



创建老年人健身康乐家园

联合主办:
厦门市老年人体育协会
海西晨报社

厦门市老体协康乐分会举办桌上冰壶球比赛

玩冰壶拼智慧 方寸间展活力

晨报讯(记者 晋君 通讯员 范红英)6月10日-11日,厦门市老体协康乐分会举办的首届“登特杯”桌上冰壶球比赛火热开战,26支队伍的近150名运动员齐聚一堂,在凝神推壶间切磋技艺。这也是我市首次举办大型冰壶球交流活动。

赛场上,运动员全力以赴,每一次屏息推壶都是心与手的精妙协作,每一次战术布阵皆是团队协作和智慧的碰撞。只见沉静的冰壶在布满纹路的手掌下蓄势待发,随着手指沉稳推出,瞬间化作一道银色轨迹,在桌面上划出优美的弧线,直抵靶心。

经过激烈角逐,老知青队、梧村大队、电业大队获得团体赛前三名;沈可伟、林庆、王建欣获得男子单打前三名;黄国丽、陈玉华、江浪



选手全神贯注推掷冰壶。记者 晋君 摄

获得女子单打前三名。女单冠军黄国丽告诉记者:“我很喜欢桌上冰壶球这项运动,既能锻炼思维,对年龄也没有限制。”

桌上冰壶球作为一项新兴的适合老年人的运动,趣味性强、运动量适中、场地占地面积小,被全国老体协视为适老体育项目之一。康乐分会是厦门市老体协人数最

多的内设机构,自去年以来多次开展桌上冰壶球培训。

下一步,厦门市老体协桌上冰壶球推广组将继续在全市普及这项运动,激发老年人健身的内在动力。市老体协常务副主席王刚表示:“今年下半年我们准备开展全市的桌上冰壶球赛,选出‘种子’选手,备战全国老健会。”

相关新闻

厦门队在全国赛中获多项荣誉

6月3日,厦门市老体协桌上冰壶球队赴成都参加为期四天的“迎世运”全国老年人桌上冰壶球比赛。来自全国39个城市的45支队伍、308名运动员参赛。

经过多轮激烈角逐,厦门队在市老体协常务副主席王刚的带领下,凭借出色表现,获得团队优胜奖、体育道德风尚奖两项集体荣誉。

在单打与双打项目中,女单选手黄惠玲一路过关斩将,最终夺得女单第七名的好成绩;男双组合汪东生、张陆敏获得优胜奖;混双组合王榕梅、黄

秋森获得优胜奖;男单选手余建国、女双组合林淑惠与丁桂玉分别荣获优秀奖。

此外,厦门队随队裁判员李爱国、周秀梅参与了赛事执裁工作。他们严守公平公正原则,专业且负责的工作态度赢得了会务组和参赛运动员的一致好评。

较去年相比,厦门队在今年全国赛中的竞技水平有了质的飞跃,不但完成了预期目标,而且在多场比赛中显著缩小了与对手的差距。未来,厦门队将继续保持奋进姿态,为推动厦门老年体育事业发展贡献力量。(晨报记者 晋君)

厦门市举办老年人健身秧歌骨干培训提高班

秧歌轻舞 展银龄魅力

晨报讯(记者 晋君 通讯员 马昭群)近日,厦门市体育中心内彩扇飞舞、鼓乐铿锵,厦门市老年人健身秧歌骨干培训提高班在这里火热举行,全市各区、各单位精心选派的92名中老年健身秧歌骨干会聚一堂,精进技术水平。

为期两天的培训由厦门市老年人体育协会主办,特邀省健身秧歌教练薛晓莉担任主讲老师,厦门市操舞专委会优秀教练李琦、李幼茹担任助理老师。培训聚焦省推广的经典套路《惠女风情》,旨在通过精准教学,统一动作规范、提升表现力,全力备战2026年全国老健会和省老健会。据悉,《惠女风情》是明年省老健会的比赛规定套路,今年全省将以该规定套路进行线上线下的健身秧歌交流。

在培训现场,薛晓莉老



学员们认真学习健身秧歌动作。记者 晋君 摄

师的讲解细致入微,每一个动作都力求展现原汁原味的闽南风情。实际上,不少学员此前已经参与过这一套路的培训,此次在薛晓莉老师的指导下,经过反复的动作打磨,此前把握不好的动作都得到了纠正。学员们的衣衫被汗水浸透,眼神却始终专注。在一遍遍的练习中,大家的动作整齐划一,刚柔并济的舞姿愈发流畅。

经过高强度的训练,学员们虽略显疲惫,脸上却洋溢着喜悦。学员张阿姨兴奋地说:“秧歌扇子在我们手里就像插上了翅膀,《惠女风情》这首曲子的韵律特别美,我要带动更多老姐妹舞起来!”

据悉,蓬勃开展的健身秧歌活动为厦门构建更高水平全民健身公共服务体系、打造“活力银发之城”增添了一抹亮丽风景。

厦门老年教育发展40年理论研讨会举办

学界代表齐聚一堂 共绘老年教育智慧路径

晨报讯(记者 晋君 通讯员 翁小华)6月5日,“新时代老年教育高质量发展的对策研究——厦门老年教育发展40年理论研讨会”在厦门老年大学召开。学界代表齐聚一堂,共绘老年教育的智慧路径和未来宏图。

本次研讨会由中国老年大学协会、福建省老年大学协会、市委老干部局、市教育局指导,厦门老年大学、《终身教育》杂志社联合主办。

研讨会上,专家们系统总结了40年来厦门老年教育的发展成果与经验,深入探讨了厦门老年教育立法的重要意义,阐述了推动新时代文明实践中心与老年教育融合发展的思路与举

措,分享了老年大学专业建设、教师专业化、数字化赋能、AI助力创新老年教育发展等方面的经验与成果,提出积极破解老年教育发展困境、以改革创新绘就厦门老年教育的高质量发展蓝图。

与会嘉宾一致认为,厦门以立法为先导、基层为根基、智慧化为引擎、师资专业化为支撑的实践模式,为全国老年教育高质量发展提供了可复制的“特区样本”。

此次研讨会凝聚了理论与实践智慧,后续厦门老年大学将积极推动成果转化,持续深化改革,完善教学管理体系,为老年人提供更加优质的教育服务,努力建设全国一流的老年大学。