

2023年厦门市全民健身系列活动

2023年厦门市全民健身运动会

主办单位:厦门市人民政府 厦门市体育局 厦门市体育总会  
承办单位:厦门市体育局 厦门市体育总会  
协办单位: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  
运营单位:海西晨报社 厦门体育产业集团赛事运营有限公司

# 144支龙狮队上千人同台共舞

## 2023年厦门市青少年舞龙舞狮锦标赛圆满收官,参赛人数创历史之最

晨报记者 王潮元

锣鼓喧天、龙行虎步,选手们手中的龙和狮仿佛有了生机……经过上周末两天的角逐,昨日,2023年厦门市青少年舞龙舞狮锦标赛在集美工业学校圆满收官。

据悉,全市60所高校、中小学、幼儿园及特教学校组成的144支龙狮队参与了本次比赛,1333名学生同台共舞,参赛人数创历史之最。

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、集美工业学校承办,厦门体育产业集团赛事运营有限公司、海西晨报社运营。

### 为特教学生搭建交流平台

记者了解到,此次赛事持续引入“普特融合组”,为特教学生搭建一个展示自我、沟通交流的平台。厦门市龙狮运动协会会长、集美大学体育学院教授马庆介绍,今年比赛吸引了3支特教学校队伍参与,其中厦门市嘉禾学校派出了59人的龙狮队伍,有16人是特教学生,人数居这3支队伍之最。此次赛事中,厦门市

嘉禾学校获得“普特融合组”舞龙第一名、舞狮第二名,同时多名指导教师获得“优秀教练员”称号。

据了解,厦门市嘉禾学校龙狮队成立于2020年8月,先后吸引150多名学生加入,其中约60人是特教学生,包括患有中重度智力障碍、唐氏综合征及肢体残疾等的学生。提及龙狮队成立初衷,厦门市嘉禾学校老师纪清渊表示,学校将龙狮运动根植于文化课程中,通过“融合课”的形式让特教学生和普通学生共同参与龙狮运动,培养他们直面困难、挑战自我的勇气。“相比普通学生,特教学生训练需要更多的耐心和细心。”纪清渊表示,很多特教学生存在肢体不协调、动作僵硬、体能较差等问题,他们训练需要付出“更长的时间、更高的强度、更多的努力”。

特教学生长期开展龙狮运动后,有了肉眼可见的变化。“以前‘唐宝’们体育课上都不太爱跑步,但接触舞龙舞狮后,他们对运动变得兴趣十足,甚至经常主动询问老师什么时候去舞龙舞狮。”纪清渊表示,一些老师在旁观特教学生上舞龙舞狮公开课时,甚至惊叹“在他们脸上看到了对这项运动的热爱”“这是他们从未有过的眼神和表情”等。与此同时,



舞龙舞狮表演精彩绝伦。

特教学生通过这项运动也更愿意和他人交流沟通。“他们现在甚至会主动跟其他人打招呼了。”纪清渊说,这也证明他们可以很好地融入社会大家庭。

### 腼腆少年也有“游龙梦”

游弋、起伏、翻腾……比赛现场,集美工业学校模具专业学生黄亦昂和队友们一道手持龙具表演,伴着明快的鼓乐节点,龙具在他们手中仿佛“活了起来”。最终,他们凭借近乎完美的表现,将甲组竞速龙狮项目冠军收入囊中。“我小时候在漳州龙海老家过年,第一次看到舞龙活动,就被深

深震撼到了。”略显腼腆的黄亦昂说,从那以后,他就心里埋下一颗关于“游龙梦”的种子。2021年,他进入集美工业学校模具专业就读,在加入学校龙狮队后,这颗种子终于发芽了。

据介绍,这是黄亦昂第三次参与厦门市青少年舞龙舞狮锦标赛,2021年首次参赛时,他和队友就收获了甲组自选和竞速舞龙冠军。在他看来,舞龙最难的部分就是跟队友的配合。提及今年的比赛,黄亦昂表示,感觉参赛选手整体水平更高了,龙狮运动的氛围也更好了,“金牌也成色十足”。

“本届赛事盛况空前,为全市龙狮文化爱好者构建了一个交流的平台。”马庆介绍,2018年,厦门市体育局将舞龙舞狮项目纳入厦门市全民健身运动会。自此,龙狮运动的发展就插上了腾飞的“翅膀”。刚开始,赛事只有100多人参与,今年发展到近1400人参与,人数增长约10倍,见证了厦门市龙狮运动的发展。而通过开展龙狮运动这一极具传统文化特色的项目,不仅可以丰富学生的校园体育文化生活,还能开展爱国主义教育。“目前,厦门市龙狮运动的普及程度在全国处于前列。”马庆说。

# 在赛场上尽显自信、阳光、健康

## 2023年厦门市青少年健美操锦标赛落下帷幕,吸引超3000名学生同台比拼

晨报记者 王潮元 游丽娟

体态轻盈、动作舒展、节奏明快,青少年们在赛场上尽显自信、健康、阳光。12日下午,经过两个比赛日的激烈比拼,2023年厦门市青少年健美操锦标赛在厦门信息学校落下帷幕。此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、少年乙组及青年组等八个组别,吸引了来自全市136所中小学、幼儿园及高校的超3000名学生同台比拼。

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运动协会,厦门市健美操、啦啦操协会协办,厦门体育产业集团赛事运

营有限公司、海西晨报社运营。

### 选手体验更好了

李开心同学今年14岁,目前就读于厦门市逸夫中学初中二年级。此次比赛中,她所在的厦门市逸夫中学活力豆足球队,在少年乙组(福建省全民健身操舞规定套路校园三级)拿到了第一名的好成绩。

提及收获的这枚金牌,李开心兴奋地告诉记者,她感觉“难度并不算特别高”,因为自己平时付出了很多汗水,包括赛前提前一个月就开始备战,经常利用课余时间练习健美操动作等。由于健美操对体能要求不小,她还通过跳绳、俯卧撑等训练,不断提升自己的体能。今年是李开心第三次参加厦门市青少年健美操锦标赛,在她看来,今年



健美操表演尽显“柔性美”。

参赛选手整体水平更高了,参赛体验也更好了。

### 比赛组织相当成熟

“今年的比赛延续了往年好的做法,各方面已相当成熟。”此

次比赛的总裁判长李昂达告诉记者,厦门市青少年健美操锦标赛从2008年开始举办,至今已举办了16届,起初只有不到50支队伍参与,人数也与今年“不可同日而语”。

记者看到,比赛现场从检录到选手进出场等动线规划方面井然有序,还不时传出鼓掌欢呼声。李昂达表示,相比往年,今年主办方将艺术体操纳入比赛。考虑到艺术体操目前是奥运会比赛项目,厦门市从去年开始在全市多所学校布点,开办裁判员、教练员培训班,得到了不少学校的积极响应。艺术体操可以更好地锻炼青少年的形体美,更具艺术性,难度也更高,有利于选手提高自身水平。

李昂达还表示,目前,厦门市健美操选手水平在全省乃至全国都处在领先地位,“厦门选手参加全国性大赛几乎都能拿到冠军。这也得益于市体育局、市教育局重视,学校积极响应,协会等社会力量共同参与的格局。”