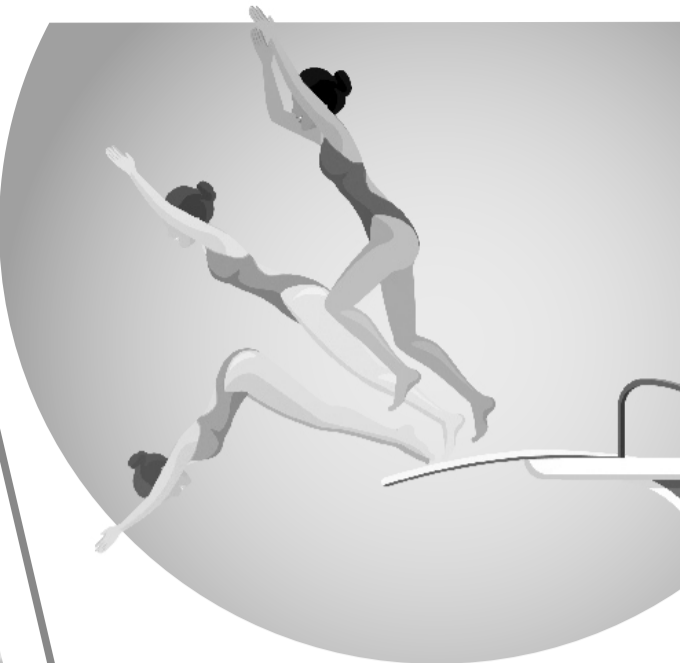




女子跨栏比赛



本报讯 近日,记者从市体育局获悉,2019年全国青年跳水锦标赛将于本月22日至28日在宝鸡市游泳跳水馆举行。这是下一次全国跳水冠军赛的选拔赛,也是国家队挑选潜力苗子的重要赛事。

2019年全国青年跳水锦标赛由国家体育总局游泳运动管理中心主办,陕西省体育局、宝鸡市人民政府承办,陕西省游泳运动管理中心、宝鸡市体育局、宝鸡文理学院等协办。该比赛对于我省和全国其他队伍的青年选手意义重大,是选拔苗子的重要比赛。据介绍,为承办好本次比赛,我市制定赛事活动安保方案及赛场内外、驻地、交通安全等安保工作,对队员入住酒店、赛场卫生防疫情况进行检查,还开展了严格的酒店食品安全和环境卫生整治行动,积极营造文明卫生、环境优美的市容市貌。

同时,我市对跳水馆的跳台、跳板等设施进行了检修测试,确保符合大赛标准。

本报记者 李一珂

本月22日至28日
全国青年跳水锦标赛在宝鸡举行

点燃激情 释放魅力

——全市2019年青少年田径比赛侧记

文/本报记者 李一珂 图/谢克强



女子跳高比赛



男子竞走比赛



女子铅球比赛

不经历风雨怎么见彩虹?一句歌词,就是对体育比赛最好的诠释。6月14日至16日,全市2019年青少年田径比赛在凤县举行。

三天的比赛中,来自全市各个县的运动员在阳光下奔跑,在细雨中起跳,展开了一场场激烈角逐……

800余人参加百余项比赛

6月14日早7时,明媚的阳光下,迎来了男女甲组20000米竞走决赛。记者在现场看到,选手们个个斗志昂扬,在田径场上疾走,追赶着领先的选手。

“加油!坚持住!”“注意动作规范!”场下的队友不时喊话提醒,为运动员们加油助威。经过一个多小时的激烈角逐,来自扶风队的选手程思雨以1小时48分的成绩获得第一名,来自凤翔队的李瑶以2小时4分的成绩位列第二,来自陇县队的王莉获得第三名。

据承办比赛的凤县相关部门工作人员介绍,共有来自全市的800多名运动员和裁判员参加了本次青少年田径比赛,比赛涵盖田赛和径赛两大类,共100余项比赛。由于参赛人数较多,比赛按照性别和年龄,分为男女甲组、乙组、丙组以及苗苗组。其中,甲、乙、丙组按照项目分类,进行竞走、跳高、跳远、100米跑步等比赛。

苗苗组则有些特殊,参赛队员都是11岁以下的运动员。比赛内容为六项全能,包括

30米、60米、400米、立定跳远、15米单足跳、垒球掷远。据市体育局竞赛科负责人介绍,这次比赛中,苗苗组的参赛队员有85人。这是为了推动基层训练向更低年龄的运动员下延,从而能更早发现和培养优秀体育苗子,为运动员成长成才打下坚实基础。在比赛中,运动员年龄小,还处在打基础和锻炼身体素质的阶段,竞技水平有限,所以六项全能比赛比的是他们的基本素质和跑跳能力。记者在现场看到,虽然有些苗苗运动员只有七八岁,但他们站在赛场上也是表情认真严肃,注意力集中,展现出最好的水平。

选手冒雨参赛激情不减

6月15日,集合了不少重头比赛。可没想到,一大早就下雨了。要知道,田径比赛,下雨对比赛成绩影响较大,湿滑的草皮还有可能让运动员摔倒受伤。然而,这次比赛虽然被雨水“光顾”,可年轻的运动员没有一个人放弃,大家冒雨比赛,仍然比出了激情和活力。

此前,田径比赛连续多年在千阳县进行,今年是首次在凤县举办。凤县教体局副局长魏社宏告诉记者,凤县一直注重全民健身,但是由于种种原因,凤县的体育成绩提升不大;这次比赛在凤县举办,汇集了众多优秀运动员,也让凤县人感受到较高水平竞技体育的魅力。而凤县凉爽

的天气和美丽的风景,让参赛运动员感觉舒适,但麟游、陇县等地的运动员,要来趟凤县可谓是翻山越岭。记者在现场看到,来自陇县的运动员有132人。他们为了参加比赛,前一天早上就动身出发,有的乘坐大巴车到市区后,再转车来到凤县,有的则是乘坐火车抵达,颇费了一番工夫。为此,凤县专门落实了“县城—凤县中学”赛点公共交通保障,增加了6路、9路公交车的频次,还增调人手,在赛事组织过程中从出行饮食、医疗服务、场地器材等多层面进行分工,为参赛人员提供多项应急服务,这也让不少参赛运动员和教练员称赞贴心。

据市体育局相关负责人介绍,本次比赛不仅是对各县区青少年竞技体育训练成果的检验,也是备战省运会的一次大练兵,对于我市各训练单位和训练队具有重要意义。与此同时,在比赛中,运动员能够积累经验、锻炼意志,认识更多新朋友,这对于他们来说也受益匪浅。

一个农村体育教师的坚守

——记宝鸡最美体育人、太白县咀头初级中学教师闫天让

本报记者 李一珂

他是默默无闻的农村教师,却接连培养出冠军选手,托起了无数学生的体育梦。荣誉的背后,是他20多年来对体育的坚守。近日,记者采访了宝鸡最美体育人、太白县咀头初级中学教师闫天让,请看他体育故事。

想尽办法挖掘好苗子

1997年秋天,从宝鸡市体育运动学校毕业的闫天让,怀着回报家乡的热情,回到太白县开始了体育教学生涯。他先后在咀头镇的几所小学、太白县少儿体校和咀头初级中学任教。

运动员出身的他,本想着干自己的本行,是手到擒来的事儿。可没想到,实际教学和他想象的完全不一样。首先,学生素质参差不齐,大部分都是零基础,学起来很困难。其次,学校以文化课为主,留给体育的教学时间有限,再加上很多家长认为体育就是不务正业,没有前途,而且影响孩子的正常学习。不仅如此,闫天让还发现,日常训练也不是“一帆风顺”。比如,有些学生吃不苦,特别是一些需要耐力的跑步类项目,训练过程枯燥乏味,让很多学生都难以坚持。

为了留住好苗子,闫天让想了不少办法。他经常利用双休日或节假日家访,跟家长们讲述竞技体育的成功事例,对孩子身体素质和未来发展的好处等。他还在训练休息时间,给小队员们做思想工作,设置一些小奖品,激发他们的训练热情。

闫天让告诉记者,只有解开家长和

孩子的心结,才能挖掘到好苗子。一次,闫天让发现学校里一个叫小杰的孩子身体素质好,有体育天赋。为了能招到他,闫天让5次前往孩子家,做家长的思想工作。孩子家距县城较远,家长顾虑冬天上学早不安全,闫天让便每天凌晨5点多起床,骑自行车到孩子家接孩子来校训练。他的坚持和认真,打动了小杰的家长,同意让孩子坚持训练。

2014年11月,闫天让所在的太白县咀头初级中学被陕西省田径管理中心评为高原耐力项目训练基地,从那时起,闫天让教授竞走。刚开始,队员们觉得竞走要扭屁股,都不愿练习。闫天让便给他们讲解优秀竞走运动员的故事,以及我省对竞走的重视和发展趋势,引导他们从思想上接受竞走,这才慢慢培养出一批竞走项目选手。

多场地训练调动积极性

经过几年坚持不懈的努力,一支初具雏形的田径队成立了。“看着孩子们一张张充满稚气的小脸和纯真的眼神,看着他们在田径场上生龙活虎、朝气蓬勃的样子,我觉得招生和训练过程中所有的辛苦、委屈和辛酸,都是值得的。”闫天让告诉记者,招来好苗子后,如何训练才是最重要的。

为了让孩子们全身心投入训练,闫天让想方设法调动队员的积极性。除了在操场跑圈外,闫天让还经常带着孩子们到环山公路上跑步,有时候找一个风景好的山头比赛爬坡,夏天炎热时又到山沟中模拟“障碍赛”,多



闫天让给队员们讲解竞走技巧

变的场地让孩子们在玩中训练,身体素质也大大提升。

闫天让当教练22年了,但他认为自己依然是个学生,需要不断学习的执教方法,提高执教水平。为此,他自费订阅了《田径》《田径指南》《青少年训练》等杂志,还找来学习资料,全面了解目前各个训练流派的优劣短长,光是笔记就记了厚厚一沓。

2012年,一次偶然的机会,闫天让听说俄罗斯国家竞走青年队的教练员要来陕西讲学,面对如此难得的学习机会,他费了许多周折,终于争取到学习名额。“这一次学习,让我从世界

高水平教练身上,学到了很多新方法和理念。”闫天让说,他是为孩子们传授知识和技能的人,需要不断提升自己,让孩子们在学习中有所收获。

坚守体育精神培养出冠军

2014年,带队参加太白县第二届中小学生运动会田径比赛,获得初中组团体第一名;

2015年,带队参加陕西省高原耐力项目冬令营暨调研赛,获得渠道训练点男子3000米、1500米竞走等多项第一;

2017年5月,带队参加全市第十

一届运动会青少年田径比赛获得金牌15枚,同年7月,所带的运动员参加省青少年田径锦标赛获得金牌9枚、银牌9枚……

这只是闫天让取得成绩的一部分。这些年,他培养的竞走项目运动员有不少被输送到市体校,有些因为成绩优异,在国内外比赛中获得了冠军。万金玉是上初中的时候,被闫天让发现的。万金玉的爆发力很强,双腿活动频率很高,是个练体育的好苗子。闫天让将万金玉招到学校田径队,主攻中长跑项目,但是训练了两周后,万金玉的父母担心把娃的学习耽搁了,选择放弃。万金玉近一年时间都没有进行过正规训练。即便这样,闫天让还是没有放弃,他常常鼓励万金玉,最终万金玉又回到了训练队。2016年8月,万金玉参加第六届“李季杯”田径耐力项目全国高原地区对抗赛,一举取得了女子少年14-15组5公里竞走第五名、3公里竞走第四名的好成绩。同年11月,万金玉参加全国竞走集训队,2017年4月参加国际田联竞走挑战赛暨全国竞走大奖赛太仓站比赛,获得女子基地2002-2003组5公里冠军。

据统计,这些年来,闫天让所带的30多名队员被输送到陕西省田径管理中心、省体校、市体校。因为成绩突出,他连续十余年荣获省、市、县优秀教练员称号。如今,闫天让依旧活跃在教学一线,最关心的还是挖掘好苗子,让更多人重视体育,这不仅是为了竞技,更是为了领悟永不放弃、永不气馁、永不低头的体育精神。