



萧山兴起柔道热 青少年是主力军

亚运兴城
文/图 首席记者 何可人

对很多人来说,柔道是一项听上去熟悉,实际上接触很少的运动。在即将到来的杭州2022年亚运会上,柔道项目的比赛场馆就位于我区的临浦体育馆,这一相对小众的运动项目,近年来已引起不少人特别是年轻人的兴趣,柔道在萧山已悄然兴起。



查看更多内容
扫一扫二维码

3rd Asian Games Tokyo 1958

第三届
1958年东京亚运会

The 3rd Asian Games were held from May 24 to June 1, 1958 in Tokyo, Japan. A total number of 1,820 athletes, coming from 20 countries, competed in 13 events at this Asiad. At the Opening Ceremony on May 24, the Sacred Flame was ignited by Mikio Oda. 第三届亚运会于1958年5月24日至6月1日在日本东京举行,来自20个国家和地区的1820名运动员在本届亚运会上参加了13种运动。在5月24日的开幕式上,亚运圣火由日本体育界的英雄人物织田干雄(Mikio Oda)点燃。

The Asian Games knowledge Contest 亚运知多少

1. Which Asian Games' slogan was "Ever Onward"?
“永远向前”是哪一届亚运会的主题口号?
 2. What is the name of the mascot group for the Hangzhou Asian Games?
杭州亚运会的吉祥物组合名是什么?
 3. What is the main picture of the specially designed stamps of the '19th Asian Games Emblem'?
《第19届亚洲运动会会徽》个性化专用邮票主图以什么为主?
 4. When was the first time New China participated in the Asian Games?
新中国首次参加亚运会是哪一年?
 5. Which day is the launching ceremony of Hangzhou Asian Games Music Works Worldwide Collection?
杭州亚运会音乐作品全球征集启动仪式启动是哪一天?
- (本期内容由王胜平、高梓博提供)
欢迎读者为《亚运知多少》栏目出题。
投稿邮箱:tongyuqian2017@163.com

- Answers
1. Answer: 2nd Asian Games Manila 1954
答案:第二届1954年马尼拉亚运会
 2. Answer: Memories of Jiangnan
答案:江南忆
 3. Answer: The emblem of the Hangzhou Asian Games
答案:杭州亚运会会徽
 4. Answer: 7th Asian Games Tehran 1974
答案:第七届1974年德黑兰亚运会
 5. Answer: On June 23, 2020
答案:2020年6月23日



主持人:童宇倩
亚运千寻(searching)

40余名柔道少年积极备战市运会



4月12日下午4时许,回澜初中南校区体育馆内,数十名学生正在教练的指导下加紧训练。踢腿、滚翻、侧手翻、前倒后倒、对练……他们一个个精气神十足,动不动就来个过肩摔,动作连贯帅气。“同学们正在进行赛前集训,4月16日至18日,他们将出战杭州市第二十届运动会青少年部柔道比赛。”来自区少体校的柔道教练章群彬介绍,此次共有42名学生参赛,他们基本为我校小学和初中阶段的学生,利用每天课后时间进行柔道训练。章教练说:“萧山柔道项目在市运会上拿过的最好成绩是摘得4金,今年突破口主要在男女丙组的比赛,希望孩子们能正常发挥,不留遗憾。”

在这些学生中,回澜初中初三男生肖镡算是“老资格”,练习柔道已有两年多,最好的一次成绩是夺得杭州市青少年柔道锦标赛45公斤级个人第二。“当初是我爸让我来学柔道的,主要是为了强身健体。一开始我觉得训练强度有点大,渐渐就适应了,现在已经喜欢上了这项运动。有烦恼的时候可以很好地排解情绪,还可以交到朋友。”肖镡说。同样“老资格”的还有回澜初中初三女生童瑶,她已考出柔道5级。“学了柔道后最大的改变就是性格开朗了许多,从前我都不太敢和别人说话,对于女孩子来说还可以防身。”童瑶说,之前参加过一些省内比赛,拿到的基本是第二,希望自己可以拿一次冠军。

青少年成练习柔道的主力军

作为区少体校首个柔道训练基地,回澜初中柔道班始于2012年。“我们采用‘体教结合’的模式,本着‘选好苗子、打好基础、系统训练、积极提高’的原则进行优秀体育后备人才培养,推动萧山柔道运动的发展。”章教练说。2012年进入区少体校,拥有国家级柔道裁判员资格的章群彬,一开始就担起了回澜初中柔道班的训练任务,学校开学期间,每天下午组织学生进行柔道训练。章教练回忆,柔道班一经推出,学

生们的参与热情很高,考虑到场地受限因素,每次开放报名后都不得不进行层层选拔,日常参加训练的人数少说也有三四十人。到了2018年,回澜小学成为区少体校又一个柔道训练基地,每周二、周四下午开展训练。章教练表示:“对于小学阶段主要是培养兴趣,打好基础,做好梯队建设。”近年来,随着大众柔道项目推广普及,章群彬深切感受到,萧山的柔道运动氛围日渐浓厚,特别是青少年练习的

热情不断升温,是练习柔道的主要人群。目前,回澜初中、回澜小学两个柔道训练基地约有学员70人,主要为我校小学和初中阶段的学生。历年来,这两个柔道训练基地中,一批又一批萧山的柔道少年们也斩获了不少荣誉,其中,2014年、2015年、2019年均获杭州市中小学生阳光体育柔道锦标赛团体第一名。此外,还有一部分好苗子被向上输送,其中进入市柔道队10余人,他们在省级、国家级各类赛事中也屡获佳绩。



链接:

柔道起源于日本,意为“温柔的武术”,是一种以摔法和地面技为主的格斗术,讲究的是“四两拨千斤”,将力量运用得恰到好处。

柔道的前身是柔术,柔术意为“以柔克刚”之术,专指日本古流武术中的徒手格斗术,包含踢、打、摔、拿等多种技术元素。综合格斗项目——巴西柔术也起源于日本。克柔术和柔术关系不大,指的是

一种摔跤,而且是始于3500年前乌兹别克斯坦的传统式摔跤运动,在中亚地区特别是乌兹别克斯坦广受欢迎和重视。克柔术非常讲求平衡力和快速的步法,因此运动员在练习克柔术的同时,也可能参与柔道等类似的

运动。简单来说,柔道与柔术、克柔术三个项目在得分、服装要求及专业技术语上都有不同。此外,柔道比赛技术包括投技和固技,柔术主要是固技,克柔术则是投技。