

运动过假期

青少年体育赛事 燃动“五一”



本报记者 顾 宁文/图

从酷炫惊险的跑酷赛场,到挥棒击球的棒球场地,从冰面飞驰的冰球赛场,到拳脚生风的跆拳道赛台……“五一”假期,全国各地掀起了青少年赛事热潮,青少年们用汗水与拼搏,为这个假期增添了一抹亮色。

这个“五一”假期,北京的青少年们过得极具“极限”色彩,贯穿整个“五一”假期的首届北京极限运动汇吸引了众多青少年极限运动爱好者踊跃参与。作为极限运动的重要组成部分,北京跑酷公开赛吸引了众多青少年的目光。赛场上,年轻选手们身着轻便的运动装,凭借着出色的身体素质和娴熟的技巧,飞檐走

壁,闪转腾挪,做出一个个令人惊叹的高难度动作。有的选手轻盈地跃过数米宽的间隙,有的则在墙壁上快速攀爬、翻转,充分展现了跑酷运动的魅力与激情。此外,全国全民体能大赛暨北京体能公开赛同样备受青少年关注。现场,青少年们在力量、速度、耐力等多个环节的比拼中,挥洒汗水,全力以赴。

北京市体育局相关负责人表示,首届北京极限运动汇的举办,为青少年们提供了一个展示自我、挑战自我的平台,让他们在运动中享受快乐,在竞技中收获成长。同时,也进一步推动了极限运动和全民健身运动在北京的普及与发展,营造了浓厚的体育氛围。主办方希望在这样的活动影响下,有更多青少年爱上运动,积极参与到体育锻炼中来,为自己的健康成长和体育事业的发展注入新活力。

在河北秦皇岛市北戴河区,2025年全国少年轮滑(速度轮滑)锦标赛也在“五一”假期精彩开启。189支代表队的1400余名年轻选手齐聚一堂,在奥林匹克大道公园及沿海公路展开激烈角逐。赛事设有500米+D争先赛、1000米争先赛、5000米积分赛等多个项目,充分展示了轮滑运动的多样性和竞技性。首场5公里公路赛在北戴河区老虎石公园举行,轮滑鞋与地面的摩擦声响成一片。比赛中,各组别竞争都

异常激烈,让人感受到了年轻选手们热情与活力。

在湖南长沙,2025年全国青少年棒球公开赛湖南分区赛也于“五一”期间在长沙启乐捞刀河棒球场和青竹湖湘一外国语学校举行。本次赛事分U8、U10、U12等组别,按迷你棒球、教练抛投、投打等方式进行。吸引了来自湖南、北京、上海等多个省区市的36支青少年棒球队伍、434名棒球小将参赛。各组别冠军球队还有机会参加今年下半年的全国总决赛。据了解,棒球运动近年来在国内蓬勃开展,主办方希望通过此次比赛为青少年棒球爱好者们提供一个展示自我的平台。

在天津津南区,为期五天的2025“天津·破冰杯”青少年冰球邀请赛也在“五一”期间开赛。现场,冰球小将们身穿护具、手持球杆,脚踏冰刀,在冰面上疾驰如飞,将冰球运动的力与美展现得淋漓尽致。此次邀请赛设置了U6、U8、U10、U12四个级别,来自全国各地的28支队伍、近330名冰球小将齐聚津南,为假期注入了青春活力与竞技激情。

此外,在南宁,“五一”期间同样举办了多场精彩的青少年赛事。2025年广西青少年攀岩冠军赛在南宁李宁体育园拉开帷幕,10支队伍的126名青少年选手在攀岩墙上展开了激烈的较量。他们身手敏捷,如同灵动的“蜘蛛侠”,凭借着速度与技巧,向着顶端发起冲击。这场比赛全面检验了广西攀岩后备人才的培养情况,对推动攀岩运动的发展具有重要意义。南宁市跆拳道锦标赛

“五一”期间也在南宁市体育运动学校举行。16支代表队的300多名跆拳道小将,在赛场上大展身手,他们动作规范、气势十足。南宁市跆拳道运动协会相关负责人介绍,跆拳道在南宁发展态势良好,此次比赛挖掘出不少优秀苗子。“在假期办赛,吸引了更多外地队伍参与,进一步壮大了赛事规模。”

“五一”期间的这些青少年赛事,不仅为年轻选手们提供了展示才华的舞台,也让观众们感受到了青少年体育运动的魅力和活力。同时,这些赛事对于推动各项运动的普及与发展,以及培养后备人才具有重要意义。



山西省大力推进体育支教志愿服务

点亮青少年体育梦想

本报记者 顾 宁

近年来,山西省深入推进体教融合,青少年体育工作蓬勃发展。特别是体育支教志愿服务工作,从2023年的初步探索,到2024年的全面拓展,成效显著,为全省青少年体育工作注入强大动力。

在工作中,山西省一方面不断拓展与省内高校的合作,如山西大学、太原理工大学等五所高校组建起涵盖优秀本科生、研究生的百人支教团。中北大支教团在吕梁市方山县,不畏设备短缺等困难,为基层学校提供高水平教学支持。另一方面把支教工作重点聚焦国家及全省乡村振兴重点帮扶县和教育资源薄弱县区。如大同大学支教团在代县挖掘“杨家武术”,融入体育教学,开设校本课程,打造“一县一品”,促进了地方体育文化传承。此外,在支教内容上,山西省还不

断创新,融入多种元素。在传统体育项目基础上,增加了体育科技创新、心理健康教育等内容。由山西大学支教团设计的足球韵律操课程,融合足球技巧与音乐节奏,通过班级联赛等,形成“以赛促练”的良性循环,助力孩子足球技能的提升。

随着工作的推进,山西省的体育支教范围也在不断扩展,从最初的3市4县扩大到全省11市12县70所中小学校,累计开展超21920个教学课时,覆盖115968名学生。支教不仅让孩子们掌握了运动技能,培养了终身运动习惯,还助力学校取得丰硕成果。如忻州市特殊教育学校在省内毽球比赛获奖,大宁县城关小学在射击比赛中斩获多金。

2025年是山西省体育事业深化改革、创新发展的关键一年。山西省体育局相关负责人表示,山西省将以更高标准、更实举措,推动体育支教志愿服务迈上新台阶,为孩子们架起体育桥梁,为乡村振兴注入体育力量,为体育强国建设贡献青春智慧,让体育支教志愿服务在三晋大地绽放更加璀璨的光芒,点亮更多青少年的体育梦想。



主办方供图

张博宸

日前,国家奥林匹克体育中心举办国家队社区开放日活动,来自亚运村第一幼儿园的130多名小朋友进入园区体验智慧健身器材,并与国家女子曲棍球队展开交流互动。

活动伊始,师生们走进国奥生态智慧健身园。现场,工作人员首先结合专业知识,向孩子们详细讲解

并示范了健身器材的使用方法。随后,师生们分组体验了器材与项目,大家在小足球场内你追我赶,在乒乓球台前快乐切磋,在体质监测设备前了解身体指标、进行反应测试,欢声笑语洋溢在健身园里。

经过短暂休息,师生们前往曲网球场,工作人员介绍了场馆作为亚运会、奥运会比赛训练场地的历史。互动环节,国家女子曲棍球队队长李红与队友们先分享了训练比赛中的拼搏故事,还耐心回答了小朋友们

童趣满满的提问,接着将曲棍球杆发放给师生们并带着大家分组体验项目乐趣,教授基本动作。亚运村第一幼儿园园长陈静表示,近年来社会各界都更加重视孩子的体质健康与体育特长培养。“体育越来越成为我园教学活动的特色。去年园里带着孩子们与国家摔跤队互动后,明显感受到他们对体育的兴趣提升了。未来希望能与国家奥体中心加强联系,给孩子们更多与国家队哥哥姐姐接触的机会,激发他们对体育的热爱。”

李红说:“从八岁接触曲棍球到现在,我第一次带幼儿园孩子体验项目,他们太可爱了。现在四川、广东、江苏等地通过体教融合将项目普及与推广做得越来越好,选材覆盖面也在扩大。”

国家奥体中心国家队保障处相关负责人介绍:“去年我们首次在国家队开放日让幼儿们来园内体验,这也是国家奥体中心践行社会责任、普及体育文化的重要实践。”该负责人表示,国家奥体中心希望青少年们在幼儿阶段就能对中国体育的发展与荣耀、国家队的拼搏与付出、全民健身的配套与服务有更多具体的认知。“在不影响国家队及其他驻训队伍正常训练安排的情况下,我们会适时安排‘冠军进校园’‘特色体育项目体验’等活动,既要将更多的少年儿童‘引进来’,又要让优秀的运动员们‘走出去’。”

U15中夏会收获三金

吴振瑀:要在跑道上继续为国争光

张博宸

2025年U15世界中学生夏季运动会的田径赛场上,中国队的运动员们大放异彩。赛后,记者同男子400米、4×100米接力和异程接力项目的冠军吴振瑀、教练刘昊和领队田博聊起了在塞尔维亚的感悟。

“除200米选择性放掉,其他三个项目都拿了金牌。”15岁的吴振瑀略感遗憾,但更多的是轻松愉快。人生首次代表中国踏上海外赛场就夺得三枚金牌,吴振瑀说:“没太敢想能拿这么多冠军。这是我首次代表国家在海外比赛,能为国争光,我特别开心和激动。”

此次参赛也让吴振瑀收获了跨国友谊。他笑言,即使自己的英语沟通并不流利,但也会用手势、翻译软件等方法,尽力地传播中国文化、讲好中国故事。“一个巴西朋友获得了400米银牌,比完赛我俩都很开心,就在场边互相‘斗’了下舞技。他们很愿意和中国选手聊天,我们还交换了徽章和礼物。”

成绩的取得离不开背后的保障。首次参与世界中学生夏季运动会教练工作的刘昊介绍,如何让运动员在备赛过程中保持舒适,成为教练组反复思考的内容。“代表团中有很多南方的运动员,我们担心因气候变化导致心态波动,甚至水土不服,还考虑到训练方法、性格特点、首次离家等因素,因此给孩子们做好保暖、保护和心理疏导非常必要。”在当地,非赛时的日常训练与恢复往往从早到晚,运动员吃得是否可口是教练组重点考虑的保障内容之一。“我们专门准备了特大号的保温壶,有的教练每天5点半就起床,熬两锅粥,直接带走给孩子们分享。大家都在想办法营造家的感觉,孩子们表现出的温暖感、满足感,让我们觉得不虚此行。”

赛会所在地兹拉蒂博尔的海拔已达到亚高原。田博回忆:“周边没有很专业的田径场给孩子们做适应性训练,到比赛场地的车程要一个半小时,我们首先要保证孩子们不受伤、不生病。”

相较于前几届比赛,本届赛事中国田径队可谓是全面开花。“夺牌项目的分布更均匀,也是给代表团贡献奖牌数最多的队伍。”田博说。刘昊认为,这与国内的训练条件、方法越来越好,比赛越来越多有关。此外,体育精神的作用也不能忽视。“比如这次吴振瑀一人身兼多项,但能在体能逐渐走低时用拼搏和毅力把状态调动起来,这也无形中帮助他得到满意的结果。”

对于吴振瑀而言,夺金只是起步,跑步正在从兴趣变成人生助力。不过他也坦言,压力随之而来。“目前我还没进入省队,参加的高级别赛事也少,不管之后是有机会进入专业队,还是考大学,回国后都要继续刻苦训练为国争光。”



中国城市青少年跳绳公开赛西宁站落幕

本报讯 日前,“奔跑吧·少年”第二届中国城市青少年跳绳公开赛(西宁站)落下帷幕。赛事从5月1日持续至4日,吸引了西南、西北五省(区)的52支队伍700名运动员参赛,参与人数达2000人次。通过国家级赛事的落地,西宁跳绳运动搭建了从民间热爱到城市名片的转变桥梁,为青少年体育事业的普及与提高提供了重要平台。

赛事前期,组委会举办了跳绳教练员培训班,全市150余名中小学体育教师参训。此外还举办了跳绳裁判员培训班,邀请了行业资深专家现场授课,并组织前往赛场见习实践,依托高品质赛事搭建的平

台,为本土培养一批理论扎实、实践能力强的专业跳绳教练员和裁判员队伍。

不仅如此,此次比赛充分利用青海省独特的生态资源,将体育赛事与红色教育、生态教育有机融合,开展了红色主题教育“两弹一星”、青海湖研学营,打造“跟着赛事去旅行”品牌活动,深度融合“体育+文旅”特色,实现了赛事与旅游的良性互动,为广大参赛选手、教练和家长提供了赛、练、旅、学一体的沉浸式参赛体验,更为全民健身与区域经济的协同发展提供了可借鉴的经验。

本次比赛由全国青少年体育联合会、西宁市体育局、西宁市教育局联合举办。

(顾 宁)