

全国室内田径邀请赛 宁夏两健儿勇夺一银一铜

本报讯(记者 高晓刚)3月1日,宁夏体育运动训练管理中心传来喜讯:在刚刚闭幕的2023年全国室内田径邀请赛成都站比赛中,宁夏运动员杨屹婷获得女子3000米银牌,秦晴获得女子200米铜牌。

据悉,本次比赛是今年全国室内田径邀请赛的第三站,也是各省区检验冬训成果的重点赛事。宁夏共派出9名运动员分别参加女子60米、女子200米、男子1500米、女子1500米、男子3000米、女子3000米等6个级别的比赛。

杨屹婷和秦晴均为宁夏本土选手,年龄都不到19岁。杨屹婷继西安站获得3000米冠军后,本站比赛也发挥出色,再次刷新个人最好成绩;秦晴在去年的全国中学生田径锦标赛上,独揽100米、200米两枚金牌,成长迅速。此外,在本站比赛中,宁夏运动员苏飞、万佳新两位00后小将,分别以3分52秒33和3分53秒69的成绩打破了我区尘封22年的室内男子1500米纪录,也创造了个人最好成绩。

“宁夏田径队自去年10月以来一直在陕西省咸阳市开展冬训,重点任务是补齐体能短板,强化专项体能训练。通过此次比赛,我们验证了冬训计划的科学合理性,检验了冬训成果,通过以赛代练,各项技术指标有了较大幅度的提升。”宁夏体育运动训练管理中心田径教练员尚吉军说。



秦晴。宁夏训管中心供图



传统武术进校园。本报记者 高晓刚 摄

传统武术进校园 阳光体育助力“双减”

本报讯(记者 高晓刚)3月1日,在银川市兴庆区第十八小学景湖校区,武术项目国家级社会体育指导员耐心细致地给师生们讲解健身气功八段锦的技巧,一招一式地给学生们做示范。当日,由银川市体育局、银川市武术协会共同主办的“健身气功武术进校园”活动走进该校,引导师生习练武术国粹,传承中华优秀传统文化,增强学生体质,丰富校园阳光体育。

“我们结合小学生模仿性强、生性好动的特点,以鼓励和引导为主,采用精讲多练的教学方法,营造轻松愉悦的学练氛围,让孩子们在游戏中掌握动作,在蹦蹦跳跳中

锻炼身体,感受武术传统文化的魅力。”银川市武术协会负责人韩平说。

银川市体育局群体科负责人杨亮告诉记者,“双减”政策需要各学校开展更加丰富多彩的阳光体育活动,武术进校园活动旨在将健身气功引入校园体育课、课间操和课外活动,增强学生体质,弘扬武术文化,营造健康和谐的校园环境,促进青少年健康成长。

截至目前,健身气功武术项目已走进兴庆区第十八小学、兴庆区第十七小学、金凤区第十八小学、金凤区第八小学、金凤区第十七小学等5所学校。

彭阳农耕健身大赛乐翻天

本报讯 同心锯木、人工磨面、晒场收谷、抗旱取水……这些贴近农事生活的农耕项目,被搬到了运动场上,让参赛的农民在竞技比拼中享受健身乐趣,提升健身意识。2月28日,宁夏第二届农耕健身大赛彭阳分会场比赛在彭阳县茹河文化园举行,吸引了各乡镇的百余农民踊跃参加。

本次比赛由自治区体育局主办,彭阳县政府承办,彭阳县文化旅游广电局、彭阳县体育中心等单位协办,设手工剥玉米、卖余粮、二人三足走、踢毽子、拔河、托乒乓球跑等13个项目。比赛现场气氛热烈,加油声、呐喊声此起彼伏,参赛选手乐在其中,尽情享受农耕体育项目带来的无限乐趣。

为提升广大农民的身体素质

和健康水平,去年底,自治区体育局启动宁夏第二届农耕健身大赛,除在银川设立主会场外,还在彭阳等县区设立了分会场。在项目设置上,农耕健身大赛突出“农”和“趣”,抢种抢收、沙包投准等比赛项目紧密结合宁夏农业生产实践,源于农民生活。

自治区体育局群体处相关负责人表示,开展农耕健身大赛是将传统农耕方式与现代健身运动项目相结合的尝试,既丰富全民健身活动内容和形式,又传承传统农耕文化,展示农民健身成果,推动全民健身与健康、旅游、文化等融合发展;通过打造宁夏农耕品牌赛事活动,动员和引导更多群众参加体育锻炼,培养健身习惯。

(高晓刚 席彩霞)



同心锯木。席彩霞 摄