

2024年厦门市全民健身系列活动

龙腾鹭岛 乐动厦门  
2024年厦门市全民健身运动会指导单位:厦门市全民健身工作领导小组  
主办单位:厦门市体育局 厦门市体育总会  
承办单位:厦门市体育事业发展中心 厦门市社会体育指导员协会 各相关体育协会及单位  
运营单位:海西晨报社 厦门市体育产业集团赛事运营有限公司

# 跳出自信活力 收获快乐健康

## 2024年厦门市青少年健美操锦标赛顺利收官

晨报记者 王潮元

上个周末,市体育中心成了孩子们的快乐舞台。27日晚,经过两个比赛日的激烈角逐,2024年厦门市青少年健美操锦标赛在市体育中心综合馆圆满收官。记者了解到,这是今年厦门市全民健身运动会最后一项完赛的项目,本次比赛为今年厦门市全民健身运动会赛事画上了一个圆满的句号。

据悉,本次比赛设置了幼儿甲组、幼儿乙组、小学甲组、小学乙组、小学混合组、少年甲组、少年乙组以及青年组等8个组别。小学、中学、大学各录取团体总分前三名,各单位参加3个以上(含3个)组别的比赛(艺术体操项目不计入团体总分)可计算团体总分。比赛吸引了全市132所高校、中小学及幼儿园的3322名运动员参与,人数比去年增加了不少。

比赛现场人头攒动。场上,各队参赛运动员为取得一个好名



2024年厦门市全民健身运动会闭幕式暨厦门市青少年健美操锦标赛举行。记者 陈理杰 摄

次使出浑身解数。场边,候场运动员们为争取在场上有更好的表现而精心准备着。有人穿上了白色等淡色系服装,显得淡定自若;有人则选择了华丽的服装,展现自己最好的一面。

多次参与市青少年健美操锦标赛的林祉辰告诉记者,今年比赛场地将观众区设置在两侧,

让她能更加专注于自己的表现。她来自厦门一中高二年级,今年16岁,得体的妆容让她在人群中显得相当亮眼。她从小学一年级就开始接触健美操,彼时她就已有了民族舞的基础,因此老师一眼就相中了她,选她进了健美操校队。林祉辰说,相比民族舞的柔美,她更喜欢健美操,

这项运动让她越发健康、积极、阳光。“健美操很契合青少年的追求,多年来在生理和心理方面给我带来不少改变。”林祉辰告诉记者,她小时候体弱多病,感冒就像“家常便饭”,而练习健美操两年后,她惊喜地发现自己不仅很少感冒了,甚至还在小学三年级时体测成绩直线上升。她

也在参加健美操项目的过程中,学到了科学、合理地平衡学业与兴趣爱好。

“厦门市青少年健美操锦标赛自2008年举办以来,已有16年的光景。”本次比赛裁判员李昂达表示,经过多年的沉淀,赛事各项机制越发成熟,培养了一批优秀的健美操运动员,他们在参加全国性赛事时取得了不少好成绩。本次比赛项目设置亮点之一,就是由厦门市健美操、啦啦操协会创编的福建省健美操规定项目。“希望中小學生、幼儿园小朋友都能选择适合自己体能的项目。”李昂达说。

本次比赛由厦门市体育局、厦门市教育局、厦门市体育总会主办,厦门市体育事业发展中心、厦门市社会体育指导员协会承办,福建省啦啦操健美操舞运动协会、厦门市健美操、啦啦操协会协办,厦门市体育产业集团赛事运营有限公司、海西晨报社运营。

# 逐梦田径赛场 绽放少年风采

## 2024年翔安区中小学中职学生田径运动会圆满落幕



晨报记者 赵艳红

赛道上,运动员们凝视前方蓄势待发,而随着发令枪“砰”的一声鸣响,他们像离弦的箭一样,飞速奔跑……上周末,经过三个比赛日的激战,2024年翔安区中小学中职学生田径运动会在新店中学田径场圆满落幕。

本次比赛由翔安区教育局主办、海西晨报社承办、厦门市新店中学协办。比赛按学校分为高中组、初中组、小学甲组、小学乙组、小学丙组,竞赛项目有长跑、短跑、110米栏、100米栏、三级跳、跳远、铅球、垒球、4×100米接力等。此次比赛吸引了翔安区56支学校代表队,共计1481名选手参加。

### 齐心协力 争创佳绩

“为了能取得好成绩,比赛中我一直告诉自己‘要冲’。”女子丙组选手、来自海滨小学的方欣妍

告诉记者。4×100米接力赛是她“最紧张的一个项目”,因为她害怕在比赛过程中出现“掉棒”等失误,影响到团队最后的成绩。不过,她也在不断地告诉自己,按照平时训练的节奏进行比赛一定没问题。最终,功夫不负有心人,海滨小学在女子丙组4×100米接力赛中获得第一名的好成绩。

“我们学校老师和学生家长都很支持学生参加体育运动。”赛后,海滨小学老师苏全能开心地說道。据了解,该校参赛运动员平时都是利用课后延时、周末及节假日进行训练的,大家都认真地参加训练。记者在现场看到,该校不仅运动员表现出色,前来观赛的学生也都举止文明,赛后主动清理垃圾,展现了良好的精神风貌。

### 以赛促练 提升水平

“为了能在比赛中取得好成绩,我全年训练几乎是满勤。”高



选手们在赛场上尽情奔跑。记者 陈理杰 摄

中女子组选手、来自新店中学的黄紫轩自信地说道。对于自己热爱的项目,她克服各种困难,坚持训练。通过扎实的训练,她在赛场上越来越自信。最终,她取得了高中女子组100米栏第一名的好成绩。

“很多学校提前一年为区田径运动会选拔运动员,并组织学生进行规律训练。”来自新店中学的陈良州老师告诉记者,“得益于区教育局的支持,比赛参与人数逐年上升,赛会纪录也不断被刷

新。”据了解,新店中学为翔安田径运动贡献了不少力量,包括培养了很多优秀的田径运动员。

翔安区教育局相关负责人表示,希望在厦门市教工体育协会的专业执裁力量支持下,通过田径运动会这个平台,让青少年不仅能以赛促练、提升水平,也能了解最新赛事规则,从而为翔安区营造良好的田径运动氛围,促进翔安区田径运动的发展。

### 赛事团体总分榜

#### 小学组

- 第一名 翔安区海滨小学
- 第二名 翔安区第二实验小学
- 第三名 翔安区内厝中心小学
- 第四名 翔安区马巷中心小学
- 第五名 翔安区第一实验小学
- 第六名 翔安区第五实验小学
- 第七名 翔安区实验学校
- 第八名 翔安区大嶝中心小学

#### 初中组

- 第一名 新店中学
- 第二名 翔安第一中学
- 第三名 志翔中学
- 第四名 翔安火炬实验学校
- 第五名 翔安区实验学校
- 第六名 翔城中学
- 第七名 双十中学翔安附属学校
- 第八名 诗坂中学

#### 高中组

- 第一名 新店中学一队
- 第二名 新店中学二队
- 第三名 内厝中学
- 第四名 翔安第一中学
- 第五名 翔安职业技术学校一队
- 第六名 九溪高级中学
- 第七名 翔安职业技术学校二队