出发,沿环湖一路辅路前行,途经环湖景观带、一线画廊、中国名家主题雕塑园、黄日港、1号码头等景观,在领略滴水湖环湖风光的同时,用足迹绘制出一幅“幸福圆满”轨迹图。

带着女儿参加完5km的健康欢乐跑后,周元带着女儿来到了主会场的运动集市,今天她为女儿报名了旱地冰球的体验比赛,这也是来之前女儿最为期待的项目。“因为孩子平常比较内向,所以我们周末喜欢带她出来转转,多接触接触人和自然。”这次从网上看到了大众体育节的招募,周女士第一时间就进行了报名。

让周女士没想到的是,平常喜欢一个人静静呆着的女儿这次在运动集市上可玩疯了,整个上午都陪着女儿“逐摊体验”。此前,在周女士的鼓励下,女儿参与了体适能和乒乓球的培训课,但似乎并不能十分引起女儿的兴趣,而这次在运动集市上,女儿王鑫鑫找到了新的乐趣所在,“最喜欢的是飞镖和旱地冰球。”

这次大众体育节的运动集市囊括了跳绳、橄榄球、高尔夫等15个运动项目的体验活动,同时还有两项科技体育体验可供选择,数量上的丰富让不少前来游玩的大人小孩都“挑花了眼”。许多家长也像周女士这样,借着活动的机会,让孩子更多地体验体育项目,想为他们找到终身的体育爱好。

打造全新户外周末生活场景

除了现场丰富可选的运动集市外,这次大众体育节最受市民欢迎的还要属露营区和非遗展示区了。

本身滴水湖就是近期热门的上海户外露营好去处之一,加上热闹非凡的运动集市、非遗展示活动,让市民在露营之余,更多了几分热闹。

市民王方方一早就到大众体育节会场的露营区搭好了帐篷,留下丈

夫“看家”后,她就带着女儿周瑾年在会场逛了起来。由于女儿才四岁,现场不少运动体验都参加不了,仅体验了飞镖、魔方等幼儿也能参与的项目。但没想到的是,小周瑾年到了非遗展示区就立马挪不动脚了,对于年纪幼小的她而言,一切都充满着新奇。

在非遗展示区现场,周瑾年小朋

友体验了剪纸、糖画和龙狮,这也是她第一次接触这几项中国传统非遗。制作精美的舞狮服装让她产生了浓厚的兴趣,回家时还带了一个缩小版的舞狮当作纪念。在王方方看来,当天的活动本来是想让孩子感受体育氛围,没想到还学习到了许多书本上学不到的非遗知识,意义非凡。

在晚霞中,主舞台的户外音乐节

传来演唱声,一座座帐篷旁,平时都市快节奏生活的市民享受着徐徐的微风,真是一幅好不惬意的画面。这次是王方方第一次参加露营活动,比起平日里周末吃饭、看电影、唱歌的“老三样”娱乐活动,户外运动给她带来了全新的感受。对许多其他来参与大众体育节的市民来说,这次活动同样为他们展现了全新的户外周末生活的新场景,这也是大众体育节的初衷所在。如果是你,你会选择怎样的周末生活呢?



上海网球民间土壤肥沃

发展“小网球” 重视低年龄段儿童

从杭州亚运会男单折桂,到在ATP1000上海大师赛和ATP500东京赛上连续闯入16强,再到让自己的世界排名较长时间地稳定在前60之列,当上海运动员张之臻交出一张足可被夸的赛季成绩单后,申城的这片网球土壤也得到了更多人的关注。

专题撰稿 本报记者 章丽倩

赛事市场更细分 各群体都有一片天

在一二年级时就能去参加市级网球比赛,对很多自诩从小接触网球、该行业从业者来说,这是他们当年未曾享受过的待遇。而在如今的申城,随着赛事市场的细分,更多网球爱好者享受到了各有一片天的福利。

以上海市网球协会参与和组织的赛事为例,按照时节,既有春季俱乐部团体赛,也有夏季俱乐部团体赛。按照性别特色来分,则每年都会举办几站女子赛。“如果是平常的团体赛或是混双比赛,我们女选手可能会依靠男选手多一些,而像这样纯粹的女子比赛,就是对个人的一次挑战了。跟平常会不太一样。”球友钟燕燕分享道。

再来看场地类型,上海最多的球场类别肯定是硬地,但实际上,崇明红土网球公开赛已经办到了第11个年头,成为了上海网球的一张特色名片。另外,肉眼可察的一个趋势是,针对青少年的比赛和活动正变得越来越。郑龙是金山思迈网球俱乐部的负责人,在这回的“景东小学杯”青少年

小网球赛上,他带了20多个孩子前来参赛,其中相当一部分是初涉赛场的小学低年级学生。“领先不骄傲,落后不气馁,认真打好每一分。相较于外面的比赛,(参加市级比赛)会更有荣誉感。”而在今年已经过去的九个月里,上海市网球协会参与和组织的青少年赛事还包括上海市青少年网球冠军赛、“海韵杯”青少年短式网球赛、上海青少年网球冠军挑战赛等。

在上海的这片网球舞台上,还有更多突出人群针对性的比赛,比如各类老年赛事、企业职工赛事等。正因有了这样的百花齐放,申城全民健身舞台才愈加丰富多彩。



拍短球软 场地小 “小网球”助力科学启蒙

交流时刻。

什么是“小网球”?上海市网球协会副秘书长薛磊告诉记者,小网球的特点是启蒙早,投入少,具体表现为球拍较短,用球较软,场地较小,竞赛规则简单易懂,竞赛办法灵活多样等特点。

薛磊表示:“国际网坛早就针对儿童身心发育特点和负荷能力,依循网球原理建立并推行了适宜4岁到10岁儿童的迷你网球。中国网球协会适时地启动了‘小网球’工程,并联合教育部中学生体育协会共同推广,通过开发新的球拍、球网和球场,让1到3岁的孩子也能通过趣味的方式参与

网球运动,提高孩子对网球活动的积极性,从而进一步扩大我国网球人口基数,弥补此年龄段的市场空白。”

以这次的参赛小选手们为例,他们就是“小网球”工程的参与者。按照年纪的不同,这些小学年龄段的选手被分成A组(三年级至五年级)和B组(一年级至二年级),每个组别不分性别各设32个签位。

目前,“小网球”的发展方向是希望让打球的场景更多元化和更方便,可以不受地域限制,提高各群体的参与度,不仅满足居家练习需求、促进家庭亲子互动,还可随时拎包携带,实现随时随地打网球。

你眼中的旗忠网球中心是什么样的,该不会还觉得那里的热度是一年一会的上海大师赛专属吧?实际上,每年上海城市业余联赛网球联赛旗下的多场赛事都将旗忠选为了办赛场地,说那里的热度具备“跨年”属性亦不为过。类似的可以纠错的网球问题其实还有,举个例子,你眼中的网球爱好者又是什么样的,在琢磨这个问题时会不会先把低年龄段的儿童给选择性忽略了?

近日,在一项以小学名字命名的网球赛上,这个问题就得到了又一次的正名:哪怕是小学年龄段的孩子,也一样有适合他们的科学网球启蒙法。在2023年上海城市业余联赛网球联赛“景东小学杯”青少年小网球赛暨吴泾镇学区化网球嘉年华上,一群接触网球的时间在几个月到一两年不等的小学生,就迎来了专属于他们的切磋