

2022年厦门市全民健身系列活动

全民健身动起来 一起健康向未来
2022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:厦门市社会体育发展中心 厦门市社会体育指导员协会
协办单位:各大体育协会

舞动青春 彰显健康活力之美

2022年厦门市青少年啦啦操锦标赛举行

晨报记者 黄晶晶

伸臂、踢腿、旋转、跳跃,伴着动感十足的音乐,参赛队伍身着靓丽的舞蹈服装绚烂起舞,时而变换队形,时而做出一字马等高难度动作,意气风发、激情飞扬,青春洋溢、活力四射……11月12日至13日,作为2022年厦门市全民健身运动会的重要配套活动,2022年厦门市青少年啦啦操锦标赛暨2022-2023学年全国啦啦操联赛(厦门)站于厦门市蔡塘学校体育馆举行。比赛吸引了我市各中小学、幼儿园、大中专院校等178支啦啦操队伍的3082名运动员参与角逐。

“今年参赛队伍的水平整体呈现出突飞猛进的状态,各个队伍的教练对技术的理解都非常强。”赛事裁判长李昂达介绍。本次比赛分为幼儿乙组、幼儿丙组、儿童甲组、儿童丙组、儿童混合组、少年甲组、少年乙组、青年组等8个组别,参赛项目设置了激情活力的花球啦啦操、舒展优雅的爵士啦啦操、活泼灵动的技巧啦啦操等多个项目。

大赛采取“现场表演、当场亮分”的形式,从技术特点、难度要求、完成规格、艺术欣赏等几个部分进行评定。经过激烈比拼,各项目纷纷决出优胜。

啦啦操是一项从国外引入的舞蹈类体育项目,青春时尚又能强身健体。由于简单易学,深受青少年喜爱。作为集体项目,啦啦操表演团队一般在16至20人,风格多元化,分为花球、爵士、街舞等多种形式。

记者了解到,厦门一直坚持在各大学校推广啦啦操运动,在十几年的过程中,许多队伍已经从刚开始的懵懂、对规则不甚了解,到现在发展得非常成熟,甚至有几支优秀队伍还在全国赛上取得了较好的成绩。



啦啦操比赛展现精湛技艺。

家长说

乐在其中,希望孩子有收获

8岁的张雨涵是厦门市翔安区金山小学闪光啦啦队的队员,陪同她前来参赛的,是作为“家长志愿者”的饶静。队员们刚在树荫下进行完赛前的排练,饶静就忙前忙后,耐心满足每个孩子的需求。

“学啦啦操有时候还挺累的,作为家长,我们也会尽可能多给她鼓励,只要她参加活动,我们都会陪同。”饶静向记者说道。女儿

对啦啦操感兴趣,此前一直都是学习花球啦啦操,今年三年级才开始接触爵士啦啦操。除了陪同参加活动,饶静也是女儿的“陪练员”。女儿练习的时候,饶静会陪在一旁,然后对着视频帮助纠正女儿的姿势。

“其实拿不拿奖没关系,主要还是希望孩子能够乐在其中,有所收获。”饶静笑道,因为啦啦操是一项健康活力的运动,对青少年的成长有积极助益。

老师说

薪火相传,将热爱继续传递

“看着学生从一点都不懂,通过不断的学习、训练,再到现在可以参加比赛,我真的非常欣慰。”厦门市同安区官浔小学观心啦啦队的教练廖秋华笑道。廖秋华是官浔小学体育组组长,同时也是学校的啦啦操教练。此次参加比赛的大多是四年级、五年级的学生,而这些学生全都是她从一年级手把手带到现在的。

廖秋华之前学的是啦啦操专业,现在可以从事与自己热爱的专业相关的工作,她直言“真的很开心”,自己从学生转

变为教练、老师,感触良多,看着越来越多的学生在自己的影响下,喜欢上啦啦操,她感到相当骄傲,“以前大家都不太了解啦啦操,甚至不知道这是什么,但随着各方面积极推广,如今越来越多人认识并喜欢上这个运动。”

“学习啦啦操其实对学生很多方面都有帮助。”在廖秋华看来,学习啦啦操不仅培养了孩子们的意志,也让孩子们的身体素质和协调能力得到了提高,从气质到形象也变得更加阳光。

学生说

不断提升,遇见更好的自己

“能跟朋友们一起跳啦啦操真的很有趣。”参加此次花球啦啦操项目的厦门市新圩学校学生黄亦铨说道。今年五年级的她,从三年级就开始接触啦啦操。而回想起与啦啦操的结缘,黄亦铨表示离不开她的朋友们,“当初朋友在跳,我就想跟着尝试一下,没想到还挺有意思的。”

于是,黄亦铨便加入学校的啦啦操社团,开始了学习之路。在此过程中,她认识了很多朋友,大家一起学习,一起训练,一起为了同一个比赛而努力,“那股干劲激励着每一个

人,也让我们能力得到了提高。”

在精进舞技的道路上,黄亦铨的快速成长离不开汗水的浇灌,“有时候会遇到时间不够用的情况。”当学习与训练时间产生冲突时,她会先向教练请假,然后自己再找时间将训练补上。抱着对啦啦操的满腔热情,她刻苦训练、不断提高自己。

谈及跳操对自己的改变,黄亦铨满脸笑意,“它不仅让我变得更加自信,也提高了团结协作能力,更增强了队伍的凝聚力。”



动作到位



热情奔放



整齐划一

本版图片 记者 陈理杰 摄